

Издаётся при поддержке Департамента образования Администрации города Екатеринбурга и ИФКСИМП УрФУ

№08 [66]
август 2019



В первой половине августа участники Молодежного клуба РГО Уральский следопыт провели экспедицию в горах Тянь-Шаня. Под руководством опытных инструкторов ребята совершили восхождение на одну из самых высоких вершин Киргизского хребта – пик Корона (4860 метров).

Подробности читайте на стр. 4–5.

Проект «От знака ГТО – к Олимпийской медали»
издается при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

Сегодня в номере:

Марафон «Европа-Азия»

11 августа 2019 года в Екатеринбурге прошел 5-й юбилейный международный легкоатлетический марафон «Европа-Азия».



Страница 2

День физкультурника

8 августа 2019 года в Администрации города Екатеринбурга состоялся торжественный приём, посвящённый Дню физкультурника.



Страница 3

ГТО – прыжки

Одним из элементов комплекса ГТО являются прыжки. Для разных возрастных групп прыжки выполняются как с места, так и с разбега.



Страницы 6-7



Спортивные новости августа

Гребля на байдарках и каноэ

С 07 по 12 августа в г. Казань состоялись Первенство России и Всероссийские соревнования по гребле на байдарках и каноэ среди юниоров до 19 лет. Воспитанник ДЮСШ «Виктория» Кашин Дмитрий в составе сборной Свердловской области занял 3 место в байдарке-четвёрке на дистанции 1000 метров по программе Первенства России и 3 место в олим-



пийском виде в байдарке-четвёрке на дистанции 500 метров по программе Всероссийских соревнований.

Первенство России по каратэ

23 августа в Калининграде стартовало первенство России по каратэ среди юниоров, юниорок, юношей и девушек. По итогам первых двух дней соревнований учащиеся «Динамо» по единоборствам показали блестящие результаты, завоевав одну золотую и одну бронзовую медали! Мухамедеев Лев (тренер-преподаватель Василов В.Р.) завоевал бронзу в категории до 57 кг (14–15 лет). Киселев Иван (тренер-преподаватель Разумов Е.Н.) завоевал золотую медаль, став триумфатором в категории до 55 кг (16–17 лет).



Баскетбол

17 августа в итальянском городе Удина закончилось Первенство Европы по баскетболу среди юношей до 16 лет. В составе мужской сборной России, занявшей четвертое место, выступал воспитанник ДЮСШ имени А.Е. Канделя – Иван Макаров (тренер – Шухарт Д.В.). А в начале июля еще один наш воспитанник-выпускник Лев Быков (тренер Ежов А.Г.) выступал в составе сборной России, которая также заняла 4 место на Первенстве Европы в Португалии среди юношей до 20 лет.



Марафон «Европа-Азия»

11 августа 2019 года в Екатеринбурге прошел
5-й юбилейный международный легкоатлетический марафон «Европа-Азия».



Маршрут 2019 года отличается от маршрута 2018 года местом старта и финиша спортсменов. Впервые участники марафона стартовали с территории Екатеринбург-Арены главного футбольного стадиона нашего города. Финишировали участники непосредственно в чаше стадиона.

Многочисленные участники 5-го Международного легкоатлетического марафона могли выбрать для себя посильную дистанцию из предложенных организаторами: 3, 10,

21 и 42 километра. Для детей была подготовлена 400-метровая трасса по территории самого стадиона, которую ребята могли пробежать вместе с родителями.

Марафон в этом году собрал рекордное число участников – более 7 тысяч человек из 18 стран и 353 городов мира.

Впервые в рамках проведения марафона «Европа – Азия» состоялся официальный Чемпионат Европы по шоссейному бегу среди лиц с интеллектуальными нарушениями.

Участники пробежали дистанцию 21,1 км.

Каждому участнику, дошедшему до финиша, организаторы вручили памятные медали, выполненные в необычном формате. А главными победителями в мужском и женском марафоне на 42 километра стали Юрий Чечун и Наиля Юламанова, получившие за свою победу чеки на 250 тысяч рублей каждый. Отметим, для Юрия Чечуна эта победа стала не только юбилейной – пятой, но и пятой подряд.



АНОНС

Традиционный «Кросс нации» в Свердловской области в этом году пройдет **21 сентября**. Период с **11 по 20 сентября** объявлен декадой бега. Соответствующее распоряжение подписал губернатор Свердловской области Евгений Куйвашев.

В Екатеринбурге Всероссийский день бега «Кросс нации-2019» пройдет 21 сентября.

Старт мероприятия в 10:00 от площади Кирова по проспекту Ленина (до пересечения улиц Ленина-Восточная).



«Екатеринбург — спортивный город»

День физкультурника 2019!



8 августа 2019 года в Администрации города Екатеринбурга состоялся торжественный приём, посвящённый Дню физкультурника.

Спортсменов, выдающихся тренеров, преподавателей спортивных заведений поздравили министр физической культуры и спорта Свердловской области Леонид Рапопорт, заместитель Главы Екатеринбурга по вопросам социальной полити-

ки Дмитрий Баранов и начальник Управления по физической культуре и спорту Администрации города Екатеринбурга Людмила Фитина.

Благодарственными письмами и почетными грамотами Управления по развитию физической культуры, спорта и туризма Администрации города Екатеринбурга за многолетний добросовестный труд, высокий профессионализм и в связи с празднованием Всероссийского Дня физкультурника Людмилой Фитиной был награжден профессорско-преподавательский состав Екате-



ринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» в лице Заместителя директора по воспитательной работе Репиной Аллы Ильиничны, председа-



теля спортивного клуба Шачковой Татьяны Анатольевны, преподавателя по лыжному спорту Третьякова Александра Алексеевича, преподавателя по баскетболу Ромашевского Дениса Викторовича, преподавателя по легкой атлетике Ерыкалова Владимира Васильевича.

Поздравляем профессорско-преподавательский состав с заслуженными наградами, желаем крепкого здоровья и профессиональных успехов.



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 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

профили:

- Физическая реабилитация
- Рекреационно-оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

профили:

- Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- Теория и методика спортивных игр
- Теория и методика единоборств
- Теория и методика циклических видов спорта
- Теория и методика хоккея

Екатеринбургский колледж физической культуры УралГУФК объявляет набор на специальности:

- «Физическая культура» (специализации: футбол, единоборства, легкая атлетика, лыжный спорт, хоккей, гимнастика и аэробика, баскетбол)
- «Адаптивная физическая культура»

Вступительные испытания: экзамен по специальности + средний балл аттестата

СТУДЕНТЫ ПРОХОДЯТ СТАЖИРОВКУ ЗА РУБЕЖОМ!!!!

Работают курсы повышения квалификации
Предоставляется общежитие

Приемная комиссия находится по адресу:
620146, г. Екатеринбург, ул. Шаумяна, д. 85,
Тел. (343) 234-63-41, ISQ 630-879-369
Web-сайт www.sport-ural.ru
e-mail: sport-ural@mail.ru



Горы Киргизии

Этот поход в БОЛЬШИЕ горы был для меня первым. Я много раз участвовал в сплавах по рекам Урала на катамаранах, поднимался на Юрму и Конжаковский Камень, но так высоко забрался впервые.

Когда мы приехали в Бишкек и прямо из города увидели снежные пики, я не сразу поверил, что это горы. Думал, что надо мной смеются и выдают облака за вершины. Осознание, что это действительно цель нашего похода, и мы будем стоять там и смотреть на этот город сверху, пришло далеко не сразу. Вместе с этим осознанием пришел страх и неуверенность. Это просто нереально – забраться туда. Нам это не сделать. Но глаза боятся, а ноги идут. Целую неделю мы шли к цели нашего похода, и вершина Короны приближалась с каждым днем. После обеда погода портилась, и плотные облака полностью закрывали видимость. Вершина скрывалась, чтобы к вечеру показаться вновь и засверкать в лучах заходящего солнца.

В первый день мы подъехали к подножью гор в альплагерь Ала-Арча, точнее туда, что от него осталось. В советские времена это была своеобразная Мекка всех наших альпинистов. Именно здесь сборные команды СССР готовились к восхождениям на Эверест и Канченджангу. Сейчас здесь национальный парк Киргизии. Красиво, но довольно грязно. Распределив продукты и снаряжение по участникам, уходим в горы. Сразу начинается очень резкий набор высоты. Вперед и вверх, а там... Это из песни. Петь легко, идти гораздо сложнее. Многие опытные туристы уверяют, что самый трудный день – третий. Если будет еще труднее, я не выдержу! Такая мысль лезет в голову после каждых 20–25 шагов вверх. Дышишь, как рыба на берегу. Видимо, это и есть нехватка кислорода. Рюкзак невероятно тяжелый. Когда первый раз забросил его на плечи, показалось легко, но с каждым часом подъема он ста-



новился все тяжелее и тяжелее. Законам физики противоречит, но плечи не обманешь. Пот льется ручьем, ощущение, что скоро вся вода из тебя так и выйдет. Обидно, что набрать воды нигде. Те 0,5 литра, что брал с собой снизу, выпил в первые полчаса, не думая, что дальше будет хуже. Смешное состояние: весь мокрый, а во рту сухо. В первый день набрали больше километра высоты и остановились у водопада. Он был всего в 300 метрах от нашей стоянки вверх по ручью, но подняться до него даже мысли не приходили. Устал. Сняв рюкзак, долго не мог понять, что сегодня больше идти никуда не надо. Припав к ручью, как верблюд пью воду впрок, не веря, что сегодня засухи уже не будет.





Поставили палатки, сварили ужин. Глядя на звезды, болтаем и делимся впечатлениями первого походного дня. Оказывается, тяжело всем! Шум реки заглушает все посторонние звуки и убаюкивает.

Второй день мало чем отличался от первого. Меняется только растительность. Пихты Семёнова и тянь-шаньские ели остались далеко внизу. На смену им пришли кустарники арчи и какого-то другого колючего стланика. Видели сусликов и горных козлов. Странно это. Идем по тропе, и народ вверх-вниз по ней бегают, а животные не боятся. Тащишься вверх с огромным рюкзаком. Тебя обгоняют идущие налегке альпинисты со стоянок Радца на ледника. Они живут здесь на сборах уже не одну неделю и прекрасно акклиматизировались. Сбегать с ледника вниз до магазина — это развлечение на пару часов. А ты упрямо и медленно продвигаешься вверх с целью увидеть эти самые стоянки, хижину и сам ледник. Продвигаешься, зная, что это место второй ночевки и конец мучениям второго дня. Пока идешь, не понимаешь, зачем тебе это надо. Зачем тащить в гору этот тяжеленный рюкзак, зачем заниматься этим Сизифовым трудом. Но снимаешь рюкзак на привале, делаешь глоток живительной воды, съедаешь конфетку на перекус, и жизнь наполняется красками. Видишь красивые горы и ущелья, горную речку, блестящую далеко внизу, и вершину Короны далеко вверх...

Подгорбунских Данил, студент УрФУ

Продолжение в следующем номере.



ГТО – прыжки

Одним из элементов комплекса ГТО являются прыжки. Для разных возрастных групп прыжки выполняются как с места, так и с разбега.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;

– использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;

– уход с места приземления назад по направлению прыжка.

Прыжок в длину с разбега выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Измерение производится по перпендикулярной прямой от ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника, до линии отталкивания. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Нормативы для школьников. Прыжки с места

СТУПЕНЬ (ВОЗРАСТ)	ДЕВОЧКИ			МАЛЬЧИКИ		
	бронза	серебро	золото	бронза	серебро	золото
1 ступень – для 6-8 лет	105	115	135	110	120	140
2 ступень – для 9-10 лет	120	130	150	130	140	160
3 ступень – для 11-12 лет	135	145	165	150	160	180
4 ступень – для 13-15 лет	150	160	180	170	190	215
5 ступень – для 16-17 лет	160	170	185	195	210	230

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник, не выполнив прыжка, пробежал через брусок (или сбоку от него) через линию измерения;
- участник допустил заступ или наступил на линию измерения;
- участник выполнил отталкивание сбоку от бруска;
- участник во время приземления коснулся любой частью тела



о поверхность сектора за пределами бокового края ямы, оказавшись при этом ближе к бруску отталкивания, чем след, оставленный при приземлении;

– после совершения прыжка участник возвратился назад через яму для приземления;

– при прыжке участник применил любую форму сальто;

– участник просрочил время, выделенное ему на попытку.

Прыжки – это очень древний вид испытаний. В Древней Греции прыж-

ки были только частью пятиборья и как самостоятельные состязания не практиковались. Из всех видов прыжков греки занимались только прыжком в длину. Прыгали греки в яму с песком, называемую скаммой, которая достигала в длину 6 м. Если по отпечаткам ног, оставшихся на песке, устанавливали, что одна нога ступила впереди другой, прыжок не засчитывался. Длина прыжка отмечалась чертой на песке, а иногда веревкой. При прыжке пользовались каменными или металлическими гантелями различной формы. Вес их колебался от 1,5 до 4,5 кг. По мнению древних греков, гантели облегчали прыжок, и увеличивали его дальность. Прыгуны начинали разбег с деревянного или каменного возвыше-

Нормативы для школьников. Прыжки с разбега

СТУПЕНЬ (ВОЗРАСТ)	ДЕВОЧКИ			МАЛЬЧИКИ		
	бронза	серебро	золото	бронза	серебро	золото
2 ступень – для 9-10 лет	190	200	250	210	225	285
3 ступень – для 11-12 лет	230	240	300	270	280	335
4 ступень – для 13-15 лет	275	290	340	340	355	415
5 ступень – для 16-17 лет	285	300	345	375	385	440

ния, расположенного в 8-9 м от ямы с песком. После того как подавалась команда судьи к началу прыжка, атлет начинал разбег и делал 2-3 маховых движения руками, а затем выбрасывал их вперед, на мгновение опускал вниз (отводил за спину) и в момент фазы активного отталкивания стремительно выбрасывал вперед. Выброшенные руки с гантелями в силу инерции гантелей тя-

нули за собой прыгуна, позволяя показывать результаты около 6-7 м. Прыжки всегда сопровождалась музыкой. Возле прыгуна стоял флейтист в длинной одежде и играл на флейте. Ритм музыки должен был помогать соревнующимся, задавая нужный темп их движениям.

В современной легкой атлетике существуют дисциплины: **прыжки в длину, тройной прыжок, прыж-**



Сергей Назарович Бубка



Советский и украинский спортсмен-легкоатлет по прыжкам с шестом. Первый в мире человек, прыгнувший выше шести метров. Чемпион Олимпийских игр 1988. Единственный легкоатлет, победивший на шести чемпионатах мира (1983, 1987, 1991, 1993, 1995, 1997)





Виктор Санеев

Советский легкоатлет, единственный в истории трёхкратный олимпийский чемпион в тройном прыжке. Заслуженный мастер спорта СССР (1968). Серебряный призёр Олимпийских Игр 1980. Двукратный чемпион Европы (1969, 1974). Шестикратный чемпион Европы в помещениях (1970–72, 1975–77). Восьмикратный чемпион СССР (1968–1971, 1973–75, 1978). Трижды устанавливал мировой рекорд в тройном прыжке: 17,23 м, 17,39 м, 17,44 м.



ПРЫЖКИ В ВЫСОТУ И ПРЫЖКИ С ШЕСТОМ.

Прыжки относятся к скоростно-силовым видам. Для достижения высоких результатов в прыжках важное значение имеет высокий уровень скорости и прыжковой силы. Для всех прыжков характерны следующие фазы: разбег, толчок, полет и приземление.

России есть чем гордиться в этих олимпийских дисциплинах. Наша страна традиционно сильнейшая в мире по прыжковым легкоатлетическим дисциплинам. Такие имена как Валерий Брумел, Виктор Санеев, Татьяна Лебедева, Сергей Бубка, Елена Исинбаева, навсегда золотыми буквами вписаны в историю Олимпийского спорта.

Советские и Российские олимпийские чемпионы – прыгуны:

ПРЫЖКИ В ВЫСОТУ

Роберт Шавлакадзе 1960 Рим 2,16 м.
Валерий Брумел 1964 Токио 2,18 м.
Юрий Тармак 1972 Мюнхен 2,23 м.

Геннадий Авдеенко 1988 Сеул 2,38 м.

Сергей Ключин 2000 Сидней 2,35 м.

Елена Слесаренко 2004 Афины 2,06 м.

Андрей Сильнов 2008 Пекин 2,36 м.

Иван Ухов 2012 Лондон 2,38 м.

Анна Чичерова 2012 Лондон 2,05 м.

ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК

Виктор Санеев 1976 Монреаль 17,29 м.

1972 Мюнхен 17,35 м. 1968 Мехико 17,39 м.

Яак Уудмяэ 1980 Москва 17,35 м.

ПРЫЖКИ В ДЛИНУ

Татьяна Колпакова 1980 Москва 7,06 м.

Татьяна Лебедева 2004 Афины 7,07 м.

ПРЫЖКИ С ШЕСТОМ

Сергей Бубка 1988 Сеул 5,90 м.

Исинбаева Елена 2004 Афины 4,91 м.

2008 Пекин 5,05 м.



Елена Исинбаева



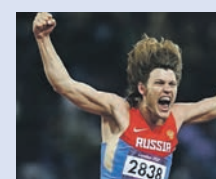
Российская прыгунья с шестом. Двукратная олимпийская чемпионка (2004, 2008), обладательница бронзовой медали Олимпийских игр 2012 года. Трёхкратная чемпионка мира на открытом воздухе и 4-кратная чемпионка мира в помещении, чемпионка Европы как на открытом воздухе, так и в помещении. Обладательница 28 мировых рекордов в прыжках с шестом среди женщин. 22 июля 2005 года на соревнованиях в Лондоне впервые в истории женских прыжков с шестом взяла высоту пять метров.

Валерий Брумел



Советский легкоатлет (прыжки в высоту), Олимпийский чемпион (1964), серебряный призёр Олимпийских игр (1960). Чемпион Европы (1962 г., 2,16 м). Чемпион СССР (1961–1963). Установил 6 рекордов мира (последний в 1963 г.). В 1961–63 признан лучшим спортсменом мира. 3 октября 1965 года попал в автомобильную аварию и получил сложный перелом ноги. Перенёс 29 операций, затем снова начал тренироваться. В 1970 году прыгнул на 2,09 м.

Иван Ухов



Российский прыгун в высоту из ЕКАТЕРИНБУРГА, чемпион мира в помещении 2010 года и двукратный чемпион Европы в помещении 2009 и 2011 годов, рекордсмен России в помещении (2,42 м) и на открытом воздухе (2,41 м).

В лёгкую атлетику Ухов пришёл в возрасте 16 лет, до этого занимался баскетболом. Вначале специализировался в метании диска, со временем стал больше пробовать себя в прыжках в высоту. После успешного выступления в прыжках в высоту на первенстве России полностью переключился на этот вид лёгкой атлетики. Чемпион Европы в закрытых помещениях 2009 года (Турин) с результатом 2,32 м. 7 августа 2012 года Иван Ухов завоевал золотую медаль на Олимпиаде-2012 в Лондоне с результатом 2,38 м.

Интересные факты:

- Юри Рей — американский прыгун, восьмикратный олимпийский чемпион и один из самых титулованных спортсменов Олимпийских игр. В детстве он заболел полиомиелитом и некоторое время должен был ездить в инвалидной коляске. Однако благодаря упражнениям он смог вылечиться и начал заниматься прыжками для укрепления своих ног. Побеждал во всех прыжковых дисциплинах (прыжок с места в длину; с места в высоту: тройной прыжок с места) на трех Олимпиадах подряд в 1900, 1904 и 1908 годах.
- Знаковыми для легкой атлетики стали XIX Олимпийские игры (1968 год) в высокогорном Мехико, на которых американец Боб Бимон улучшил мировой рекорд в прыжках в длину сразу на полметра, прыгнув на 8,90. Только в 1991 г. другой американец Майкл Пауэлл превысил этот результат на 5 см — 8,95 м. До настоящего времени этот результат остается непревзойденным.
- Наш Виктор Санеев, в Мехико трижды улучшая мировой рекорд в тройном прыжке, довел его в итоге до 17,39 м, став Олимпийским чемпионом. На этих же играх отличился и американец Дик Фосбери, выигравший прыжки в высоту с результатом 2,24 м, причем впервые прыгая новым опасным способом, спиной к планке. Этот способ прыжка позже стал называться его именем — фосбери-флоп.
- В 1961 г. появляются фиброгласовые шесты, которые совершили переворот в технике прыжков. Легкие, прочные и упругие шесты, стрела прогиба которых достигала полутора метров, в совокупности с поролоновыми матами для места приземления позволили улучшить результаты в прыжках. В 1963 г. американец Б. Стернберг преодолел пятиметровую высоту. В 1987 г. Сергей Бубка преодолевает шестиметровую высоту. В настоящее время рекорд мира принадлежит также Сергею Бубке и равен 6,14 м.
- Рекорд мира у женщин в прыжках с шестом принадлежит россиянке Елене Исинбаевой и равен 5 м 6 см.

Олимпийская викторина

1. Ниже даны наборы цифр. Найди закономерности и вычеркни лишнее:

- А. 06041896
Б. 13071908
В. 10061956
Г. 19071980
Д. 07022014
Е. 25081960

2. Выбери из этих городов лишний:

- А. Стокгольм
Б. Лос-Анджелес
В. Барселона
Г. Варшава
Д. Москва
Е. Афины

3. Какая из этих стран лишняя?

- А. Швеция
Б. Мексика
В. СССР
Г. Бельгия
Д. США
Е. Испания

4. Какой из этих видов спорта – лишний? Он не проводился на первой Олимпиаде в Афинах.

- Борьба
Велоспорт
Плавание
Теннис
Фехтование
Футбол

5. Герб какой страны лишний:



6. Какая из перечисленных спортсменок лишняя:

- А. Лариса Латынина
Б. Раиса Сметанина

В. Нелли Ким
Г. Ольга Корбут
Д. Людмила Турищева
Е. Полина Астахова

7. Какой из перечисленных спортсменов лишний?

- А. Уле-Эйнар Бьёрндален
Б. Рикко Гросс
В. Михаэль Грайс
Г. Александр Тихонов
Д. Свен Фишер
Е. Бьорн Дэли

8. Флаг какой страны лишний:



9. Выберите из перечисленных хоккейных сборных лишнюю:

- А. Великобритания
Б. Канада
В. СССР
Г. Швеция
Д. США
Е. Финляндия

10. Выберите из этих известных спортсменов лишнего:



3.



4.



5.



6.

Спортивное лето

Письма читателей.



Летом я с папой несколько раз ходил на настоящей яхте по Верх-Исетскому пруду. Папин друг – Андрей Торопов – яхтенный рулевой. На яхте «Каролина» он участвует в парусных регатах. В этом году дядя Андрей занял третье место в международной парусной регате в Казахстане на озере Щучье. Мне нравится парусный спорт, наверное, на следующий сезон я даже запишусь в парусную секцию. Когда управляешь яхтой, нужно очень много думать и хорошо плавать. Нужно угадывать ветер и не бояться перевернуться вместе с яхтой. Еще каждый год на нашем Верх-Исетском пруду проводятся чемпионаты мира по парусному спорту. Из окна нашего дома их можно смотреть в подзорную трубу и отгадывать, какая яхта придет первая.

Степанов Никита, 8 лет



Моя тетя Оля – скалолазка. Когда она училась в горном университете, она участвовала в разных соревнованиях и получала медали. Сейчас она вышла замуж и у нее родилась маленькая дочка. Вместе с дочкой они часто ездят на разные скалы. И я ездила на скалы Шихан вместе с ними. Скалы высокие, и лазить по ним было страшно. Нужно привязываться к веревке, чтобы не свалиться вниз. Тетя Оля рассказала мне, как нужно правильно лазить. Только это очень трудно и тяжело. Нужно чтобы руки были сильными и можно было на них висеть. У всех скалолазов очень сильные руки. Мне нравится ездить в походы и ночевать в палатке.

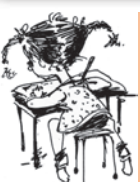
Черных Марина, 7 лет

Ответы на викторину

1. А. 06041896 – 0+6=6, 0+4=4, 1+8=9, 9+6=15. Б. 13071908 – 1+3=4, 3+0=3, 0+7=7, 7+1=8, 1+9=10, 9+0=9, 0+8=8. В. 10061956 – 1+0=1, 0+0=0, 0+6=6, 6+1=7, 1+9=10, 9+5=14, 5+6=11. Г. 19071980 – 1+9=10, 9+0=9, 0+7=7, 7+1=8, 1+9=10, 9+8=17, 8+0=8. Д. 07022014 – 0+7=7, 7+0=7, 0+2=2, 2+2=4, 2+0=2, 0+1=1, 1+4=5. Е. 25081960 – 2+5=7, 5+0=5, 0+8=8, 8+1=9, 1+9=10, 9+6=15, 6+0=6.

2. А. Стокгольм – город Швеции. Б. Лос-Анджелес – город США. В. Барселона – город Испании. Г. Варшава – город Польши. Д. Москва – город России. Е. Афины – город Греции.

3. А. Швеция – страна. Б. Мексика – страна. В. СССР – страна. Г. Бельгия – страна. Д. США – страна. Е. Испания – страна.



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.uralcheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г.
Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург», г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.
Заказ № 2978
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 17-00, фактически в 17-00 29.08.2019
Выход в свет 29.08.2019.
Распространяется бесплатно.

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