

Легкоатлетический кросс-2019

25 сентября 2019 года на стадионе «Здоровье» прошёл традиционный осенний легкоатлетический кросс среди учащихся общеобразовательных учреждений Холм-Жирковского района. В соревнованиях, которые были приурочены к 76-ой годовщине освобождения Смоленщины от фашистских захватчиков, приняли участие 74 юных спортсмена из 10 школ района и команда МБУДО «Холмовская ДЮСШ»- обучающиеся в секции «Лёгкая атлетика» (тренер-преподаватель Жиливичюс А.А.). **На этот легкоатлетический кросс преподаватели физкультуры выбрали самых легких и быстрых учеников, которые смогут достойно продемонстрировать свои способности.**



Перед началом соревнований юные участники неторопливо бегали по дорожкам, разминая мышцы, другие – обсуждали технику бега со своими тренерами-учителями.



Общее руководство районных соревнований по легкоатлетическому кроссу возлагалось на Отдел по образованию Администрации муниципального образования «Холм-Жирковский район» Смоленской области и ДЮСШ. Непосредственное проведение соревнований возлагалось на судейскую коллегию в составе:

Главный судья:

Раджабов Э.А. – тренер-преподаватель МБУДО «Холмовская ДЮСШ»;

Секретари:

Жилявичюс А.А. - тренер-преподаватель МБУДО «Холмовская ДЮСШ»;

Костюк Н.А. - тренер-преподаватель МБУДО «Холмовская ДЮСШ»;

Воробьева Е.С. - тренер-преподаватель МБУДО «Холмовская ДЮСШ»;

Судья на старте и финише:

Лесков А.А. – учитель физической культуры МБОУ «Агибаловская СШ»;

Муратов А.А. - тренер-преподаватель МБУДО «Холмовская ДЮСШ»;



В программе соревнований проходили забеги в младшей возрастной группе 2006 г.р. и младше (дистанция 500 м. – девочки) и 1000 м (мальчики). Честь первыми принести победу своей школе и показать личные спортивные способности досталась юным участницам. Бег на 500 метров можно отнести к спринту и они достаточно легко преодолели эту быструю дистанцию.



Участницы забега на 500 метров. Младшая возрастная группа.

Победительницами на дистанции 500 метров стали:

1 место – Тихонова Арина, МБОУ «Холмовская СШ»

с результатом 1 минута 34 секунды

II место – Тихонова Алёна, МБОУ «Большевская ОШ»

с результатом 1 минута 35 секунд

III место – Михалева Екатерина, МБОУ «Агибаловская СШ»

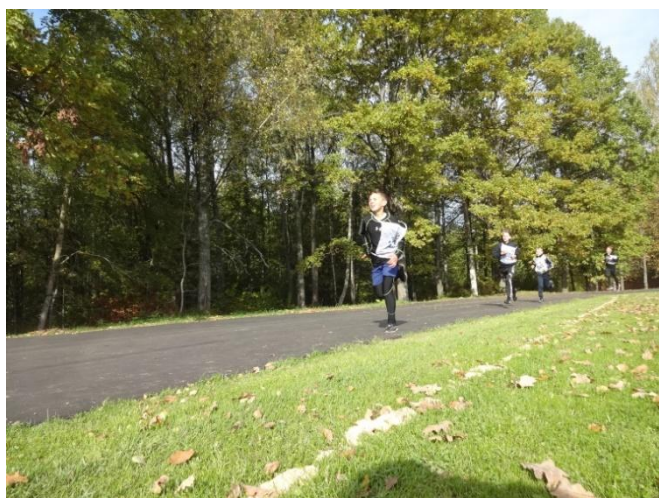
с результатом 1 минута 37 секунд



Победительницы на дистанции 500 метров

Бежать среднюю дистанцию на 1000 метров, которая входит в обязательную программу учебно-образовательных заведений, вышли самые выносливые мальчишки. Эта дистанция считается сложной именно потому, что здесь, при

высоких требованиях к скорости, необходима выносливость и особая тренировка ног. Также с первых шагов необходимо решить тактические вопросы и постараться занять нужно положение в группе бегунов, не допуская блокирования и вытеснения на левый край дорожки.





Участники забега на 1000 метров

Ребята старались показать хороший результат не только в личном, но и в командном зачете. Несмотря на дух соперничества, ребята дружно поддерживали одноклассников и встречали победителей овациями.

Лучшими на дистанции 1000 метров стали:

I место - Матвеенков Степан, МБОУ «Холмовская СШ»

с результатом 3 минуты 20 секунды

II место - Михалев Артём, МБОУ «Агибаловская СШ»

с результатом 3 минуты 24 секунды

III место - Хабибуллин Имиль, МБОУ «Игоревская СШ»

с результатом 3 минуты 33 секунды



Победители на дистанции 1000 метров

В старшей возрастной категории 2003–2005 г.р. первыми на старт вышли красавицы-школьницы. Девушкам предстояло бежать дистанцию в 1000 метров. Скорее всего, как пробежать один километр, знают все, но если поставить цель пробежать за минимальное время, то можно сдаться, не достигнув и половины дистанции. Не у всех девушек в этот тёплый осенний денёк, получилось пересечь финишную черту.





Участницы забега на 1000 метров

Лучшими на дистанции 1000 метров стали:

I место - Зуева Валентина, МБОУ «СШ им.М.Горького»

с результатом 3 минуты 53 секунды

II место - Горбунова Марина, МБОУ «Тупиковская СШ»

с результатом 3 минуты 56 секунды

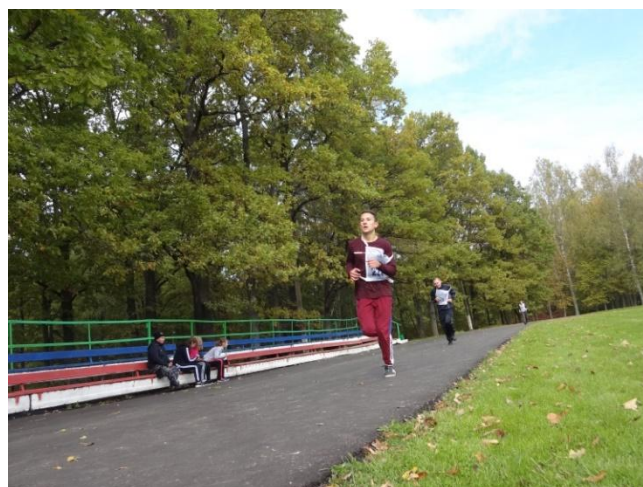
III место - Решетняк Ольга, МБОУ «Игоревская СШ»

с результатом 3 минуты 58 секунды



Победительницы на дистанции 1000 метров

На последней дистанции в старшей возрастной категории 2003 – 2005 г.р. юношам предстояло преодолеть дистанцию в 2000 метров. Участники кросса старались приложить все усилия и разбудить в себе второе дыхание, чтобы прибежать к финишной черте первыми. Нешуточная борьба развернулась на беговой дорожке среди старшего звена, каждый из ребят в ходе забега показал спортивное трудолюбие, упорство и желание победить.



Победители на дистанции 2000 метров:

І место - Байдуков Илья, МБОУ «Игоровская СШ»

с результатом 6 минут 50 секунд.

ІІ место - Ларченков Матвей, МБОУ «Тупиковская СШ»

с результатом 6 минут 53 секунд.

III место - Иванов Кирилл, МБОУ «СШ им. М.Горького»

с результатом 6 минут 55 секунд.



Победители на дистанции 2000 метров

Командное первенство в младшей возрастной группе распределилось следующим образом:

I место - МБОУ «Агибаловская СШ»

II место - МБОУ «Холмовская СШ»

III место - МБОУ «Игоревская СШ»

Командное первенство в старшей возрастной группе распределилось следующим образом:

I место - МБОУ «Игоревская СШ»

II место - МБОУ «Тупиковская СШ»

III место - МБОУ «Агибаловская СШ»



Участники легкоатлетического кросса-2019



Команда МБОУ «Холмовская СШ»



Судейская коллегия МБУДО «Холмовская ДЮСШ»

Поздравляем победителей, призёров и всех участников легкоатлетического кросса!
Желаем успехов в спорте и всяческих побед в новом спортивном сезоне 2019-2020!

МБУДО «Холмовская ДЮСШ»