



Издается при поддержке Управления
по развитию физической культуры, спорта
и туризма Администрации Екатеринбурга

№01 [39]
февраль 2016



Лыжня России-2016

На традиционные зимние старты «Лыжня России» кто-то приходит всем классом, кто-то с товарищами по спортивной секции, кто-то с друзьями и подругами, а кто-то приводит всю семью и даже БАБУШЕК и ДЕДУШЕК. Ведь тем, кто вместе, любые дистанции по плечу!

Сегодня в номере:

Когда ты — настоящий

Андрей и Екатерина
Соснины пересекли
Атлантический океан
на яхте, преодолев
5264 морских мили



Страница 3

Солнце, воздух и вода!

Сегодня мы в гостях у детско-
юношеской спортивной школы
Верх-Исетского района
г. Екатеринбурга



Страница 4-5

Не в свои сани не садись!

История олимпийских
видов спорта.
Бобслей, скелетон,
санный спорт



Страницы 6-7



Новости спорта

16/02/16

Первенство России по легкой
атлетике среди юниоров
1996–1997 г.р.

На дистанции 60 метров с барьерами первое место у Глеба Егорова из ДЮСШ «Юность», который тренируется под руководством тренерского тандема Н.В. и А.В. Жуковых.

Вслед за Глебом на пьедестал почета, но на вторую ступень, поднялись сразу три наших спортсменки: Валерия Цаплина, Анна Соколова, Дарья Калашникова, которые бежали в составе сборной команды Свердловской области в эстафете 4x200 метров.

Порадовали и наши выпускницы, в копилке которых две «бронзы», у Анастасии Кудрявцевой в беге на 800 м, а у Марии Уткиной — 1500 м.

13/02/16

Чемпионат мира по зимнему
триатлону

13 февраля в австрийском городе Цельтвег состоялся Чемпионат и Первенство мира по зимнему триатлону.

Победители из ДЮСШ «Виктории»:

II место среди юниорок заняла Юлия Скрыбина

III место среди женщин заняла Карина Сахно.

Тренер: Решетков Анатолий Викторович

9/02/16

Воспитанники екатеринбургской
СДЮСШОР горных видов спорта
выступили в составе сборной
России на первенстве мира
по ледолазанию в Италии.

26/01/16

Соревнования проходили в двух дисциплинах: трудность и скорость. Алена Кочебаева завоевала золото в категории «трудность» и бронзу в «скорости». Диана Галимова заняла шестое и второе место соответственно, а Екатерина Новоселова — пятое и седьмое в представленных дисциплинах.

Екатеринбургские воспитанники ДЮСШ по тхэквондо Даниял Гянджаев и Довар Джамолов (тренер Игорь Горюнов) заняли второе место в весовой категории 57 килограммов в I этапе VI международных спортивных игр «Дети Азии» по тхэквондо ВТФ среди юношей и девушек 2000–2001 годов рождения. Кроме этого, Гянджаеву Даниялу вручили кубок «За волю к победе»!

Лыжня России – 2016

В Екатеринбурге забеги прошли на 16-ти площадках во всех семи районах города.



Горожане в рамках массовой гонки «Лыжня России – 2016» прошли дистанцию, превышающую длину экватора – 50 тысяч 692 километра. Такие подсчеты произведены согласно количеству участников и минимальной дистанции забегов, которая составляла 2018 метров (2018 год – год проведения чемпионата мира по футболу, матчи которого уже через два года пройдут в столице Урала). На лыжню в этом году вышли 25 120 человек, 3 150 из них стартовали на главной площадке проведения гонки – базе спорткомплекса «Калининец» в Орджоникидзевском районе.

Самая лыжная семья

Александр, Ирина, Анастасия, Ксения и Станислав Колесовы признаны самой многочисленной семьей, принявшей участие во Всероссийской массовой гонке «Лыжня России», центральный старт которой прошел на базе спорткомплекса «Калининец» в Орджоникидзевском районе. Поскольку в этом году лыжная гонка состоялась накануне Дня святого Валентина, организаторы в шутку присвоили Колесовым титул «Самая

любвеобильная семья». Колесовы – очень спортивная семья: ее глава Александр Петрович – мастер спорта международного класса по альпинизму, мама Ирина Викторовна имеет первый спортивный разряд по скалолазанию. Старшая дочь, 17-летняя Настя, – кандидат в мастера спорта по синхронному плаванию, а младшая, 10-летняя Ксюша, имеет первый юношеский разряд по этому виду спорта. На лыжах все

катаются часто и с удовольствием.

А вот для самого младшего члена семьи, Станислава, которому 2 года и 6 месяцев, участие в «Лыжне России» стало дебютом. Он впервые встал на лыжи, и его ждал успех: семья победила в номинации, а спонсоры вручили подарки, в числе которых оказался большой торт-мороженое.

Кроме семьи Колесовых на центральной площадке лыжной гонки

чествовали самого опытного участника (87 лет) и самого юного (9 месяцев). Последний, правда, катался, находясь в рюкзаке за спиной у мамы.

Самым креативным организаторы «Лыжни России» признали участника, который прошел дистанцию на лыжах 1942 года выпуска.

Елена Порунова
eekaterinburg.rf

Блиц-опросы



Что было удивительного на «Лыжне России-2016»

– Когда физрук спросил на уроке, у кого есть лыжи, руки подняли только 5 человек из 26. Искренне удивился. Считал наш класс более спортивным. Но сегодня на старт одноклассников пришло больше. Многие с родителями и с братьями и сестрами.

– Первый раз встала на лыжи. Они пластиковые и едут что вперед, что назад одинаково. Парни поржали и посоветовали ехать «коньком», а как это – не объяснили.

– Мы тоже первый раз на лыжах сегодня пошли. Физрук обещал всем пятерки поставить, да и так прикольно. У нас человек 10 из класса пришло, и из параллельного тоже.

– Самое удивительное, что наш физрук пришел без формы и лыж, но принес целую коробку слоеных пирожков с повидлом и всем нашим на старте их раздавал. Это круто.

– Удивительно то, что мой младший брат-первоклассник обогнал почти всех одноклассников и одноклассниц из десятого. Еще пару лет, он и меня обгонит.

– Было много народу, было весело, а на финише всем шоколадки раздавали.

– Было тепло, солнечно, и впервые за три года шапка досталась. До этого бегал, ни разу не хватало. Хотя и народу вроде больше в этом году пришло.

– Удивительно то, что в этом году тепло. В прошлом году бегали, была холодина, градусов 25–30. Когда тепло, оно приятнее.

– Первый раз по пруду катался, до этого всегда в парке или по лесу. Необычно несколько. Бежишь, а кругом рыбаки сидят и лунки вокруг.

– Удивительно, видел девочку на мини-лыжах и без палок. Поспорили с другом, дойдет она до финиша или нет.

– Очень много детей с родителями. Прямо совсем маленьких, лет 5–6. И идут, не ноют. Моя бы сестра уже давно бы посреди пруда валялась и пиццала.

– Увидел Евгения Михайловича Виноградского. Это один из самых крутых альпинистов России и мира. Он 5 раз на Эвересте был. Долго глазел на него со стороны, а потом подошел и за руку поздоровался. Много читал про него, про Гималаи, а вот так просто увидел первый раз. Небольшого роста, скромный такой. Только ради этого можно было на лыжах здесь бегать.

– Сначала было холодно и тоскливо, а когда старт дали, сразу веселее стало.

– Очень много людей и детей, которые плохо держатся на лыжах. Не понравилось. Все валятся, под ноги падают, по лыжне ехать невозможно. Начинаешь обгонять, а школьники, как доминошки, падают один за другим.

– Понравилось, что шапки давали и шоколад на финише. Весело, а после старта учителя чаем из термосов напоили. Клевое мероприятие.

– Удивительно, зачем регистрировались на старте и подписывали какие-то бумаги. Думали, кто зарегистрируется, тем шапки давать фирменные будут, а их и так всем давали.

Когда ты — настоящий

Андрей и Екатерина Соснины пересекли Атлантический океан на яхте, преодолев 5264 морских мили

Наша редакция не могла упустить шанс пообщаться с уральскими путешественниками.



— Андрей, как вы отважились на такое путешествие?

— Я с двенадцати лет мечтал о кругосветном плавании. Непросто было исполнить мечту. Но поставив себе цель, я с каждым годом приближался к ней и превращал сон в явь. С чего начать? После второго курса я начал копить деньги и покупать запчасти, из которых после собрал яхту (строительство длилось девять лет!). Друзья не понимали меня и не верили в то, что я реализую свою



«Eagle»
в переводе
с английского —
«орел». Это
подходящее
имя
для яхты

Место отправления: Бостон, США
Место прибытия: Турция, Мармарис
Время в пути: 84 дня

Длина пути: 5264 морских мили (9 748 км)



мечту. Но я продолжал мечтать, стремился достичь поставленных целей.

— Наверное, вам непросто было собрать команду...

— Действительно, для исполнения желания нужно было немало, и яхта в этом была не самым главным. Нужна была настоящая дружба, которой

можно доверять в любой ситуации. Мой друг детства Денис с радостью и без лишних вопросов откликнулся на предложение отправиться через Атлантику. А с Катей я познакомился в университете и смог «заразить» её парусным спортом.

— Неужели яхту вы собирали по запчастям?

— Нет, — смеется Андрей, — наша яхта «Eagle» была куплена за 6.000 долларов, что для яхты цена невысокая. Она досталась нам вместе с именем, и мы согласились оставить его. Ведь считается плохой приметой поменять имя судну, а моряки, как вы наверняка знаете, иногда бывают излишне суеверны. Потребовалось много времени, чтобы подготовить ее к такому путешествию, и яхта справилась достойно.

— Расскажите подробнее о своем маршруте.

— Атлантический океан мы пересекли за 20 дней. Потом путешествовали по странам Средиземного моря: Португалии, Испании, Италии,

Греции и Турции. Почти в каждой стране на яхту устанавливался местный флаг, под которым проходила часть пути. Так собралась целая коллекция флагов.

Маршрут пролегал по 38 параллели. Более 500 лет назад там же проходили корабли Колумба, который плыл из Америки в Европу!

— Попадали ли вы в шторм?

— В целом маршрут был рассчитан так, чтобы свести к минимуму возможность попасть в опасные ситуации. Но, конечно, без трудностей не обошлось. Самым тяжелым отрезком пути стало начало путешествия — плавание от Бостона до Азорских островов. Яхта попала в шторм, но экипаж смог достойно справиться с ситуацией.

Во время шторма ветер достигал 30 узлов, т.е. 15 м/с (очень крепкий)!

— Трудно ли было привыкнуть к морской жизни?

— Тяжело было привыкать к новому, довольно скудному меню. Основными продуктами для нас стали крупы и консервированные овощи. Несколько раз за плавание нам удалось поймать крупных рыб — тунцов, которых мы ели и жареными, и вареными, и даже сырыми.

— Неприятным физическим испытанием стала и морская болезнь, — добавила Катя, — продолжающаяся у каждого по несколько дней, но все смогли быстро адаптироваться.

— Расскажите о самых запоминающихся ощущениях.

— Когда только вышли из Бостона, было жутко холодно, было очень плохо, и я ощутила поддержку экипажа, — делится с нами Катя. — В голове появлялась мысль: «О Боже! Вот так ещё три недели?!» Чтобы пройти плавание, надо перестать думать, отказаться от ожиданий. Океан дарит много мыслей, переживаний, которые приводят к переосмыслению, смене ценностей.

— Да, ведь надо помнить, — добавляет Андрей, — что хождение под парусом — не только спорт, а особое состояние. Особое состояние души, которое затягивает, из-за которого хочется возвращаться к себе настоящему, ведь только под парусом, в открытом океане, ты — настоящий.

Редко, когда отказываешься от мечты,
т.е. цели, которую живешь, мечтаешь
исполнить, действительно.
Взрослея, приобретаешь ответствен-
ность за свои решения, поступки,
выборы. Не ожидавай, не
сравнивай свои мечты и успех с
мечтами и успехами других людей.
Живное сердце.

Дарья Колпакова,
10 «А» класс, СУНЦ УРФУ,
отряд «Каравелла»
Фото с сайта отряда
и блога путешественников

Солнце, воздух и вода!

Сегодня мы в гостях у детско-юношеской спортивной школы Верх-Исетского района г. Екатеринбурга



В нынешнем виде ДЮСШ образована 29 апреля 1993 г. О сегодняшней жизни и перспективах школы рассказал ее директор – Шабарчин Сергей Петрович.

– В школе занимается чуть менее тысячи человек по 9 направлениям: гребля на байдарках и каноэ, парусный спорт, гребной спорт, биатлон, каратэ, легкая атлетика, лыжные гонки, художественная гимнастика, спортивная аэробика. Три направления нашей школы уникальны для Екатеринбурга. Во всем городе только у нас культивируется гребной спорт, парусный спорт и биатлон. Если вы видите себя гребцами, яхтсменами или биатлонистами, то вам сюда. Но это совсем не значит, что остальные направления у нас менее развиты. В 2015 году звание Мастера спорта по художественной гимнастике получила Бьелич Адиса. Чемпионами России стали Самедов Егор, Давыдов Иван, Чермянинов Евгений, Курылин Кирилл, Постников Сергей, Огнев Денис, Писанко Артемий (гребной спорт), Ефимов Артем, Полонников Илья (гребля на байдарках и каноэ). Каратисты, легкоатлеты, биатлонисты, яхтсмены – все ребята регулярно выступают на многочисленных соревнованиях и добиваются высоких спортивных успехов. Только за прошлый год наши воспитанники приняли участие более чем в 85 соревнованиях разного уровня: от городских, областных, всероссийских до международных первенств. Тренерский состав высококвалифицированный. Заслуженные тренеры СССР и России, подготовившие немало разрядников разного уровня, начиная от массовых, КМС, мастеров спорта, до мастеров спорта международного класса, победителей и участников олимпийских игр. В школу приходят и новые молодые тренеры,

История школы неразрывно связана с греблей. В 1957 году в Свердловске была создана детская спортивная школа по гребле. В ней развивалось два направления: гребля на народных ялах (шлюпках) и гребля на байдарках и каноэ. Школа называлась ГБШ (гребная база школьников). Уже в 1960 году в г. Свердловске проводилось первенство России по гребле на байдарках и каноэ.

В 1966 году воспитанник школы Алексей Голубков стал участником чемпионата Мира в Германии. В 1976 г. школу известную, как ДЮСШ №5, возглавил Владимир Терехов, с приходом которого был сделан большой прорыв в подготовке спортсменов. За короткое время было приобретено более 100 байдарок и каноэ, весла, лодки с подвесными моторами. Было построено капитальное здание с шестью боксами для хранения инвентаря, гараж для автомобилей. Терехов сделал упор на привлечение специалистов из числа своих учащихся и тренеров из других регионов. Семидесятые – восьмидесятые: годы расцвета гребли на байдарках и каноэ в Свердловске. За эти годы школа подготовила двух МСМК, около 3-х десятков МС, свыше 100 КМС.

обновляется инвентарь, покупаются новые лодки и яхты, новые современные тренажеры. Наши тренировочные площадки находятся в разных концах города, так, база биатлонистов и лыжников расположена на Московском тракте. Для доставки на тренировку детей в прошлом году был куплен микроавтобус. На нем же обучающиеся ездят на городские и областные соревнования.

Чем занимаются лыжники, биатлонисты, гимнасты и легкоатлеты зимой – понятно. А вот чем занимаются зимой ребята из водных видов спорта? В этом нам помогли разобраться тренеры водных направлений.
Назаров Михаил Леонидович - мастер спорта, тренер-преподаватель высшей категории.

– **Михаил Леонидович, первый вопрос: что такое гребной спорт и чем он отличается от гребли на байдарках и каноэ?**

– Гребной спорт объединяет различные виды: академическая гребля, народная гребля, гребля на ялах. Основное их отличие от гребли на байдарках и каноэ – это расположение гребца относительно движения лодки. На байдарках и каноэ гребут лицом к финишу, а у нас – спиной к финишу.

– **Насколько полезны для ребят занятия греблей?**

– Мое мнение – это самый здоровый и полезный для детей вид спорта. Солнце, воздух, вода, движение – в нашем спорте все эти составляющие присутствуют. При гребле задействованы 95% мышц. Мышцы при такой нагрузке развиваются равномерно и гармо-



нично. Все спортсмены стройные, подтянутые. Дети, занимающиеся на свежем воздухе, практически не болеют. Основной соревновательный период – лето, когда ребята уже не учатся. А это значит, что ребенок не будет пропускать из-за многочисленных соревнований уроки, не пострадает его образование.

– **Вот отсюда и следующий вопрос: а чем вы занимаетесь осенью, зимой и весной, ведь зима на Урале длинная?**

– С этим утверждением в корне не согласен. На городском пруду лед сходит в апреле, и уже в конце месяца можно приступать к водным тренировкам. А последние старты мы проводим в начале октября. Считайте сами: почти семь месяцев. А вот с лыжами хуже. В последние годы лыжню нарезают только в декабре, а в апреле снег уже почти сходит. Чистого катания 5 месяцев, хорошо если морозов за 30 не будет. Конечно, в Сочи и в Приморье климат более комфортный, но и у нас можно прекрасно тренироваться. В 2015 году во Всероссийский реестр видов спорта включена новая дисциплина: «гребля – индор». Это гребля на тренажерах. Современные тренажеры Concept 2 позволя-

ют даже проводить на них официальные соревнования. Подготовка на этих тренажерах вместе с ОФП существенно помогает в зимний период.

– **Возраст, с которого вы начинаете работать с ребятами?**

– Официальный возраст – 9–10 лет, но в последние годы мы набираем детей в группы «спортивной продленки». Это дети младших классов, которые занимаются игровыми видами спорта и ОФП, узнают азы гребли, чтобы в дальнейшем легче влиться в тренировочный процесс. В гребной спорт переходит много ребят из лыжного спорта, из конькобежного. Это уже опытные спортсмены, достигшие высоких спортивных разрядов. Они пробуют себя в гребле и часто достигают больших успехов. Я сам пришел в греблю в 18 лет, а в 20 выполнил норматив Мастера спорта.



Про другой водный вид – греблю на байдарках и каноэ – нам рассказал Калашников Михаил Петрович, заслуженный тренер России, тренер-преподаватель высшей категории.

– Михаил Петрович, про солнце, воздух и воду мы уже слышали. А вот зимой воды-то у вас и нет.

– Как это нет, а бассейн? У нас две тренировки в неделю проходят в бассейне. Все ребята, которые занимаются греблей, должны великолепно плавать. Это основа безопасности. Конечно, у новичков есть и спасательные жилеты, и поплавки дополнительные на лодках, и катер сопровождения на водных тренировках обязателен, но умение хорошо плавать никто не отменял.

– **А с какого года обучения ребята сажаются в лодку?**

– С первого года. Не сразу, конечно. Это ведь совсем не просто, навыки нужны, равновесие держать. Но этому всему обучаем, главное, чтобы желание было. Зато летом раздолье. Ребята целыми днями на воде пропадают. Каждое лето обязательно в лагерь на сборы выезжаем. Много соревнований. Да и зимой жизнь насыщенная: лыжи, коньки, хоккей, общефизическая тренировка, плавание. Без этого спортсмен не получится. Стараемся, конкуренция у нас большая. Кроме нашей школы, гребля на байдарках и каноэ есть в ДЮСШ «Виктория» и «Динамо». Другое дело, что уровень физической подготовки ребят в последние годы все ниже и ниже. Уроки физкультуры дополнительные вводят, а толку нет. Приходят ребята, которые в 10 лет ни подтягиваться не умеют, ни через скалку не прыгают, ни на коньках, ни на лыжах. А чем тогда на физкультуре в школе занимались? Приходится нам всему учить.



Юрий Викторович Постригай, 31.08.1988 г.р. – российский гребец-байдарочник, спринтер, выступающий за сборную России с 2006 года. Чемпион летних Олимпийских игр в Лондоне, двукратный чемпион Европы, чемпион мира, многократный победитель кубков мира, чемпион летней Универсиады в Казани, многократный призёр национального первенства. Партнер Юрия по лодке – Александр Дьяченко (Россия). На данный момент ведется подготовка на Олимпийские игры 2016 г. в Бразилию.

С Михаилом Петровичем можно разговаривать долго, он работает в школе с 1998 года. У него начинал заниматься греблей будущий олимпийский чемпион Лондона 2012 – Юрий Постригай.



Про парусный спорт нам рассказала Саловская Ирина Игоревна, мастер спорта России по парусному спорту.

– Наш вид спорта тоже водный, но движущая сила в нем – не мышцы спортсмена, а ветер и парус.

Но управлять силой ветра непросто. Не всякому удастся с первого раза заставить лодку двигаться в нужном направлении, разворачивать ее в нужном месте и при этом не переворачиваться швертом вверх. Вязать узлы, снаряжать яхту, управлять парусами, выбирать и держать нужный курс, менять галсы и безопасно для себя и других делать повороты. Все этому мы и учим в нашей секции. Здесь мало одной физической силы, нужно уметь думать, рассчитывать, чувствовать ветер. Кто приходит к нам и учится всему этому, тот навсегда остается с парусами. Я сама пришла в эту школу в 11-летнем возрасте и вот уже 9 лет учу других. Яхтинг – это не просто сложный спорт. Для многих ребят, которые у нас занимаются, соревнования часто не являются чем-то главным. Да, они участвуют в них, но главное для них – это ветер и паруса.

Все ребята начинают с одноместных лодок класса «Оптимист», а дальше, по мере получения навыков, становятся или рулевыми, или шкотовыми. Переходят на яхты класса «Кадет», «Рикошет», «Лазер». В межсезонье, как и все водники, катаемся на коньках, играем в футбол, в хоккей, плаваем в бассейне. Проводим теоретические занятия. Изучаем такелаж яхты, учимся вязать узлы, учим тактику и правила управления яхтой на воде. Ведь яхта не велосипед, на тормоз не нажмешь и моментально не остановишь. Все лето на воде. Лодок на всех, конечно же, не хватает, занимаемся по сменам. Много ездим на соревнования по области. В общем, школа живет и развивается.



На катке ребята из парусной секции играли в хоккей. Мы задали им несколько вопросов:

Ребята, как вас зовут, давайте знакомиться.

- Меня Андрей.
- Я Женья.
- Я Алан.
- Я Лера.

Ребята, что вам больше нравится: летом на яхте ходить, или зимой в хоккей играть?

- Мне на яхте.
- А мне, и то, и то.
- А я еще на яхте не ходил, я первый год занимаюсь.

А почему вы выбрали именно парусный спорт?

- У меня друг тут занимается.
- А меня мама привела.
- И меня мама, она сама парусным спортом занималась.
- А я живу рядом.

Ребята, вы только парусным спортом занимаетесь?

- Я – да
- А я еще в волейбол люблю играть.
- А я еще борьбой.
- А я плаванием.
- Мы все плаваем, и на соревнованиях уже по плаванию участвовали, и в хоккей любим играть.

А лето ждете?

- Конечно, летом тепло.
- Летом на яхтах будем ходить.
- Да, и на острова всякие тоже.

Значит, нравится в секции?

- Конечно!



Про уральскую школу биатлона, про Екатерину Глазырину и ее тренера Стремоусову Валентину Михайловну читайте в мартовском номере газеты.

Не в свои сани не садись!

«А сел — не раскаивайся» — так заканчивается известная поговорка. И действительно — для каждого вида спорта они особенные. И катание с горки на санках теперь уже далеко не забава!

Готовь сани летом...

Сани — древнейшее средство передвижения. Появились они куда раньше телег и других повозок на колесах. Викинги массово использовали сани с двумя полозьями уже в 800 году до нашей эры. Наиболее ранние письменные упоминания найдены в средневековых норвежских хрониках, относящихся к 1480-м годам. Да и в наших снежных и бездорожных краях сани пользовались

уважением с глубокой древности, не зря само слово сани — славянского происхождения. В самые торжественные моменты — на свадьбу и в самые печальные — на похороны, на Руси использовали только сани, а не телегу. Они были более почетным видом транспорта.



В России первые официальные соревнования по санному спорту были проведены в 1910 году в Москве на Воробьевых горах.

«Выигрыш с проигрышем на одних санях ездят»

Если спортсмен лежит на санках головой вперед, лицом вниз, значит вы смотрите скелетон! Для управления этими санями используются специальные шипы на ботинках. На финише сани и спортсмен взвешиваются, максимальный вес скелетона — 43 кг для мужчин и 35 кг для женщин. Для соревнований используют те же трассы, что и для бобслея. Большинство трасс — длиной в 1500 метров, и у всех есть уникальные особенности и различные степени трудности. При разгоне сани набирают скорость до 40 км/ч, а максимальная скорость достигает 130 км/ч. В сравнении с бобслеем и санным спортом скелетон наиболее опасен и требует соблюдения жестких правил.

Если же по трассе мчатся ногами вперед один или два мужчины или одна женщина, то это санный спорт. На протяжении 50 лет программа санного спорта на Олимпийских играх оставалась без изменений, пока в 2014 году на Играх в Сочи не была добавлена ещё одна дисциплина — командная эстафета, где мужчины, женщины и пары от одной страны стартуют по очереди сразу друг за другом.

Любишь кататься?

Первое соревнование на санках произошло в 1883 году в Швейцарии. В нем принял участие 21 спортсмен из 6 стран мира. Быстрее всех трассу длиной 4 километра проехали австрийский студент Джордж Робертсон и сельский почтальон

Питер Минкх. Оба показали на финише одинаковое время — 9 минут и 15 секунд!

В 1913 году в Дрездене (Германия) была основана Международная Федерация Санного Sports.

«Каковы сани, таковы и сами!»



А что будет, если соединить между собой двое саней доской, как сделал англичанин Уилсон Смит в 1888 году? Вы удивитесь, но это бобслей. В 1904 году их немного доработали. И вскоре смастерили «бобы» уже не из дерева, а из металла. На такие сани могут сесть 5–6 человек. Бобы — управляемые сани. Стоимость одного боба равна стоимости нового авто. В программу зимних Олимпийских игр бобслей был включен начиная с 1924 года.

Англичане не утомались, а продолжили выдумывать новые виды санок. В 1892 году они смастерили нечто металлические на полозьях и с ручками, похожее на скелет. Название сани получили соответствующие — скелетон. Впервые спуск на них был продемонстрирован в 1905 году на соревнованиях по бобслею в Мюрццушлаг. Сорев-

нования по скелетону впервые были представлены на II зимних Олимпийских играх, проходивших в Санкт-Морице в 1928 году. Затем наступил двадцатилетний перерыв. И только в 1948 году, причём снова в Санкт-Морице — на V зимних Олимпийских играх, опять соревновались на скелетонах. Дело в том, что трасса была только в Санкт-Морице. В заездах приняли участие тринадцать атлетов из пяти стран. Затем вместо скелетона в программу зимних Олимпийских игр был включён санный спорт (впервые в 1964 году). Первые соревнования состоялись на трассе австрийского Инсбрука.

А скелетон вплоть до 2002 года не был представлен на Олимпийских играх. Только в 1999 году он снова был включён в программу Олимпийских Игр 2002 года в Солт-Лейк-Сити.

Можно ли соревноваться без трассы?

В 2000-е годы Международная федерация санного спорта добивалась включения в программу зимних Олимпийских игр натурбана, однако ей было отказано из-за малой популярности натурбана за пределами Европы. Мы решили узнать, действительно ли этот вид спорта малоизвестен. Опрос «Что такое натурбан» мы проводили в Татьянин день, поэтому решили опрашивать только Татьян! И вот что нам ответили:

- Это животное такое. Что-то вроде быка. (Татьяна 12 лет)
 - Это спорт какой-то. (Татьяна 15 лет)
 - Это разновидность санного спорта, только в чем разница не помню. (Татьяна 14 лет)
 - Это когда на санках вниз головой едут. (Татьяна 14 лет)
 - Продукт такой полезный. (Татьяна 16 лет)
 - Зимний вид спорта, что-то с санями связанное. (Татьяна 15 лет)
 - Это что-то натуральное, здоровое питание что ли. (Татьяна 14 лет)
 - Это ругательство какое-то. (Татьяна 13 лет)
 - Автобан, натурбан – дорога какая-то, без асфальта видимо. (Татьяна 16 лет)
 - БАД (биологически активная добавка). (Татьяна 15 лет)
 - Когда на санках с горы едут. (Татьяна 15 лет)
 - Вид спорта новый, экстремальный. (Татьяна 16 лет)
 - Спорт, когда за парашютом на борде летают. (Татьяна 13 лет)
 - По-моему это город, где-то на севере. (Татьяна 12 лет)
- Решив, что мы сами толком не знаем, что такое натурбан, посмотрели в интернете.



Для соревнований по санному спорту, бобслею и скелетону на Олимпийских играх 2014 года построена уникальная по своим техническим характеристикам санно-бобслейная трасса – ЦСС «Санки». Передовые технологии подготовки льда обеспечивают точный и постоянный контроль над температурой трассы.



НАТУРБАН (нем. die Naturbahn – «естественная трасса») – дисциплина санного спорта, заключающаяся в спуске на скорость на санях по естественной трассе. Как и в спуске по искусственным (санно-бобслейным) трассам соревнования проводятся у мужчин на санях-одиночке и санях-двойке, у женщин на санях-одиночке.

С 1970 года по натурбану проводятся чемпионаты Европы, с 1979 года – чемпионаты мира, с 1992 года – ежегодный 6-этапный Кубок мира.

Фоторепортаж из детского сада №541

Спортивный праздник «День военно-воздушных шаров»

Даже обычную эстафету можно сделать яркой и запоминающейся, стоит лишь придать каждому этапу смысл и дать простор детской фантазии. Тазики превращаются в шлюпки, а мешочки с песком – в метательный снаряд. Шарик, наполненный водой, требует ловкости и осторожности. Эти веселые и забавные испытания команд «Смелые» и «Непобедимые» развивают силу, быстроту, сноровку, чувство юмора, воспитывают

чувство товарищества и взаимопомощи. Особенно, когда все девчонки поддерживают и болеют за вас. Побеждает дружба! Призы достаются всем, а хорошее настроение и заряд бодрости обеспечен на целый день.

Фото Александр Усков



Викторина для тех,
кто внимательно читал нашу газету

1. Какие три вида спорта в Екатеринбурге культивируются только в ДЮСШ Верх-Исетского района?
2. В какой дисциплине Алена Кочебаева завоевала золотую медаль?
3. Что такое натурбан?
4. Сколько лет было самому опытному участнику центрального старта «Лыжни России-2016» в Екатеринбурге?
5. Как называлась яхта, на которой Андрей и Екатерина пересекли Атлантику?
6. Как называлась ДЮСШ Верх-Исетского района в 60-е годы?
7. В каком городе состоялось первенство мира по зимнему триатлону в феврале 2016 года?
8. На какой Олимпиаде Юрий Постригай завоевал золотую медаль?
9. Про какой вид спорта в следующем номере нам расскажет Стремоусова Валентина Михайловна?
10. Какова была длина дистанции «Лыжни России-2016» в Екатеринбурге?
11. Где и когда в России впервые прошли официальные соревнования по санному спорту?
12. Что зашифровано на QR-коде ДЮСШ Верх-Исетского района?
13. Сколько лет строил яхту Андрей Соснин?
14. Какой знаменитый на весь мир альпинист участвовал в «Лыжне России-2016» в Екатеринбурге?
15. Как звали участниц опроса про зимний вид спорта?

 Спортивные школы Екатеринбурга

ДЮСШ «АВТОМОБИЛИСТ»



ДЮСШ «ДИНАМО»



ДЮСШ «КРИСТАЛЛ»



ДЮСШ «СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ КЛУБ «РАДУГА»



ДЮСШ «БУРЕВЕСТНИК»



ДЮСШ «ДИНАМО» ПО ЕДИНОБОРСТВАМ



ДЮСШ № 8 «ЛОКОМОТИВ»



ДЮСШ 19 «ДЕТСКИЙ СТАДИОН»



ДЮСШ «ВИКТОРИЯ»



ДЮСШ «ИНТЕЛЛЕКТ»



ДЮСШ «РОДОНИТ»



ДЮСШ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО РАЙОНА



Газета «Физкульт-привет»
зарегистрирована в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и
массовых коммуникаций по Свердловской
области 12 апреля 2011 года
Свидетельство ПИ №ТУ66-00658

Учредитель и издатель: ИП Семенов Михаил Геннадьевич

Адрес редакции и издателя:
620086, Екатеринбург, ул. Белореченская, 7-213
тел.(343)213-47-78, факс (343)235-81-06, 8-91224-81459
e-mail: mir@k96.ru, doroга@ural.ru
Сайт: www.uralucheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г.

Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург»,
г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.
Заказ № 747

Тираж 7.000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 20-00, фактически в 20-00 21.02.2016
Выход в свет 22.02.2016.

Распространяется бесплатно.