

Мой любимый тренер



Антипова Елизавета Дмитриевна

11 лет

442370, Пензенская область, Мокшанский район, р.п.Мокшан, ул.Лево-Набережная, д.29

МБОУ ДО ДЮСШ р.п. Мокшан

Контактный телефон: 8(4150)2-21-66

Адрес электронной почты

МБОУ ДО ДЮСШ р.п.Мокшан:

dushmokshan@mail.ru

<https://sport.mokobr.ru/>

Знакомство



Хочу всем рассказать про моего любимого тренера по художественной гимнастике – Кочедыкову Светлану Владимировну.

На занятия к ней меня привели родители, когда мне исполнилось 4 года. Именно она помогла мне полюбить гимнастику так, что я готова заниматься ею с утра до вечера.

- ▣ Отделение гимнастики в Мокшане развивается с 2000 г., на сегодняшний момент в секции художественной гимнастики занимаются 81 ребенок (тренер-преподаватель первой квалификационной категории по художественной гимнастике Кочедыкова С.В.), в секции спортивной акробатики-б1 (тренер-преподаватель по спортивной акробатике Казарин Т.В.).
- ▣ Нас у Светланы Владимировны много, но она умеет найти подход к каждому, правильно настроить на результат, утешить, если не всё получается. Гимнастика для нашего тренера – это прежде всего здоровье учеников, а не только победы в соревнованиях, поэтому к ней приходят и те дети, для кого спорт – норма жизни, а не олимпийские результаты. Программа, по которой мы занимаемся имеет 3 уровня – стартовый, базовый и продвинутый.

Наши достижения

- ▣ На данный момент я занимаюсь на продвинутом уровне. Мы участвуем в соревнованиях районного, межрайонного, областного, межрегионального и всероссийского уровня. Имеем кубки, медали и грамоты за призовые места.



Лучшие выпускницы ДЮСШ секции «Художественная гимнастика»



- Смирнова Виктория - выполнила норматив КМС Приказ № 118 от 27.02.2015 г. (Комитет Пензенской области по физической культуре и спорту).



- Романова Александра - выполнила первый спортивный разряд Приказ №187 от 14.05.2018 г. (Министерство физической культуры и спорта Пензенской области).



- Петровская Лилия - выполнила первый спортивный разряд Приказ № 275 от 18.06.2019 г. (Министерство физической культуры и спорта Пензенской области).

На страницах местной газеты

Все наши успехи и победы на соревнованиях освещаются в колонке спортивных новостей районной газеты «Сельская правда».



Воспитанницы областного художественной гимнастики вместе со своим тренером Светланой Кочедыковой.

Гармония красоты и силы

В Мокшане на протяжении семнадцати лет успешно развивается художественная гимнастика.

Художественная гимнастика — это не только красиво, но и полезно для здоровья. До недавнего времени это был исключительно женский вид спорта, однако, благодаря усилению внимания к художественной гимнастике пришли и мужчины.

В Мокшанской детской юношеской спортивной школе реализована инициатива привлечь этот вид спорта. Тренировочный процесс ведется под руководством преподавателя Светланы Кочедыковой и Теймура Казарина. Они помогают детям развить не только гибкость, пластичность и координацию движений, но и чувство ритма и умение преодолевать себя. Дети начинают ходить в каждую субботу, умеют правильно настроиться на победу, в случае

успеха — жестикулировать. Наши юные гимнасты довольно успешно выступают на различных соревнованиях. В октябре 2019 года в Саратовской области на турнире по художественной гимнастике юниорского спортивного заочного тура завоевали три серебряных и две бронзовых медали.

В этот же турнир в Открытом Первенстве города Пензы гимнасты также показали отличные результаты. В индивидуальном упражнении завоевали — золото и серебро, в групповых упражнениях команды «Мокшанская» заняла первое место.

С очередным годом началось для наших гимнасток 2019/2020 календарь в городе Пензе прошли соревнования под руководством Центра

художественной гимнастики Марины Владимировны «Звездный Флоринг». Команда «Мокшаночка» в своей возрастной категории завоевала «второе золото», серебро у Елизаветы Димы и Грейбой Анжелики, бронзу у Анжелики Павловны, Першиной Анны и Пеншиной Инны.

Также на базе ДЮСШ постоянно проводится внутриспециальное сотрудничество между школами гимнастики гимнасток. Остается надеяться, что наши спортсменки в их тренировочном, тренинге и новых победах!

Ольга АНТИПОВА.

Спорт — норма жизни

Размах юных талантов

Мокшанские спортсменки успешно выступили на турнире по художественной гимнастике в Пензе.

11 июля во дворце спорта «Дружба» в Пензе прошли областные соревнования по художественной гимнастике среди юниорок в Саратове, Саратовской и Пензенской областях. Мокшанчанки ДЮСШ на турнире представили 11-тилетние спортсменки индивидуальными упражнениями — Кристина Кочедыкова, Анастасия Кочедыкова, Светлана Кочедыкова и Елизавета Димы.

Самой юной гимнастке Мариной Павловной было всего лишь 9 лет 10 месяцев 11 дней. В соревнованиях по упражнениям «двое» заняла Анна Кочедыкова и Анастасия Кочедыкова. В групповых упражнениях — Анастасия Кочедыкова и Елизавета Димы завоевали бронзу. В упражнениях «трое» заняли Анастасия Кочедыкова, Елизавета Димы и Ольга Мокшаночка. Все участницы соревно-



Участницы соревнований по художественной гимнастике в Пензе.

вания в Пензе заняли: Светлана Кочедыкова — второе место, Анастасия Кочедыкова — третье место, Елизавета Димы — четвертое место. Победительницей в упражнениях «трое» стала Анастасия Кочедыкова. Победительницей в упражнениях «двое» стала Анастасия Кочедыкова. Победительницей в упражнениях «одиночке» стала Анастасия Кочедыкова.

Светлана КОЧЕДЫКОВА, тренер ДЮСШ.

«Сельская правда»

Спорт. Воспитание

17

В спортивной «Сельской правде» вы найдете информацию о различных мероприятиях, проводимых в рамках программы «Сельская правда».

Светлана Кочедыкова, тренер ДЮСШ, рассказывает о результатах выступления наших спортсменок на турнире по художественной гимнастике в Пензе.

Светлана Кочедыкова, тренер ДЮСШ, рассказывает о результатах выступления наших спортсменок на турнире по художественной гимнастике в Пензе.



Анастасия Кочедыкова выполняет упражнение на бревне.



Участницы соревнований по художественной гимнастике в Пензе.

Победа в подарок мамам

Самой юной гимнастке Мариной Павловной было всего лишь 9 лет 10 месяцев 11 дней. В соревнованиях по упражнениям «двое» заняла Анна Кочедыкова и Анастасия Кочедыкова. В групповых упражнениях — Анастасия Кочедыкова и Елизавета Димы завоевали бронзу.

Самой юной гимнастке Мариной Павловной было всего лишь 9 лет 10 месяцев 11 дней. В соревнованиях по упражнениям «двое» заняла Анна Кочедыкова и Анастасия Кочедыкова. В групповых упражнениях — Анастасия Кочедыкова и Елизавета Димы завоевали бронзу.

Светлана КОЧЕДЫКОВА, тренер ДЮСШ.

11 марта в городе Балашове Саратовской области состоялось IX Открытое первенство по художественной гимнастике «Звездочка Призыверья».

В соревнованиях приняли участие более 300 спортсменов из Саратовской, Воронежской, Саратовской и Пензенской областей. Команда Мокшанской ДЮСШ была представлена 18 гимнастками.

Призерами соревнований стали воспитанницы тренеров Кочедыковой Светланы и Казарина Теймура. В своих возрастных категориях гимнастки заняли следующие места: 2 место — Вершинина Милана и Костюченко Валерия, 4 место — Кирилова Анна, 5 место — Хорулжева Вероника, Антипова Елизавета, Курносова Мария, 6 место — Петровская Полина. Все участницы соревнований награждены памятными призами и подарками.

Хочется отметить участников показательного выступления, работавших в новом направлении художественной гимнастики — смешанные пары: Антипова Дмитрия — Петровскую Полину и Юдина Владислава — Киритову Анну, покоривших жюри и зрителей красотами и эстетичным «танцем». Отдельная благодарность от тренерского коллектива родителям, принявшим непосредственное участие в подготовке и сопровождении спортсменов к месту проведения соревнований: Антиповой Ольге, Доброй Елене, Курносовой Галине и Хохловой Марине.

Светлана КОЧЕДЫКОВА, тренер ДЮСШ.

В ногу со временем

Светлана Владимировна всегда следит за изменениями, новыми направлениями и веяниями в российской гимнастике, поэтому мы занимаемся и соревнуемся не только в классических групповых и индивидуальных упражнениях, а также трио, дуэтах и смешанных парах.



Пропаганда спорта и ЗОЖ

Наша дружная команда с удовольствием принимает участие в мероприятиях, призывающих вести здоровый образ жизни, заниматься спортом.



Тренер «Золотое сердце»

За что я люблю своего тренера?

Во-первых, за то, что она помогает нам, влюблённым в гимнастику, возможность заниматься любимым делом. Детей старшей группы она считает достаточно взрослыми для того, чтобы самим выбрать музыку и составить композицию (конечно, не без её помощи).

Во-вторых, даёт нам возможность почувствовать себя тренером, когда просит показать детям младшей группы правильность выполнения того или иного элемента.

Несмотря на строгость и требовательность на занятиях, наш тренер очень добрый человек. Если кто-то из нас пропускает тренировку по болезни, обязательно позвонит, узнает о самочувствии и пожелает скорейшего выздоровления. А как она переживает за нас на соревнованиях! Мне кажется, Светлана Владимировна больше нас волнуется! Она всегда находит свободное время, чтобы провести его с нами на пикните, ставшим традиционным для нашей секции.

Я очень хочу быть похожей на Светлану Владимировну и в будущем стать тренером по художественной гимнастике!

*СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890950

Владелец Кубарь Сергей Анатольевич

Действителен с 16.05.2024 по 16.05.2025