

Издается при поддержке Департамента образования Администрации города Екатеринбурга

№01 [95]
январь 2022

Проект «Готовим олимпийцам смену!» реализуется при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации



Все на лыжню!

Традиционная декада лыжного спорта стартует в Екатеринбурге 2 февраля 2022 года. В эти дни для жителей уральской столицы будет работать три муниципальных лыжных базы в спортивных комплексах «Калининец» (улица Краснофлотцев, 48), «Детский стадион» (улица Бакинских Комиссаров, 13) и в спортшколе «Родонит» (улица Прониной, 35). Также соревнования пройдут в общеобразовательных учреждениях, средних специальных и высших учебных заведениях. Финиширует декада лыжного спорта 12 февраля индивидуальными забегами в рамках юбилейной Всероссийской массовой гонки «Лыжня России-2022».

В Екатеринбурге будут работать девять площадок. Академический район – территория Преображенского парка, Верх-Исетский – лыжная база на улице Фролова, 54а, Кировский – территория на озере Шарташ (улица Отдыха, 111), Ленинский – ДЮСШ №2 (бульвар Денисова-Уральского, 3а), Октябрьский район – площадка ЦПКиО им. В.В.Маяковского (улица Мичурина, 230). Орджоникидзевский район организует сразу две площадки: стадион «Калининец» (улица Краснофлотцев, 48) и «Детский стадион» (улица Бакинских Комиссаров, 13). В Чкаловском районе центральный старт начнётся с лыжной базы спортивной школы «Родонит» (улица Прониной, 35). Для участников забега Администрация города Екатеринбурга подготовила традиционную сувенирную атрибутику.



29 и 30 января в самом центре Екатеринбурга прошел молодежный фестиваль «Ледовый штурм». Это традиционное мероприятие молодежного клуба РГО «Уральский следопыт». В субботу десятки граффитистов, в числе которых в этом году были и представители 14 зарубежных стран, создавали на льду картины. 30 января ледовые стены штурмовали альпинисты и ледолазы, а на главной сцене Ледового городка проходили соревнования по национальному якутскому виду спорта – мас-рестлингу. Всего в мероприятиях фестиваля приняло участие более 500 участников и волонтеров.

Новости спортивных школ

Конькобежный спорт



29 января конькобежец СШ «Юность» Владимир Семирунный (тренер: Михаил Аброшиков) завоевал бронзовую медаль на первенстве мира среди юниоров на дистанции 5000 метров в австрийском

Инсбруке. Неделях ранее Владимир Семирунный завоевал бронзу в финальном этапе Кубка мира среди юниоров на дистанции 3000 метров.

Синхронное катание на коньках



Команда екатеринбургской спортивной школы «Юность» в пятницу, 28 января, стала 20-кратным чемпионом России по синхронному катанию на коньках по итогам выступления в Йошкар-Оле.

Скалолазание



ре приняло участие 680 спортсменов из 38 регионов. Среди девушек 10–13 лет спортсменки СК «Виктория» заняли: 2 место – Мельниченко Милана в дисциплине «лазание на скорость»; 2 место – Снежинская Елизавета в дисциплине «лазание на трудность».

С 5 по 11 января состоялись всероссийские соревнования «Рождественский турнир» в дисциплинах «лазание на трудность», «лазание на скорость», «боулдеринг». В турнире

Триумф российской сборной на чемпионате Европы по фигурному катанию

Чемпионат проходил в эстонской столице Таллине с 10 по 16 января 2022 года. Чемпионат Европы еще называют генеральной репетицией Олимпийских игр.

Сборная России испытание выдержала прекрасно, повторив успех двухлетней давности и выиграв все золото чемпионата Европы. Лучшими на турнире стали: Камила Валиева, Марк Кондратюк, Виктория Сини-



цина с Никитой Кацалаповым и Анастасия Мишина с Александром Галлямовым. Четыре золота из четырех, девять медалей из двенадцати.

Золото в соревновании одиночников завоевал действующий чемпи-

он России Марк Кондратюк. За две программы ученик Светланы Соколовской не допустил ни одной грубой ошибки, в том числе чисто приземлил три четверных прыжка в произвольной. Ближайшего преследователя, итальянца Даниэля Грассля, россиянин опередил на 12 баллов, а бронзового призера латвийца Дениса Васильева – на 14.

Российские пары заняли весь пьедестал почёта. Воспитанник «Юности» Александр Галлямов стал чемпионом Европы в паре с Анастасией Мишиной. По итогам выступления триумфаторы континентального первенства, Александр Галлямов и Анастасия Мишина, установили два мировых рекорда. На втором месте Евгения Тарасова и Владимир Морозов. На третьей строчке европейского пьедестала расположилась ещё одна пара учеников Тамары Москвиной – победители чемпионата Европы 2020 года Александра Бойкова и Дмитрий Козловский.

В танцах на льду Россия завоевала две медали: золото и серебро. Защитили титул чемпионов Европы Виктория Синицина и Никита Кацалапов, вторыми стали Алексан-

дра Степанова и Иван Букин. Бронза – у итальянцев Шарлен Гиньяр и Марко Фабри.

В соревновании одиночниц равных не было Камиле Валиевой. В короткой программе спортсменка установила очередной для себя мировой рекорд. Серебро, уже второе в карьере, на счету Анны Щербаковой. И это при том, что после короткой программы фигуристка занимала четвертое место: в прокате она упала с тройного лутца.

Бронзу, также вторую в карьере, завоевала Александра Трусова. В про-



извольной программе она чисто исполнила два четверных прыжка: флип и сальхов. К Олимпиаде в Пекине готовы!



Уральские спортсмены на Олимпиаде в Пекине

Представители четырёх видов спорта из Свердловской области выступят на зимней Олимпиаде, которая пройдёт в Пекине (Китай) с 4 по 20 февраля 2022 года.

Главные надежды на призовые места среди свердловчан специалисты связывают со стреляющими лыжниками из Екатеринбурга: 24-летней

Ириной Казакевич и 27-летней Светланой Мироновой, которые в нынешнем розыгрыше Кубка мира в эстафетном составе сборной России ста-

бильно попадали на пьедестал почёта.

Кроме того, обе уральские биатлонистки при чистой стрельбе могут побороться за высокие места в личных гонках. В качестве запасной на Игры отправится 22-летняя Анастасия Шевченко, также представляющая уральскую столицу.

Шанс завоевать олимпийскую медаль будет и у 19-летней шорт-трекистки Анны Востриковой из Новоуральска. Российская команда будет одним из фаворитов в эстафете на 3 тысячи метров. В качестве запасной в состав сборной включена ещё одна новоуральская шорт-трекистка, 27-летняя Евгения Захарова.

Воспитанник нижнетагильской спортшколы «Аист» 18-летний Илья Маньков примет олимпийский старт в прыжках на лыжах с трамплина. Пока у молодого спортсмена нет значимых достижений на взрослых стартах, но на юниорском уровне в его активе бронзовая медаль первенства мира 2021 года.



В лыжном двоеборье в составе сборной выступит абсолютный чемпион России-2021, 29-летний екатеринбуржец Самир Мастиев. По мнению экспертов, если уральскому летающему лыжнику удастся совершить в Пекине далёкий прыжок с трамплина, то в гонке он сможет навязать борьбу признанным мастерам этого вида спорта.



Из истории ледолазания

По одной из версий ледолазание как вид спорта зародился еще в начале XIX века в Альпах. Дворяне, отправляясь на прогулки в Альпы, нанимали в качестве горных проводников местных пастухов. Тогда не существовало никакой другой страховки, кроме веревки и ледоруба. На протяжении всей второй половины XIX века альпийские вершины покорялись при помощи техники рубки ступеней с помощью ледобуров.



Британский ледолаз Оскар Эккенстэйн в 1908 году изобрел десятизубые кошки и «подошвенную» технику передвижения по льду. Это приспособление очень облегчало хождение по льду и уменьшало потребность

в вырубании во льду ступеней.

При восхождении на вершину Эйгер в Альпах впервые были применены двенадцатизубые кошки, изобретенные Лорентом Гривелем. В этих кошках можно было лезть по льду на передних зубьях.

Так как привычные скальные крючья на ледовых стенах практически



не обеспечивали безопасную страховку, большинство ледовых стен

оставались непройденными до изобретения ледобуров (трубчатых ледовых крючьев).

В 1966 году альпинистами была применена «ударная» техника использования ледоруба с прямым клювом. Это стало началом экспериментов по искривлению и изменению сечения клюва ледоруба. Делалось это для того, чтобы ледоруб лучше входил и надежнее удерживался во льду. Таким образом, изобретение «кривого клюва» навсегда изменило спортивное ледолазание.

На рубеже 70–80-х годов, наряду с качественными ледовыми молотками, появилось новое, очень эффективное средство для преодоления очень крутых ледовых склонов: ледовый якорь «айс-фифи».



Снаряжение для ледолазания

Для ледолазания необходимо специальное снаряжение, которое отличает его от классического альпинизма и представлено в широком спектре типов и конструкций. В современном ледолазании используется следующее снаряжение:

Ледобуры – выдерживают 1,5–2 тонны веса. Могут быть короткими для натечного льда, тонкостенными для жесткого льда, длинными и толстыми для фирна. Так же, как камалоты и другие закладные элементы, ледобуры находятся у лидера и являются его страховкой. Ледобуры – основной элемент создания анкерных точек на льду.

Ледорубы – прямой клюв, длина 50–80 см. Используются для копания снега и рубки льда, забивания скальных крючьев и самостраховки.

Молотки – изогнутый клюв, длина 30–50 см. При ударе вонзаются в лед, поэтому используются для перемещения по крутым ледяным стенам.

Кошки – надеваются на обувь, могут быть мягкими или жесткими. В зависимости от материала и конфигурации зубьев используются для разных ледяных рельефов.

Айс-фифи – короткие металлические крюки (якоря) по одному в каждой руке. Их вгоняют в лед под нагрузкой без удара, затем свободно вынимают из отверстия без разламывания ледовой поверхности.



Слева направо: два айсбайля (старой модели (1950–1980) и современный), ледовый молоток и айс-фифи

Несмотря на то, что ледолазание – молодой и развивающийся вид спорта, соревнования по нему проводятся во всем мире. Из них самые престижные – ежегодные чемпионат мира и Кубок мира, которые состоят из нескольких международных этапов, а также «Ледовый фестиваль», проводимый во Франции.

Самостоятельным видом спорта ледолазание признано в сентябре 2002 года. Тогда же оно было зарегистрировано в UIAA – Международном союзе альпинистских ассоциаций.

В конце января в Екатеринбурге ежегодно проводится фестиваль «Ледовый шторм», основу которого составляют состязания по ледолазанию.



Рисуем и штурмуем!

29 и 30 января в самом центре Екатеринбурга прошел молодежный фестиваль «Ледовый штурм». Это традиционное мероприятие молодежного клуба РГО «Уральский следопыт». В субботу десятки граффитистов, в числе которых в этом году были и представители 14 зарубежных стран, создавали на льду картины. 30 января ледовые стены штурмовали альпинисты и ледолазы, а на главной сцене Ледового городка проходили соревнования по национальному якутскому виду спорта – мас-рестлингу. Всего в мероприятиях фестиваля приняло участие более 500 участников и волонтеров.



Морозным утром 29 января на Площадь 1905 года съехались с разных концов Екатеринбурга участники конкурса «Ледового граффити». Тема рисунков этого года – «Русские народные сказки». Более сотни эскизных работ было прислано в оргкомитет фестиваля, среди которых конкурсное жюри отобрало 50 лучших. Новинкой этого года стало участие в конкурсе представителей зарубежных стран. Семь ведущих вузов Ека-

теринбурга выставили свои команды, в состав которых вошли представители 14 стран: России, Эквадора, Габона, Болгарии, Китая, Намибии, Египта, Марокко, Камеруна, Чада, Монголии, Кот-д'Ивуара, Казахстана и Таджикистана. Участникам необходимо было познакомиться с русским народным фольклором, определиться с темой рисунка и постараться воплотить задуманное на капризной, скользкой и холодной ледовой стене. Компанию



студентам составили учащиеся художественных школ и воспитанники арт-студий клубов по месту жительства. Огромную стену вокруг елки расписывали молодые, но уже опытные граффитисты. Итогом трехчасовой работы на 15-градусном морозе стали десятки художественных работ, раскрасивших унылые ледовые стены. Теплую атмосферу создавали давние друзья и партнеры молодежного клуба – представители Ека-

теринбургской теплосетевой компании «Т-Плюс». Огромный самовар, тульские пряники, булki согревали участников фестиваля, а аниматоры в огромных ростовых костюмах белых медведей во главе с Теплославом (главным игровым персонажем компании «Т-Плюс») развлекали граффитистов играми, танцами и конкурсами.

30 января культурно-художественную часть молодежного фестиваля





продолжила спортивная. Все ледовые стены были проवेशены веревочными трассами, а на 12-метровом ледовом столбе (специально возведенном для участников «Ледового штурма») надежно закреплена верхняя страховка. Более 50 спортсменов-ледолазов съехалось в Екатеринбург из городов Свердловской области, чтобы принять участие в соревнованиях. Но главное, для чего ежегодно проводится фестиваль – это популяризация физической культуры, спорта, здорового образа жизни. Для того чтобы все многочисленные гости Ледового городка смогли не только посмотреть на выступления профессиональных спортсме-

нов, но и сами попробовать свои силы в ледолазании, надев кошки, взяв в руки ледорубы и ледовые молотки, были навешаны учебные трассы для новичков. Спортсмены-инструкторы из федерации альпинизма Свердловской области и кадеты-спасатели Уральского техникума «Рифей» рассказывали об особенностях ледолазания, организовывали надежную страховку и помогали сделать первые шаги на вертикальных ледовых стенах. За три часа в мастер-классах приняли участие более 200 человек самого разного возраста. От трехлетних детей до подтянутых и молодых душ пенсионеров.



На главной сцене Ледового городка в это время проходили соревнования по якутскому национальному виду спорта – мас-рестлингу. Цель состязания в простом на вид перетягивании небольшой палки. Но это только с виду все легко. Ни один соперник просто так палку не выпустит. Национальный якутский вид спорта прижился в Свердловской области и на всех массовых мероприятиях молодежного клуба «Уральский следопыт» проводятся как официальные соревнования, так и показательные выступления. Многие молодые и сильные посетители Ледового городка, впервые увидев этот вид спорта, пробовали, чаще всего безуспешно, сразиться с мастерами мас-рестлинга. Федерация мас-рестлинга Свердловской области – одна из самых молодых спортивных федераций, и основной приток спортсменов как раз и происходит благодаря подобным спортивным праздникам.

Финальной частью фестиваля стали вечерние выступления ледолазов

в дисциплине сложность. В этом году для этих целей была подготовлена трасса по стенам ледяного замка в самом центре городка. Зрелище незабываемое. Подсвеченный со всех сторон Ледовый замок штурмуют ледолазы в кошках с ледовыми молотками и фифами в руках.

Рисунки граффитистов и спортивные состязания в самом центре миллионного мегаполиса всегда привлекают внимание как жителей Екатеринбурга, так и гостей города. Кто-то просто смотрит, кто-то пробует свои силы и ловкость. В последние дни работы ледовый городок посещают тысячи людей. Хорошо, что в Екатеринбурге стало традиционным проводить такой необычный, а с этого года еще и международный фестиваль!



ЗОЖ глазами подрастающего поколения

«Здоровье — вершина, на которую человек должен подняться сам»

И. Брахман

Мы часто слышим о пользе здорового образа жизни. Нам навязывают его в школе, в телевизионных передачах и даже в книгах. Но что же такое



ЗОЖ на самом деле? Здоровый образ жизни — это не просто слова, это целый комплекс компонентов, состоящий из правильного питания, физических нагрузок, распорядка и режима дня. ЗОЖ — это стиль жизни! Но что об этом думают дети? Давайте попробуем взглянуть на понятие ЗОЖ глазами подрастающего поколения! Благодаря опросу, проведённому среди учащихся школ Урала, мы постарались дать ответы на все вопросы!

Тема здорового образа жизни была и будет актуальна всегда! Ответы ребят, принявших участие в опросе, оказались очень разными и интересными. Кто-то утверждал, что придерживается ЗОЖ, занимаясь спортом, имея распорядок дня и стараясь питаться правильно, а кто-то, напротив, не скрывал того, что не придерживается здорового образа жизни,

но очень хочет исправить это в будущем. В опросе приняли участие дети разных возрастных категорий. Благодаря их ответам, нам удалось представить следующую картину.

В возрасте от 11 до 13 лет дети более активны. Они занимаются спортом, питаются правильно, почти не имеют вредных привычек и с удовольствием пробуют новое. В школах нашего города есть множество спортивных секций и кружков, членами которых, согласно статистике, являются учащиеся начальных классов.

В подростковом возрасте (14–16 лет) дети преимущественно теряют интерес к здоровому образу жизни. Они уже не следят за питанием, приобретают вредные привычки и активному образу жизни предпочитают пассивный. Кроме того, большинство подростков не соблюдают рекомендованный по возра-



сту режим учебы и отдыха. Это связано со вседозволенностью и мнимой «свободой», которую ощущают подростки. В их жизни появляется много искушений. Влияние социальных сетей, игровая зависимость, большая информативная и эмоциональная нагрузка — всё это влияет на неокрепшее сознание ребёнка, ведёт к различным заболеваниям и очевидному отказу от здорового образа жизни.

Как привлечь ребёнка к ведению здорового образа жизни?

«Ребёнок учится тому, что видит у себя в доме, родители — пример тому»

(15 век Себастьян Брант «Корабль дураков»)

Дети всегда берут пример с тех, кто их окружает. Если ребёнок с раннего детства живёт в семье, где здоровый образ жизни — естественная норма, ему не потребуются дополнительных мотиваций. Этот образ жизни впитается в его сознание сам собой, формируя жизненные установки и модели поведения в будущем, а если такой пример отсутствует, то начать никогда не поздно! Просто запомните:



полезной, но и очень вкусной! Чтобы привить детям любовь к здоровой и правильной пище, взрослым и самим стоит питаться правильно. На столе всегда должны присутствовать овощи и фрукты, так же в рационе должно быть место белкам, жирам и углеводам. Всего должно быть в меру, ведь питаться правильно — это значит навсегда забыть про простуду и насморк, расстройство пищеварения, а также почечные и сердечные болезни.

3) В здоровом теле — здоровый дух!

Всем известно, что закаливание способствует улучшению и укреплению костной и мышечной массы, активизации обмена веществ, воспитанию силы духа... Закалённый человек — здоровый человек! Поэтому закаляться полезно не только детям, но и взрослым.

Если вы дочитали до конца, то добро пожаловать в мир ЗОЖ! Мир счастливого, здорового и бодрого долголетия! Присоединяйтесь, мы с нетерпением ждём вас!

Страница подготовлена

Елизаветой Бондаренко, школа №71

(фото автора)



1) Активный образ жизни — наше всё!

Поверьте, физическая активность полезна не только для развивающегося организма, но и для взрослых, ведущих преимущественно сидячий образ жизни. Зима — прекрасная возможность выбрать всей семьёй на каток, покататься на лыжах и плюшках. Активные игры на улице способствуют не только привлечению детей к здоровому образу жизни, но и объединяют семью, делают её нерушимой.

2) Человек есть то, что он ест!

Не стоит забывать и о сбалансированном питании, необходимом для правильного развития растущего организма. Еда может быть не только



Татьянин день – день студентов

25 января студенты института и колледжа в привычной для себя обстановке отпраздновали свой профессиональный праздник – «День студента – Татьянин день»!

Спортсмены института и колледжа отметили праздник всех студентов на баскетбольной площадке и приняли участие в «Баскетбольном матче звезд УралГУФК». В соревнованиях приняли участие обучающиеся академических групп: А21-1; Ф21-6; А6-21-1; Ф21-7; Ф21-5; А20-1/2; Ф20-5; Ф19-5; Ф6-19-1; Ф20-1.

Организаторами мероприятия выступили: заместитель директора по воспитательной работе – Репина Алла Ильинична, руководитель спортивного клуба – Шачкова Татьяна



на Анатольевна, специалисты отдела по воспитательной работе – Хорькова Анна Павловна и Трефилова Дарья Александровна; главным организатором и судьей соревнований выступил Пимкин Михаил Михайлович; волонтерами – организаторами соревнований, помощниками судьи выступили студенты специализации «Баскетбол».

Турнир, посвященный «Татьянину дню», прошел в формате спортивных испытаний с элементами баскетбола, как командных, так и личных.

Участники выполняли: ведение баскетбольного мяча с препятствиями, передачи и приемы мяча, броски со штрафной и «трехочковой» линий, участвовали в играх на выживание.

По итогам соревнований все команды были награждены дипломами «За участие» и сладкими подарками.

Дипломами в личном первенстве были награждены: Умирбаев Нуржан (Ф21-5) за I место в конкурсе капитанов; Венглинский Игорь (Ф19-5) за I место в конкурсе «Броски сверху».

Поздравляем победителей и участников «Баскетбольного матча звезд УралГУФК» с достойной и красивой игрой! И, конечно, поздравляем наших любимых студентов с их профессиональным праздником – «Днем студента»! Желаем успехов в учебе, легких сессии, верных друзей, спортивных побед!

Первенство Свердловской области по греко-римской борьбе

Поздравляем студентов первого курса, группы Ф21-1 Потуреева Кирилла и Кулакова Вячеслава с победой на Первенстве Свердловской области по греко-римской борьбе среди юношей до 18 лет, которое проходило в г. Реж 15 января 2022 года.



«Подари улыбку детям»



Студенты Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» традиционно отправились в гости к воспитанникам Полевского детского дома №1 (Социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних).

Теплая дружба детского дома и учебного заведения длится уже более 13 лет, и этой дружбе не мешают ни расстояние, ни холодная погода, ни пандемия!

Каждый год в Екатеринбургском институте физической культуры (филиал) «УралГУФК» проходит благотворительная акция «Подари улыбку детям», студенты колледжа и института, студенты отделения заочного обучения,

выпускники и преподаватели готовят для мальчишек и девочек новогодние подарки: конфеты и шоколадки, игрушки и книги, наборы для творчества и развивающие игры, спортивный инвентарь! Дети с нетерпением ждали встречи со студентами, многие из которых уже не первый раз приезжают в социально-реабилитационный центр, чтобы «Подарить улыбку детям»!

В этом году с важной миссией «Подари улыбку детям» успешно справились студенты института: Шварцкоп Никита и Серсенов Никита (Ф620-1); Соколова Ольга (А620-1); Бикмурзина Елена, Остробородко Анна, Тоскунина Юлия (А619-1); Тютин Никита (А621-1).

Студенты и представители волонтерского отряда «Скорая спортивная помощь» института доставили в целости и сохранности подарки, собранные студентами учебного заведения, и провели с ребятами подготовленную программу: танцевальные флешмобы, игры и конкурсы, загадки и стихи.

Все участники новогоднего поздравления получили заряд хорошего

настроения и сладкие призы. От лица администрации социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних №1 города Полевского Екатерина Ивановна (заместитель директора центра) поблагодарила Екатеринбургский институт физической культуры за безвозмездную помощь, бескорыстную дружбу и организацию новогоднего праздника.

Благодарим всех, кто не остался равнодушным и принял участие в благотворительной акции «Подари улыбку детям»!

Благодарим волонтерский отряд «Скорая спортивная помощь» за организацию и проведению новогодней программы.

Особую благодарность выражаем транспортной компании «Автобус1» и оператору компании, Татьяне Байновой, за качественную работу, лояльные условия сотрудничества и профессионализм в сфере логистических услуг.

Желаем крепкого здоровья, финансового благополучия и чемпионского настроя на весь год!

Наши в сборной

Студент 2 курса колледжа Иван Кузьмичев, защитник «Урала», в октябре дебютировал за молодежную сборную России, а в ноябре провёл полный матч против Испании, в котором наша команда одержала важнейшую победу.

Иван Кузьмичёв. Защитник клуба «Урал». Рост 196 см. Родился 20 октября 2000 года в городе Тольятти, Самарская область. В возрасте девяти лет пошел в СДЮСШОР-12 (Тольятти). В 2017 году перешёл в Академию футбола имени Юрия Коноплева. Перед сезоном 2019/20

стал игроком клуба первенства ПФЛ «Лада-Тольятти». Дебютировал 16 июля 2019 года в домашнем матче против ульяновской «Волги» (1:0), до конца года сыграл 16 матчей, забил два гола. В январе 2020 года перешёл в «Урал-2» Екатеринбург, первый матч сыграл в 6 туре первенства ПФЛ 2020/21 против «Новосибирска» (1:1). 16 мая 2021 года, в последнем туре чемпионата России, дебютировал в составе «Урала» – в гостевой игре против «Локомотива» (0:1). За молодежную сборную сыграл два матча.



ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ
ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ
ФИЛИАЛ УРАЛГУФК

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК

Государственная лицензия 90Л01 0009191 выдана бессрочно
Государственная аккредитация 90А01 0002390 от 28.09.2016 г.

ПОДГОТОВКА БАКАЛАВРОВ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Вступительные испытания: русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид спорта по профилю, физическая культура

профиль

«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ПО ВИДАМ СПОРТА

- теория и методика спортивных игр
- теория и методика единоборств
- теория и методика циклических видов спорта
- теория и методика спортивных танцев

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»

Вступительные экзамены: русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид по профилю, физическая культура

профиль

«Адаптивная физическая реабилитация и рекреация»

Екатеринбургский колледж физической культуры УралГУФК

ПОДГОТОВКА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ:

- «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Специализации по видам спорта: футбол, единоборства, легкая атлетика, лыжный спорт, хоккей, гимнастика и фитнес, баскетбол, плавание

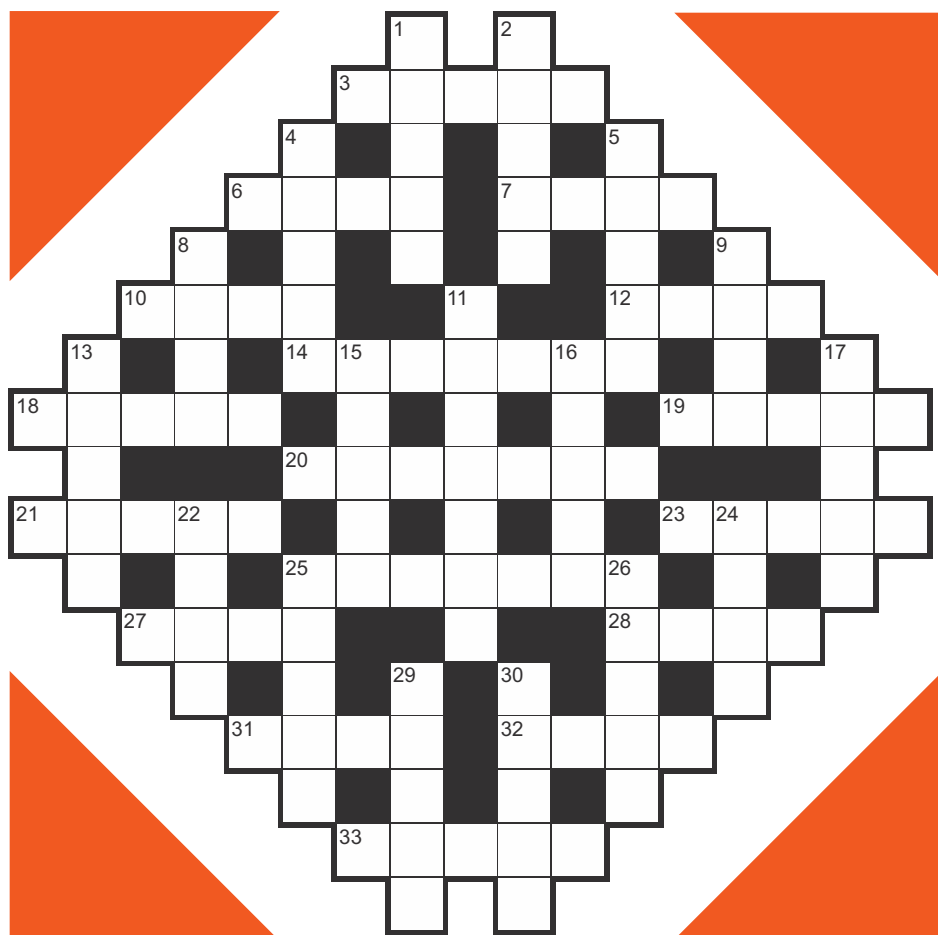
- «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Вступительные испытания: экзамен по специальности + средний балл аттестата

Работают курсы повышения квалификации

Приемная комиссия находится по адресу:
620146, г. Екатеринбург, ул. Шаумяна, д. 85,
Тел. (343) 234-65-50,
Web-сайт www.sport-ural.ru
e-mail: priem@sport-ural.ru

Кроссворд с рисунками

**По горизонтали:**

3. Вид спорта, восточное единоборство.



6. Орган управления спортивной командой.



7. Спортивный тренировочный снаряд в боксе.

10. Процесс отстаивания своего мнения, запрещенный по отношению к спортивному арбитру.

12. Обязательный элемент экипировки спортивного пловца.



14. Заслуженный советский и российский тренер по фигурному катанию.



18. Резкое кратковременное увеличение темпа движения в скоростных видах спорта.

19. Колющий вид оружия в фехтовании.



20. Уральский альпинист, покоритель 11 восьмитысячников, двукратный обладатель высшей международной награды в альпинизме «Золотой ледоруб», погибший на Эвересте в 2013 году.



21. Бег по пересечённой местности.



23. 15 чемпион мира по шахматам.



25. Химический элемент, металл серебристого цвета с розовым или сиреневым отливом, входит в состав молекулы витамина В12. Запрещен в спорте в качестве допинга.



28. Имя российской фигуристки, выступающей в одиночном катании, завоевавшей серебряную медаль на чемпионата Европы в Таллинне в 2022 году.



31. Два спортсмена, выступающих и действующих вместе.



32. Ямайский легкоатлет, обладатель мирового рекорда в беге на 100 и 200 метров.



33. Начальный момент спортивного состязания.

**По вертикали:**

1. Российский футболист, нападающий петербургского «Зенита». Лучший бомбардир в истории чемпионатов России.



2. Часть конской сбруи.



4. «Ледовый.....» Традиционные январские соревнования по ледолазанию, проводимые «Уральским слепопытом» в Екатеринбурге.



5. Самая высокая оценка, в дзюдо, карате или джиу-джитсу.



8. Начальное положение при выполнении некоторых физических упражнений.



9. Капитан команды по кёрлингу, определяющий стратегию игры.



11. Спортсмен или цирковой артист, выполняющий сложные гимнастические трюки и упражнения.



13. Металлическая дужка с зубчатым или гладким колёсиком, прикрепляемая к заднику сапога всадника и служащая для управления лошастью.



15. Металл, составная часть сплава бронзовой медали.



16. Имя уральского конькобежца, олимпийского чемпиона 1984 года, выигравшего дистанцию 10 000 метров на Олимпийских играх в Сараево.



17. Один из символов Олимпийских игр.



22. Зимний спортивный снаряд.



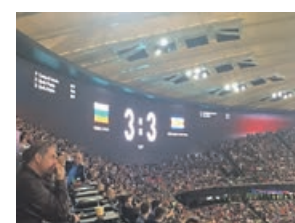
24. Имя пятой чемпионки мира по шахматам.



25. Искусственное сооружение, предназначенное для проведения соревнований и тренировок по гребному спорту и оборудованное мерными дистанциями и отдельными дорожками для лодок.



26. Устройство для отображения информации при проведении спортивных соревнований.



29. Вид спорта, в котором игроки метают дротики в круглую мишень, повешенную на стену.



30. Выезд спортивной команды на тренировки в другую местность.



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,
Сайт: www.uralslucheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г.
Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург», г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.
Заказ № 4869
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 17-00, фактически в 17-00 31.01.2022
Выход в свет 31.01.2022.
Распространяется бесплатно.

Номер подготовлен при поддержке Детско-молодёжной общественной организации юных корреспондентов Свердловской области