**Опис досвіду роботи**

вчителя фізичної культури

вищої кваліфікаційної категорії, педагогічне звання «старший вчитель»

Теребовлянського профільного ліцею

Демчука Тараса Володимировича

Завдання педагога в тому, щоб

Довести до дверей, дати ключа

І навчити учня ним користуватися.

Та ніхто, крім самого учня, не

Зможе ввійти у світ знання.

Н. Маслов

Інтеграція в сучасне суспільство й пошук свого місця в житті вимагають дедалі більших зусиль від кожної людини. Сьогодні тільки той може повноцінно діяти в мінливому світі, хто здатний зробити своєчасний вибір, ухвалити самостійне рішення. Сучасна школа має навчити дитину не просто виживати, а повноцінно жити в сучасному світі. Вона має бути здатною самостійно діяти, швидко приймати правильні рішення, гнучко адаптуватися до сучасних умов життя, творчо мислити, грамотно працювати з інформацією, бути контактною в різних соціальних групах, вміти адекватно реагувати на життєві ситуації, самостійно працювати над розвитком власного інтелекту. У концепції загальної середньої освіти наголошується, що школа - це простір життя дитини; тут вона не готується до життя, а повноцінно живе; тому вся діяльність вчителя повинна вибудовуватися так, щоб сприяти оновленню особистості як творця і проектувальника власного життя.

Тому на уроках фізичного виховання я працюю над формуванням свідомого ставлення учня до свого фізичного розвитку. Принцип свідомості і активності, допомагає втілити в учнів потребу в систематичних вправляннях. Кількість годин фізичного виховання не забезпечує систематичних занять фізичними вправами. Тому я намагаюсь донести до учня в урочній формі навчання ознайомлення з технікою, вивчення рухової дії по частинах або в цілому, залишаючи удосконалення техніки виконання в меншій мірі під час уроку, а в більшій мірі на тренуваннях та длясамостійного опрацювання вдома.

Професійно прикладна підготовка дає змогу учням добре орієнтуватися в складанні комплексів загально-розвиваючих вправ, а їх виконання збагачує запас рухів, покращує функціональні можливості організму та сприяє зміцненню здоров’я. Якщо учень самостійно і правильно склав комплекс загально-розвиваючих вправ, це дає змогу мені сказати, що він працював свідомо і активно.

Принцип систематичності вимагає регулярних занять фізичними вправами з проміжком між заняттями до 48 годин. Якщо проходить більше часу, проходять і зворотні фізіологічні функції, які нівелюють тренувальний ефект попереднього заняття.Мені вдалося провести дослідження та порівняти фізичні можливості дітей, які працювали по програмі з двохгодинним тижневим навантаженням і дітей, які п’ять годин в тиждень мали фізичний вплив.

### Проведення досліджень

При черговій підготовці до змагань учнів гімназійного відділення, яких я навчав, лікар провела обстеження стану здоров’я за допомогою проби Руфф’є, дез 10 дітей 1 дитина була допущена до змагань.

Мене зацікавив стан справ в слабозорому відділенні. Провівши пробу Руфф’є я вияснив,що функціонально їх організми краще підготовлені до відновлення після фізичних навантажень. З 10 дітей тільки у 3 дітей показники були нижче середнього.

Вважаю, що причина криється в кількості годин, які виділені для занять фізичними вправами, пасивності і байдужості як дітей, так і батьків.

**Навантаження учнів:**

Гімназія-2год

#### Слабозоре відділення - 2год- Фізична культура

2год - ЛФК

1год - Музично-ритмічне заняття

Таким чином, кожного дня перебуваючи в школі діти отримували дієве фізичне навантаження.

**Висновок:** кількість занять = фізичне благополуччя та високий рівень здоров’я. Тобто, високий рівень фізичного розвитку та стан здоров’я залежить від кількості занять.

### Науково-методична діяльність

Свій шлях розвитку мій вихованець,Дмитро Мурдза, розпочинав з уроків ЛФК та ФК.

На уроках ЛФК в своїй роботі з слабозорими дітьми я працюю над комплексним підходом для профілактики захворювань очей та опорно-рухового апарату.

Більше 80% всіхзахворювань людини пов’язані з проблемами, що виникають в області хребта. Тому що, вся робота внутрішніх органів залежитьвід стану периферичної нервової системи. Таким чином, захворювання хребта є першопричиною розвитку більшості хвороб. Дуже часто люди боряться з наслідками хвороби (лікуючи захворювання, наприклад, печінки), а не з першопричиною порушенням постави.

Через різке зниження фізичної активності дітей, пов’язане з розвитком сучасних технологій, зміни способу життя, відсутністю пропаганди здорового способу життя, відмічається, що більше 90% дітей мають порушення постави або сколіотичну деформацію хребта.

Патологія опорно-рухового апарату займає перше місце серед захворювань в дитячому віці. Тому всесвітня організація охорони здоров’я визнала дослідження захворювань кістково-м’язової системи одним з головних напрямків своєї роботи.

До основних завдань корекції сколіозів входить:

а) сприяти розвитку гнучкості:

для розвитку гнучкості використовую такі фізичні вправи, які вимагають більшої амплітуди рухів у суглобах, ніж рухи, які людина здійснює у побуті, професійній та спортивній діяльності;

б) сприяти формуванню м’язового корсету:

м’язів спини та верхнього плечового поясу,

м’язів живота,

м’язів стегон;

в) сприяти формуванню стереотипу правильної постави:

комплекс вправ біля вертикальної площини,

комплекс фізичних вправ з предметом на голові,

комплекс вправ на рівновагу.

**Принципи підбору фізичних вправ і характеристика засобів корекції сколіозу**

При виборі заходів корекції сколіозу необхідно визначити його вид та ступінь розвитку.

Важливо знати, що сколіози з локалізацією в грудному та попереково-грудному відділах характеризується схильністю до прогресування та менш сприятливим перебігом хвороби, що пов’язано зі складністю утворення компенсаторного противовикривлення.

Лікувальна фізична культура займає чільне місце в терапії сколіозу. Сколіоз є прогресуючою хворобою, тому його лікування фізичними вправами особливо ефективно на початку захворювання. Основними засобами занять в ЛФК при сколіозах є гімнастичні вправи.

На заняттях ЛФК я використовую симетричні, асиметричні, деторсійні та спеціально-коригуючі вправи.

Симетричні вправи, зберігаючи середнє положення хребта, сприяють вирівнюванню м’язової тяги з обох боків. Цей ефект виникає внаслідок того, що при виконанні симетричних рухів розтягнуті і розслаблені м’язи на опуклій стороні сколіотичної дуги скорочуються більше, ніж скорочені і, порівняно сильніші м’язи ввігнутої сторони. Це сприяє усуненню, або зменшенню асиметрії м’язової тяги і створенню рівномірного м’язового корсета. Симетричні вправи нескладні, їх виконання не викликає у дітей утруднень і, що особливо важливо, не призводить до противовикривлень.

Тому їм віддають перевагу при лікуванні сколіозу усіх ступенів.

Асиметричні вправи локально діють на певні ділянки хребта і при неправильному виконанні можуть призвести до розвитку противовикривлень. Тому їх слід суворо дозувати. Протипоказані вони при прогресуванні сколіозу.

Деторсійні вправи застосовують при сколіозі, де існує виражена торсія хребців. Ці вправи передбачають обертання хребців у бік, протилежний торсії. При торсії в грудному відділі вправи виконуються за рахунок роботи м’язів плечового поясу, а у поперековому відділі - тазового поясу. Деторсійні вправи виконуються з вихідних положень лежачи на похилій площині, в упорі стоячи на колінах, стоячи у висі на гімнастичній стінці.

Спеціальні корегуючі вправи виконуються з вихідних положень, що сприяють максимальному розвантаженні хребта.

В процесі застосування корегуючих вправ широко використовую такі прилади: гімнастична стінка і лавка; профілактор Євмінова; м’який та жорсткий валик; гімнастична палка; гантелі; манжети для обтяження ніг (0,5-1,5 кг); сенсорні м’ячі, тренажер для розтягування хребта.

Корегуюча гімнастика на заняттях ЛФК застосовується для вирішення наступних завдань:

стабілізувати хребет;

виправити деформацію хребта;

покращити функціональні можливості грудної клітки;

сформувати правильну поставу.

**Шлях дитини з інвалідністю Мурдзи Дмитра від ЛФК до майстра спорту**

Відвідуючи мої уроки ЛФК та ФК, Дмитро, враховуючи стан здоров’я, маленькими обережними кроками розпочав свій шлях у спорті. Зацікавившись легкою атлетикою, Дмитро почав відвідувати спортивні тренування. Сучасна система підготовки спортсменів здійснюється на таких основних принципах, що базуються на науково-методичній основі:

• спрямованість до максимально можливих досягнень;

• поглиблена спеціалізація та індивідуалізація;

• єдність загальної та спеціальної підготовки;

• безперервність тренувального процесу;

• єдність поступовості та граничного збільшення тренувальних навантажень;

• хвилеподібність динаміки навантажень;

• циклічність тренувального процесу.

Спрямованість до максимально можливихдосягнень. Цей принцип в найбільшповніймірівідображаєсутність спорту – перемога у змаганні. Тому цілкомзакономірним є намагання кожного спортсмена пройти шляхом вдосконаленняякомогадалі, що стимулюється самою системою спортивнихзмагань та єдиною спортивною класифікацією.

Спортивнетренування в повніймірімаєвідображати сам процеспідготовкиспортсменів з інвалідністю, який характеризується метою, завданнями, засобами, методами, принципами, сторонами та напрямкамиспортивноїпідготовки, а також структурою тренувального процесу з врахуванням діагнозу та протипоказань.

Мета– детально організований педагогічний процес виховання, навчання та підвищення рівня фізичної і функціональної підготовленості спортсменів з особливими освітніми потребами в умовах правильного гігієнічного режиму, на основі педагогічного та лікарського контролю, а також самоконтролю.

Завдання спортивного тренування:

• зміцнення здоров’я та всебічний фізичний розвиток

• оволодіння спортивною технікою і тактикою

• розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) у відповідності до обраного виду спорту;

• виховання моральних і вольових якостей

• оволодіння практичними та теоретичними знаннями в галузі фізичного виховання і спорту.

Процес виховання, навчання,фізичного розвитку тісно пов’язаний з умовами підготовки місця занять та інвентарю, гігієнічними умовами, педагогічним та лікарським контролем, і самоконтролем.Принципипідготовкиспецифічні, через діагнози, які лікарі встановили даній дитині, дуже часто це «букет діагнозів». Тому до кожного з спортсменів застосовую індивідуальний підхід. Неможливо застосовувати однакові форми, методи та методичні прийоми для дітей навіть з однаковими діагнозами. Оскільки, реакція організму на навантаження у кожному окремому випадку буде різна, а ефект непередбачуваний.

Враховуючи це, вчитель чи тренер застосовує індивідуальний підхід у постановці завдань на заняття. Основною фізичною якістю є загальна витривалість, яку я розвивав, пропонуючи вправи аеробного циклічного характеру, а також, намагався постійно стимулювати роботу очей, пропонуючи спеціальні вправи. Режим роботи для очей Дмитра був 15 хвилин роботи , 5-10 хвилин відпочинку, при ЧСС до 130 ударів за хвилину. Залежно від сприйняття навантаження та рівня тренованості з роками тренувань ЧСС зростала до 180 ударів за хвилину.

Працюючи у такому режимі з підопічним я побачив зріст функціональних можливостей його організму та бажання до всебічного розвитку.У 9-ти річному віці, окрім легкої атлетики, Дмитро почав займатися Голболом. За 1 рік занять цим видом спорту Мурдза увійшов до складу збірної Тернопільської області з Голболу у дитячій лізі, та поїхав у Полтаву на Всеукраїнську спартакіаду.У 2009-му році Дмитро у складі команди Тернопільського регіонального центру «Інваспорт» поїхав до Криму в дитячий табір АРТЕК, де відбулась Всеукраїнська спартакіада. У 2012-му році зацікавився "королевою спорту". За рік він здобув титул чемпіона Тернопільської області з легкої атлетики на спортивних змаганнях дитячої ліги «ПОВІР У СЕБЕ». Наприкінці вересня, того ж року здобув золоту та бронзову нагороди на 19-тій Всеукраїнській спартакіаді «ПОВІР У СЕБЕ»у місті Євпаторія. Впродовж 2013-2015 років був призером та переможцем обласних змагань злегкої атлетики.

У 2015 році на чемпіонаті України з легкої атлетики, який проходив у місті Кропивницький серед дорослих спортсменів, Дмитро став двократним срібним призером України з легкої атлетики. У цьому ж році на чемпіонаті області виборов срібну нагороду з арм-спорту, у ваговій категорії 75 кг.

У 2016 на зимовому чемпіонаті України з легкої атлетики (м.Запоріжжя) став двократним чемпіоном та бронзовим призером України з цьоговиду спорту.

У лютому 2016 у Рівному відбувся чемпіонат України з боротьби дзюдо cеред спортсменів з порушенням зору. На даних змаганнях Дмитро став бронзовим призером України з цього виду спорту у ваговійкатегорії 73 кг.

Влітку того ж року у місті Кропивницький відбувся кубок України з легкої атлетики серед спортсменів з інвалідністю у якому Мурдза став володарем золотого та срібного кубків України з легкої атлетики. У 2017-му році у місті Запоріжжя вкотре стартував зимовий чемпіонат України з легкої атлетики, на якому Дмитро вперше спробував штовхати ядро на великих змаганнях, і виборов титул чемпіона України з цієї дисципліни, а також у спринті Дмитро був бронзовим призером. Цього ж року в Рівному здобув титул срібного призера України з боротьби Дзюдо у ваговій категорії 73 кг.

Влітку 2017-го року в Кропивницькому на чемпіонаті України з легкої атлетики вкотре став чемпіоном та срібним призером Україниз легкої атлетики.

У вересні 2017-го року поступив на навчання до Рівненського державного Гуманітарного Університету на психолого - природничий факультет, спеціальність фізична терапія та ерготерапія.

У Рівному цього ж року відбувся кубок області з легкої атлетики і, незважаючи на нову травму коліна, Дмитро Мурдза здобув 2золотих нагороди.

У другій половині вересня 2017-го року Мурдза почав займатися пауерліфтингом. Наступного місяцяцього року у Рівному відбувся відкритий чемпіонат Рівненської області з пауерліфтингу, в якому Дмитро красиво дебютував. У лютому 2018-го року на відкритому кубку Рівненщини з пауерліфтингу серед спортсменів з порушенням зору Мурдза виконав норматив кандидата в майстри спорту України з пауерліфтингу. А вже наприкінці березня того ж року на своєму першому чемпіонаті України з пауерліфтингу серед спортсменів з вадами зору Дмитро виборов одразу 2 срібні медалі, а саме, першу в силовому триборстві, а другу в жимі лежачи і, вперше у своїй спортивній кар'єрі, виконав норматив майстра спорту України з пауерліфтингу.

У січні 2019-го Дмитро Мурдзабув нагороджений відзнакою "КРАЩА МОЛОДЬ РІВНЕНШИНИ ЗА ПІДРАХУНКАМИ2018-ГО РОКУ". А в лютому на відкритому кубку Рівненщини виборов золоту нагороду. Через місяць на чемпіонаті України Мурдза вкотре виборов 2 срібні медалі, а саме в жимі лежачи та у силовому триборстві, і отримав титул срібного призера України з пауерліфтингу та срібного призера України в жимі лежачи в дорослій категорії, а серед юніорів Дмитро Мурдза став абсолютним чемпіоном України з пауерліфтингу.

У травні цьго року вкотре відбувся кубок Рівненської області з пауерліфтингу пам'яті ЗТУ БОРИСА РОДЗЯКА, в якому Дмитро,виборовши срібло, піднявсяна другу сходинку п’єдесталу пошани.

НА СЬОГОДНІШНІЙ ДЕНЬ ДМИТРО МУРДЗА Є:

1. П'ЯТИКРАТНИМ ЧЕМПІОНОМ УКРАЇНИ І ВОЛОДАРЕМ ЗОЛОТОГО КУБКУ УКРАЇНИ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ,

2. СРІБНИМ ПРИЗЕРОМ УКРАЇНИ ЗБОРОТЬБИ ДЗЮДО

3. ЧЕМПІОНОМ УКРАЇНИ З ПАУЕРЛІФТИНГУ (СЕРЕД ЮНІОРІВ), ДВОКРАТНИМ СРІБНИМ ПРИЗЕРОМ УКРАЇНИ З СИЛОВОГО ТРИБОРСТВАТА ДВОКРАТНИМ СРІБНИМ ПРИЗЕРОМ УКРАЇНИ В ЖИМІ ЛЕЖАЧИ (ДОРОСЛОЇ КАТЕГОРІЇ).

4. МАЙСТРОМ СПОРТУ УКРАЇНИ ТА КАНДИДАТОМ В ЗБІРНУ УКРАЇНИ.

Завершити свою доповідь хочу словами наскельногонадпису в стародавній Елладі:

-Хочеш бути сильним - бігай

-Хочеш бути красивим - бігай

-Хочеш бути здоровим - бігай

-Хочеш бути розумним - бігай

Адже, найдорожче, що є в житті людини - це здоров’я.

Фізична культура - це урок, який дає здоров’я.

Я маю честь поповнювати скарбничку здоров’я кожної дитини, яку навчаю!!!

**Поширення педагогічного досвіду**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Дата** | **Тема** | **Місце проведення** |
| 1 | 18.10  2017 | Семінар – практикум «Про актуальні проблеми щодо організації освітнього процесу на уроках фізичноїкультури для дітей з вадамизору» | м. Тернопіль  ЗОШ №24 |
| 2 | 8.03  2018 | Семінар - практикум Всеукраїнського проекту «Спортивний рух Олександра Педана JuniorZ» | м. Тернопіль |
| 3 | 5-7.04  2019 | Тренінг для вчителів фізкультури та тренерів за сприяння фонду братів Кличко та UEFAFOUNDATION «Клич друзів - граймо разом!»  Виступ на тему «Робота з обдарованими дітьми» | м. Київ |
| 4 | 19.02. 2021 | Засідання проблемної групи вчителів фізичної культури «Розвиток інклюзивної компетентності вчителя фізичної культури» | онлайн |

**Звіт про результати змагань за 2013-22 н.р.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вид спорту | Дата | Етап | Прізвище та ім’я | Клас | Місце |
| 1 | Легка атлетика | 28.02.13р. | Україна | Филипюк Михайло | 8 | --- |
| 2 | Шахи | 19-20.04. | Чемпіонат області | Байдюк Ілона | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Куцло Софія | 10 | 3 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Шахи | 28.02.13р. | Область | Іванів Володимир | 10 | --- |
|  |  |  | «Повір у себе» | Раскевич Віталій | 8 | --- |
| 4 | Легка атлетика | 21.05.13р. | Чемпіонат області | Поліщук Дмитро | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 8 | 2 |
|  |  |  | «Повір у себе» | Бліщ Вікторія | 7 | 1 |
|  |  |  |  | П’ятничко Марія | 8 | 2 |
|  |  |  |  | Филипюк Михайло | 8 | 1 |
| 5 | Крос | 12.09.13р. | Область | Палій Володимир | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Гривняк Антон | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Поліщук Дмитро | 12 | 3 |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 9 | 4 |
|  |  |  |  | П’ягничко Марія | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Грошко Оля | 12 | 2 |
| 6 | «Футбол без меж» | 18.09.13р. | Область | Грошко Володимир |  |  |
|  |  |  |  | Палій Володимир | 12 | 2 |
|  |  |  |  | Трендовацький Петро | 12 | 2 |
|  |  |  |  | Славський Андрій | 11 | 2 |
|  |  |  |  | Дудко Олександр | 11 | 2 |
|  |  |  |  | Лемчик Остап | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Сагаль Михайло | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Максимишин Віталій | 9 | 2 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | «Футзал» | 22-23.11. | Область | Грошко Володимир | 12 | 1 |
|  |  | 2013р. |  | Палій Володимир | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Трендовацький Петро | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Славський Андрій | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Дудко Олександр | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Лемчик Остап | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Сагаль Михайло | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Максимишин Віталій | 9 | 1 |
| 8 | Волейбол | 15.02.14р. | Район | Палій Володимир | 12 | 4 |
|  |  |  |  | Грошко Володимир | 12 | 4 |
|  |  |  |  | Трендовацький Петро | 12 | 4 |
|  |  |  |  | Гривняк Антон | 12 | 4 |
|  |  |  |  | Демида Ігор | 10 | 4 |
|  |  |  |  | Буртак Богдан | 11 | 4 |
|  |  |  |  | Білик Володимир | 7 | 4 |
| 9 | Шахи | 21-22.03. | Область | Шкафаровський Василь | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Зеленкевич Сергій | 8 | 2 |
|  |  |  |  | Микитийчук Вікторія | 5 | 1 |
|  |  |  |  | Раскевич Віталій | 8 | ----- |
|  |  |  |  | Стадник Андрій | 5 | ----- |
| **2014 рік** | | | | | | |
| № | Вид спорту | Дата | Етап | Прізвище та ім’я | Клас | Місце |
| 10 | Крос | 23.03.14р | Область | МурдзаДмитро | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Филипюк Михайло | 9 | 2 |
|  |  |  |  | П’ятничко Марія | 9 | 1 |
| 11 | Легка  атлетика | 25.04.14р | Чемпіонат | Поліщук Дмитро ДЦП | 12 | 3 |
|  |  |  | Область | Мурдза Дмитро | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Филипюк Михайло | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Сінявська Мар’яна | 10 | 2 |
|  |  |  | «Повір у себе» | Габрук Володимир ДЦП | 5 | 3 |
|  |  |  |  | Оружак Сніжана | 5 | 3 |
|  |  |  |  | Микитийчук Вікторія | 5 | 2 |
|  |  |  |  | П’ятничко Марія | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Касіян Анастасія | 7 | 1 |
|  |  |  |  | Теслюк Іван | 7 | 2 |
|  |  |  |  | Білик Володимир | 7 | 3 |
| 12 | Крос | 26.09.14 | Область | П’ятничко Марія | 9 | 1 |
|  |  |  | Область | Микитийчук Вікторія | 5 | 2 |
|  |  |  |  | Теслюк Віталій | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Касіян Назар | 8 | 2 |
| 13 | Шахи | 10-12.10 | Чемпіонат | Куцло Софія | 10 | 1 |
|  |  | 2014 | Область | Микитийчук Вікторія | 5 | 2 |
| 14 | Шашки | 14-16.11. | Чемпіонат | ------------ | --- | --- |
|  |  | 2014 | Область |  |  |  |
| **2015 рік** | | | | | | |
| 15 | шашки | 2015 | «Повір у себе» | Тицька Мар’яна | 8 | 1 |
|  |  | 20-21.02 |  | Микитийчук Вікторія | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Тислюк Віталій | 8 | - |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 7 | - |
| 16 | Шахи | 20-21.03 | Чемпіонат | Гомзяк Михайло | 5 | - |
|  |  | 2015р. | Область | Чорний Артем | 5 | - |
|  |  |  |  | Микитийчук Вікторія | 5 | 1 |
|  |  |  |  | Габрук Володимир | 6 | - |
|  |  |  |  | Оружак Сніжана | 6 | - |
|  |  |  |  | Ковалик Христина | 6 | - |
| 17 | Легка атлетика | 09.04.15р. | Чемпіонат | Мурдза Дмитро | 10 | 2 |
|  |  |  | Область | П’ятничко Марія | 10 | 1 |
|  |  |  | «Повір у себе» | Микитийчук Вікторія | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Бліщ Вікторія | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 7 | 1 |
| 18 | Крос | 24.04.15р. | Чемпіонат | Стойко Михайло | 10 | 1 |
|  |  |  | Область | П’ятничко Марія | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Микитийчук Вікторія | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 7 | 3 |
| 19 | Шашки | 15-17.05 | Чемпіонат | Копит Всиль | 9 | - |
|  |  | 2015р. | Область | Іванів Володимир | 10 | - |
|  |  |  |  | Тицька Мар’яна | 8 | - |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 10 | - |
|  |  |  |  | Хома Наталя | 9 | - |
| 20 | Шахи | 22-24.05 | Чемпіонат | Куцло Софія | 11 | 2 |
|  |  | 2015р. | Область | Микитийчук Вікторія | 6 | 3 |
|  |  |  |  | Ленчишин Ірина | 11 | 1 |
| 21 | Легка Атлетика | 2015 | Україна | Мурдза Дмитро | 11 | 2 |
| 22 | Арм реслінг | 2015 | Україна | Мурдза Дмитро | 11 | 2 |
| 23 | Крос | 08.10.15. | Район | Демида Ігор | 12 | 1 |
| 24 | Крос | 10.10.15 | Область | Демида Ігор | 12 | 1 |
| 25 | Міні футбол | 18.19.15 | Область | Демида Ігор | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Іванів Володимир | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Білик Володимир | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Касіян Назар | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Костюк Ярослав | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Сагаль Михайло | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 8 | 1 |
| **2016рік** | | | | | | |
| 26 | Легка атлетика | 22.04.16 | область | Демида Ігор | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 11 | 2 |
|  |  |  |  | Габрук Володимир ДЦП | 7 | 2 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 8 | 1 |
|  |  |  |  | П’ятничко Марія | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Сороцька Оля | 7 | 1 |
| 27 | Шашки | 20-24.05.16 | область | Тицька Мар’яна | 9 | - |
|  |  |  |  | Хома Ірина | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Габрук Володимир | 7 | - |
|  |  |  |  | Мурза Дмитро | 11 | - |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Крос | 16.09.16 | область | Теслюк Віталій | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Стойко Михайло | 12 | 3 |
|  |  |  |  | Пятничко Марія | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Мельник Уляна | 10 | 2 |
| **2017рік** | | | | | | |
| 2 | Дзюдо | 18.02 | Рівне | Мурдза Дмитро | 12 | 2 |
|  |  |  | Україна |  |  |  |
| 3 | Шахи | 24-25.02 | Обл | Островська Юля | 5 | 2 |
|  |  |  |  | Миколаїв Юліана | 4 | 3 |
|  |  |  |  | Сидорчук Владислав | 4 | 2 |
| 4 | Легка атлетика | 05-08.03 | Україна | Мурдза Дмитро | 12 | 1 |
|  | Штовханняядра |  |  | Мурдза Дмитро | 12 | 1 |
|  | Біг-200 |  |  | Мурдза Дмитро | 12 | 2 |
| 5 | Шашки | 17-18.03 | Область | Островська Юля | 5 | 1 |
|  |  |  |  | Сидорчук Владислав | 4 | 3 |
| 6 | Легка атлетика | 06.04.17 | Область | П’ятничка Марія | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Мисник Дмитро | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Мурдза Дмитро | 12 | 2 |
|  |  |  |  | Сагайдак Ростислав | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Панасюк Вікторія | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Ковельська Наталя | 8 | 1 |
| 7 | Крос | 19.0517 | Область | Мурдза Дмитро | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Стойко Михайло | 12 | 2 |
|  |  |  |  | П’ятничка Марія | 12 | 1 |
|  |  |  |  | Приймак Мар’яна | 12 | 2 |
| 8 | Легка атлетика | 01.06-05.06.2017 | Україна | Мурдза Дмитро | 12 | 1  2  1 |
| 9 | Урок футболу | 18.09 по24.09 | Стадіон «Колос» | Учні 7 класу | 7 | -- |
| 10 | Крос | 29.09 | область | Сагайдак Владислав | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Ростислав | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Воробець Роман | 7 | 3 |
|  |  |  |  | Габрук Володимир | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Сівардюк Іванна | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Ковельська Наталя | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Кузь Ірина | 7 | 3 |
| 11 | Семінар-практикум | 18.10.17 | Область | Вчителі фізкультури |  |  |
| 12 | Голбол | 17-19.11  2017р | Відкритий чемпіонат  області | Стадник Андрій  Трендовацький Роман | 9  11 | 3  3 |
|  |  |  |  | Сагайдак Ростислав | 9 | 3 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 10 | 3 |
|  |  |  |  | Кавалик Зоряна | 9 | 3 |
|  |  |  |  | Сівірдюк Іванна | 9 | 3 |
|  |  |  |  | Луцків Марія | 11 | 3 |
|  |  |  |  | Сівіцька Христина | 11 | 3 |
| 13 | Голбол | 11-15.12  2017 | Україна | Луцків Марія | 11 | \_ |
| **2018 рік** | | | | | | |
| 14 | Легка атлетика | 20.04.  2018 | область | Габрук Володимир | 9 | 3 |
|  |  |  |  | Оружак Сніжана | 9 | 1 |
|  |  |  |  | Ковалик Зоряна | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Ковалик Христина | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Крушельницький Роман | 5 | 2 |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 5 | 3 |
|  |  |  |  | Воробець Віталій | 5 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Владислав | 10 | 1 |
| 15 | Шашки | 11-12.04  2018 | область | Островська Юля | 5 | 2 |
| 16 | Крос | 20.09.18 | область | Луцків Ілля | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Воробець Віталій | 6 | 3 |
|  |  |  |  | Островська Юля | 7 | 3 |
|  |  |  |  | Сівардюк Іванна | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Стадник Андрій | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Трендовацький Роман | 11 | 1 |
| 17 | Міні футбол | 14.09.18 | область | Расулов Сергій | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Васильків Михайло | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Грошко Микола | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Сагайдак Ростислав | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Васенда Микола | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Пелехатий Роман | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Білінський Святослав | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Андрусевич Володимир | 11 | 1 |
| **2019 рік** | | | | | | |
| 1 | Легка атлетика | 12.04.19 | область | ОружакСніжанна | 10 | 1 |
|  |  |  |  | Ковалик Христина | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 6 | 2 |
| 2 | Крос | 16.05.19 | область | Воробець Віталій | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 6 | 2 |
|  |  |  |  | Трендовацький Роман | 12 | 1 |
|  |  |  |  | ОружакСніжанна | 10 | 2 |
|  |  |  |  | Гомзяк Анастасія | 3 | 1 |
| 3 | Шашки | 13.09.19 | область | Корбецька Марія | 9 | - |
|  |  |  |  | ОружакСніжанна | 11 | 2 |
|  |  |  |  | Ковалик Зоряна | 11 | - |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 7 | 2 |
|  |  |  |  | Наконечна Вікторія | 8 | 3 |
|  |  |  |  | Воробець Віталій | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Островська Юля | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Добрянський Олександр | 7 | 2 |
| 4 | Шахи | 20-21.09 | область | Ганчин Олег | 9 | 3 |
|  |  |  |  | Семків Богдан | 2 | 2 |
|  |  |  |  | Кузь Віктор | 6 | - |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 7 | 2 |
|  |  |  |  | Наконечна Вікторія | 8 | 2 |
|  |  |  |  | Островська Юля | 8 | 1 |
| 5 | Крос | 11.10.19 | область | Луцків Ілля | 7 | 2 |
|  |  |  |  | Ковалик Зоряна | 10 | 3 |
|  |  |  |  | Островська Юля | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Титарчук Валентин | 8 | 2 |
|  |  |  |  | Воробець Віталій | 7 | 1 |
|  |  |  |  | Гомзяк Анастасія | 4 | 2 |
| 6 | Шашки командні | 18-19.10 | область | Островська Юля | 8 | - |
|  |  |  |  | Воробець Віталій | 7 | - |
|  |  |  |  | Добрянський Олександр | 7 | - |
| 7 | Міні футбол | 15.11.19 | область | Воробець Роман | 10 | 1 |
|  | Кубок |  |  | Воробець Віталій | 7 | 1 |
|  |  |  |  | Гейнович Сергій | 7 | 1 |
|  |  |  |  | Васенда Сергій | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Василик Михайло | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Расулов Сергій | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Грошко Микола | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Білінський Святослав | 11 | 1 |
| **2021 рік** | | | | | | |
| 1 | Легка атлетика | 21.05.21 | область | Луцків Ілля | 8 | 1 |
|  |  |  |  | Ковалик Зоряна | 11 | 2 |
|  |  |  |  | Ковалик Христина | 10 | 1 |
| 2 | Легкоатлетич  ний крос | 24.09. 2021 | область | Стасій Юрій | 11 | 1 |
|  |  |  |  | Луцків Ілля | 9 | 2 |
|  |  |  |  | Гомзяк Анастасія | 6 | 1 |
|  |  |  |  | Ковалик Христина | 11 | 2 |