# детская спортивная газета (Екатеринбург)



ноябрь 2017





С 1 по 3 ноября в ДЮСШ «Малахитовый гонг» состоялось Открытое первенство города Екатеринбург по боксу среди юношей и девушек 15–16 лет и Турнир по боксу «Осенние каникулы» среди юниоров и юниорок 17–18 лет. На протяжении трех дней боксёры выступали в 15 весовых категориях. В соревнованиях приняли участие спортсмены из городов Свердловской области: Екатеринбурга, Верхней Пышмы, Каменск-Уральского, Среднеуральска, Алапаевска, Ревды. Подробности на 2 странице.

## Сегодня в номере:

## Штангисты «Виктории» на высоте!

по развитию физической культуры, спорта и туризма Администрации Екатеринбурга

11 ноября в ДЮСШ «Виктория» прошло открытое первенство г. Екатеринбурга по тяжелой атлетике среди юношей и девушек.



# Страница

# От «нормального атлета» к «ударнику-физкультурнику»

Октябрьская социалистическая революция круто изменила жизнь всех народов Российской империи. Коснулись перемены и спорта.



# Страниц



## Новости спортшкол

## ДЮСШ №19 «Детский стадион»

Первенство Европы по тхэквондо ВТФ среди юниоров возрастной категории 15-17 лет завершилось 6 ноября в Ларнаке на Кипре. Бронзовую награду в копилку сборной России в весовой категории до 42 килограммов завоевала представительница СК «Уралмаш» и Училища олимпийского резерва №1, выпускница ДЮСШ № 19 «Детский стадион» Яна Яркова. Поздравляем Яну и ее тренера Алексея Рябова!

## ДЮСШ «Росток»

4-5 ноября прошло Первенство и Чемпионат Свердловской области по армрестлингу.

Команда МАОУ ДО ДЮСШ «Росток» заняла 1 место Администрация школы от всей души поздравляет

команду армрестлинга, тренерско-преподаватель- ковская и С. Синицын). Самое быстрое время в лазаский состав: Жилинского Ю.В., Глебова Р.Р., Шубину Е.А. с высоким результатом и желает дальнейшего роста и побед.

## СДЮСШОР горных видов спорта

С 31 октября по 3 ноября в Тюмени состоялись всероссийские юношеские соревнования по скалолазанию.

Лучшим на соревнованиях стал свердловчанин Демьян Зайцев (тренер Е. Деулина). Он единственный из участников завоевал три призовых места: победил в скорости и двоеборье и стал третьим в трудности среди юниоров. Помимо Демьяна отличилась юниорка Юлия Пантелеева (тренеры Л.Бычнии на скорость в Тюмени показали свердловские спортсмены Елизавета Иванова (тренер Т.Семкина) и Денис Карпиков (тренер В.Примеров). В командном зачете три первых места у сборной Свердловской области. Вслед за уральскими спортсменами на вторых местах расположились Тюменская область и Красноярский край.

## СДЮСШОР

## «Уралочка» по волейболу

Сборная команда Свердловской области девушек 2003 г.р. под руководством тренера-преподавателя Казаковой Елены Семеновны заняла 1 место на зональном этапе Первенства России по волейболу среди девушек, проходившем в Челябинске с 1 по 7 ноября 2017 года!

# Бокс – искусство боя

Муниципальная ДЮСШ бокса «Малахитовый гонг» в настоящее время является единственным центром бокса в г. Екатеринбурге и центром областной федерации бокса. В школе обучается 656 детей. О работе школы нам рассказала директор ДЮСШ Гольтякова Юлия Борисовна.

- Юлия Борисовна, в каникулы у вас проводились соревнования для двух возрастов Открытое первенство города 15–16 лет и турнир «Осенние каникулы» 17–18 лет. Как прошли соревнования?
- Состав участников соревнований был довольно сильный. Прошло много интересных и неожиданных боев. Хочется поздравить победителей и их тренеров-преподавателей с достигнутыми результатами.
- Как развивается ваша школа в последнее время?
- В этом учебном году у нас прошли лицензирование две новые базы. Мы открыли секции бокса в ФОК Елизаветинский и в гимназии № 177. Это не просто спортивные площадки, а специализированные залы с боксерскими рингами, боксерскими мешками и грушами. На этом мы не останавливаемся, готовим к лицензированию еще две площадки: в поселке Садовый (школа № 98) и на стадионе «Южный». Стараемся сделать бокс доступным. Ведь чем больше будет площадок, тем меньше сил, времени и денег учащиеся будут тратить на дорогу. Это играет огромную роль. И в спорте должна быть шаговая доступность.
- Сейчас многие школы заключают договоры со спортивными школами и организуют на своих площадях спортивные секции.
   Как у вас с этим обстоят дела?
- Нам в этом отношении со школами гораздо сложнее договариваться. Школы больше заинтересованы в командных, массовых видах спорта: футбол, бас-

кетбол, волейбол. То есть в тех, кто сможет на различных районных и городских соревнованиях защищать честь школы. Бокс к таким видам спорта не относится. Ведь не проводятся же соревнования по боксу между школами. Поэтому с нами дружить подобным образом желающих не много. Гимназия № 177 — это скорее исключение из этой ситуации. Здесь действительно была заинтересованность руководства школы, родителей. Район Ботаники большой, перспективный. Уверена, что здесь с развитием бокса все будет в порядке.

## Как часто у вас проводятся соревнования внутри ДЮСШ?

– Подобные соревнования проводятся регулярно. Конечно, они не командные, а личные. Понятно, что уровень подготовки ребят здесь, на Вайнера, пока гораздо выше, чем в филиалах. Проводим соревнования-многодневки - каждый день по одному возрасту. Проводим месячники, когда соревнования проводятся каждую субботу. Причем не просто соревнования, а с мастер-классами, с лекциями. Приглашаем представителей ГИБДД, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Очень интересные получаются беседы. Однажды пригласили нашего выпускника, мастера спорта по боксу, боксера-тяжеловеса Павла Корюкалова. Павел работает в Центре временного содержания несовершеннолетних правонарушителей. Он заинтересовал ребят не только как спортсмен,



но и как человек. На своем жизненном опыте Павел рассказал о возникновении различных зависимостей, о ребятах, попадающих в сложные жизненные ситуации. Неудивительно, что на самой встрече и после нее ребята задавали огромное количество вопросов.

Недавно школа провела месячник по профилактике правонарушений, родители горячо откликнулись. Даже некоторые встречи сами организовали. К нам приезжали представители Росгвардии, показывали ребятам выставочное и боевое оружие. Конечно, ребятам все это очень интересно. В декабре каждую субботу будут проводиться аналогичные соревнования с беседами и встречами, с мастер-классами. Хотим пригласить Евгения Чупракова — чемпиона Европы, боксера-профессионала. Ведь он у нас тоже тренировался.

## – А с Александром Поветкиным не хотите договориться? В декабре объявлен его поединок в Екатеринбурге.

– Боюсь, что с Поветкиным договориться будет сложнее. Но по телевизору ребята, конечно, будут смотреть этот поединок. Тренеры всегда заинтересовывают ребят подобными встречами. Наш тренер Ячменев Иван Михайлович даже среди своих учеников разыгрывал билеты на последние бои смешанных единоборств. С точки зрения крупных соревнований бокс опять не самый выигрышный. На баскетбол и волейбол ребята всегда бесплатно могут ходить и вместе с тренером смотреть за игрой команд мастеров, учиться на их примере. На боксерские поединки билеты дорогие и все раскупается мгновенно. Поэтому стараемся по возможности организовывать встречи у нас в школе.

## Кто из великих и состоявшихся боксеров встречался с ребятами?

– Проводников Руслан выступал. Он очень открытый человек, интересный, всегда идет на контакт. Летом проводили встречу с Денисом Лебедевым. Встреча с Денисом очень понравилась ребятам. Егор Мехонцев проводил мастер-классы, встречался с ребятами. Наш воспитанник Сергей Мурашов приезжал после первенства мира. Рассказывал о себе, о большом боксе. Мы стараемся по возможности организовывать подобные встречи. Для ребят это стимул, яркий пример.

## – Сейчас организуется много частных клубов и школ. У вас с ними есть какая-либо конкуренция?

– Нет, не сталкивались. Мы ведь государственная бесплатная школа. Открыты для всех, лишь бы здоровье было. Даже те, у кого к боксу противопоказания, могут приходить и просто физкультурой за-

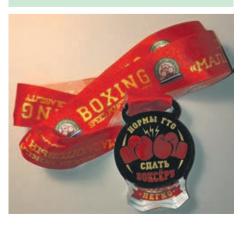
ниматься в спортивно-оздоровительные группы. Совсем не обязательно на ринг выходить или в спаррингах участвовать. Было бы желание. Ребята, регулярно занимающиеся спортом, становятся более собранными, целеустремленными, здоровыми.

ГТО этим летом всей школой сдавали. Проводился целый фестиваль. Ребятам было интересно. Нормативы сдают легко, физическая подготовка хорошая, поэтому всем и нравится. И прыгают хорошо, и толчковые, и силовые виды хорошо сдают. Даже бегают многие здорово. В марафоне Европа-Азия в беге на 3 километра из 700 человек участвующих одиннадцатое место в 2016 году занял Степанов Илья, а в 2017 году пятое место занял Козырев Павел. Это ведь хороший результат. Поэтому комплекс ГТО поддерживаем, но нужен антураж, фестивальная форма, праздник спортивный, а не просто обязаловка. Мы даже свои внутришкольные награды, медали выпустили. Целую серию: за ГТО, за бокс внутришкольные достижения. Кто соберет все три медали, получит в конце года дополнительный приз.

## – У вас очень интересная и насыщенная жизнь, но ведь набор уже закончился. В течение года могут ребята прийти записаться к вам?

– Конечно, могут. Места часто освобождаются, особенно в начале учебного года большая текучка. Спорт – это прежде всего большая и длительная работа. Здесь вдруг ничего не бывает, а те, кто хотят с наскока за месяц всему научиться по-быстренькому, никогда и нигде долго не задерживаются. Поэтому наши двери всегда открыты для серьезных, трудолюбивых ребят и девчат. Ждем вас в нашей ДЮСШ по боксу «Малахитовый гонг».

ДЮСШ бокса «Малахитовый гонг» г. Екатеринбург, ул. Вайнера, 9а, телефоны: (343) 371-30-20, (343) 371-27-78





#### Победители первенства города Екатеринбург по боксу среди юношей и девушек 15–16 лет:

52кг Савкина Елена

**57кг** Валитова Анна

**60кг** Рябухина Алиса **70кг** Шмелева Анастасия

**46 кг 1 гр.** Швецов Александр

**46 кг 2 гр.** Сергеев Владислав

**57 кг 1 гр.** Забегалов Олег

**57 кг 2 гр.** Шайхутдинов Артем

**60 кг 2 гр.** Иванов Семен

**63 кг 2 гр.** Сагрсян Генрик **70 кг 1 гр.** Хворов Даниил

**70 кг 2 гр.** Чистых Александр

**75 кг 1 гр.** Фалалеев Александр

**75 кг 2 гр.** Аббасов Тимур **80 кг** Тюстюбаев Денис

+ **80 кг 1 гр.** Прошин Кирилл

#### Победители турнира по боксу «Осенние каникулы» среди юниоров и юниорок 17–18 лет:

**56 кг 1 гр.** Полотов Бекнур

64кг Гончаров Егор

**69кг 1 гр.** Деревянко Илья

69кг 2гр. Чесноков Юрий

**75 кг 2 гр.** Нуритдинов Артур **91 кг** Воложанинов Денис

# Кристина Салихова заняла второе место в личном зачете на Всероссийском фестивале ГТО

Поздравляем команду Свердловской области с успешным выступлением на финальном этапе Летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций!



результатам соревнований команда заняла двенадцатое место среди восьмидесяти пяти командучастниц.

Поздравляем КРИСТИНУ САЛИХО-ВУ, воспитанницу ДЮСШ №19 «Детский стадион», которая заняла 2 место в возрастной группе 13-15 лет среди 170 участников!

В составе сборной команды Свердловской области выступили еще два воспитанника ДЮСШ №19 и тренеров Р.Н.Юнусовой и К.А.Поторочиной – Ильвина Ханова и Александр

Александр показал 2-й результат в личном первенстве среди мальчиков 11-12 лет в стрельбе из электронного оружия (39 очков) и был отмечен дипломом за высокий уровень знаний в области физической культуры и спорта.

Финал летнего фестиваля ВФСК «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций в этом году прошел в международном детском центре «Артек» в Крыму с 18 октября по 8 ноября.

Смотр проводился в три этапа. Первый – в муниципальных образованиях. Второй этап – региональный.



Далее субъекты РФ сформировали сборные команды для участия в финальном этапе фестиваля.

Сразиться в финале предстояло региональным сборным в составе восьми человек: двух мальчиков и двух девочек в возрасте 11-12 лет и двух юношей и двух девушек в возрасте 13–15 лет. Это третья и четвертая возрастные ступени комплекса ГТО.

В команду приглашали лучших: обладателей золотых знаков отличия ГТО, ставших победителями у себя в регионе по итогам многоборья ком-

С учетом того, что фестиваль продлился более трех недель, в «Артеке»

школьников ждала и образовательная программа, обязательная для всех.

В первой половине дня участники фестиваля учились, а во второй ставили рекорды.

Участники фестиваля встречались с федеральными послами ГТО: выдающимися российскими спортсменами – олимпийскими чемпионами и призерами престижных международных соревнований.

Летний фестиваль ВФСК ГТО среди школьников прошел в стране в третий раз. Первые два состоялись в Белгороде и Владимире.

## График приема нормативов комплекса ГТО в ноябре 2017 г.

22 ноября (среда): силовые нормативы, прыжок в длину, гимнастика и стрельба из электронного оружия. Регистрация: 13:00-14:00 Прием: 10:00-13:00 Центр ГТО, ул. Высоцкого, 26

По вопросам регистрации, подачи документов и выполнению испытаний комплекса ГТО обращайтесь по телефону: 347-04-48 (Центр ГТО) или на электронную почту gto fok@mail.ru



8 ноября 2017 года в Центре ГТО города Екатеринбурга прошел прием нормативов Комплекса ГТО в рамках Всероссийского физкультурноспортивного фестиваля «ГТО – одна страна, одна команда!»

В выполнении нормативов приняло участие 40 человек с 1 по 6 ступень, в том числе команда МАОУ СОШ № 146.

## Штангисты «Виктории» на высоте!

11 ноября в ДЮСШ «Виктория» прошло открытое первенство г. Екатеринбурга по тяжелой атлетике среди юношей и девушек. В соревнованиях приняли участие юные штангисты Екатеринбурга, а также гости из города Каменск-Уральский, поселка Татыш Челябинской области. Соревнования посетил легенда тяжелой атлетики г. Екатеринбурга, мастер спорта СССР 1961 года Гришанин Василий Степанович. В ходе разговора он сказал, что получил огромнейшее удовольствие от проведенных соревнований и был рад, что тяжелая атлети-



ка в г. Екатеринбурге возрождается. Соревнования прошли в конкурентной борьбе, юноши и девушки показали высокие результаты. Многие установили личные рекорды и выполнили разрядные нормы. В проведенных соревнованиях участвовало 26 воспитанников ДЮСШ «ВИКТОРИЯ», практически все ребята заняли призовые места.

1 место – Байнов Иван (в/к 38кг), Балдин Илья (в/к 62кг), Амоев Тимур (в/к 77 кг), Зотов Дмитрий (в/к 42 кг), Экшиян Артем (в/к 46кг), Устюгов Максим (в/к 56кг), Пономарев Владислав (в/к 94кг), Банников Влади слав (в/к +94кг), Махмудова Валентина (в/к 69кг)

2 место – Кристосяк Максим (в/к 62кг), Файзулин Даниил (в/к 85кг), Ионин Константин (в/к 42 кг), Локтев Константин (в/к 77 кг)

**3 место** – Шакиров Артем (в/к 50 кг), Кукарин Илья (в/к 77 кг), Кадочников Сергей (в/к 62 кг, выполнил норматив 3 спортивного разряда), Зыков Дмитрий (в/к 69кг, выполнил норматив 3 спортивного разряда)

Тренеры наших победителей и призеров – Нуреев Фирдаус Фауатович и Ятманов Александр Иосифович.

# От «нормального атлета» к «ударнику-физкультурнику»

Октябрьская социалистическая революция круто изменила жизнь всех народов Российской империи. Коснулись перемены и спорта.

## «Нормальный атлет» и страна тяжелоатлетов

В начале XX века в Российской империи в школах обучали гимнастике и военному строю. В этих «потешных» отрядах мальчишек готовили к армии. Школьники могли вступать в скаутские отряды. Ребята там тоже занимались физической культурой, получали военные знания.

Большое развитие спорт получил среди студентов, создавались спортивные лиги студентов, проводились соревнования.

К началу Первой мировой войны в России было около 800 спортивных организаций, обществ и клубов, членами которых числилось более 50000 человек: Всероссийские лиги и союзы различных видов спорта, Российский олимпийский комитет, Канцелярия главного наблюдающего за физическим развитием народонаселения Российской империи.

В 1911/1912 годах прошел первый в стране лыжный пробег Москва-Петербург (через Торжок) — 680 верст. Четверо московских спортсменовлыжников Сокольнического кружка лыжников прошли дистанцию за 12 суток 6 часов 22 минуты, из них ходовых 11 дней. Среднесуточная скорость 61,8 версты.

Во время первой мировой войны начали создавать военно-спортивные комитеты.

Самыми популярными видами спорта в начале XX века были футбол, лыжный спорт, конькобежный спорт, борьба, легкая атлетика, гимнастика, гребной и парусный спорт, бокс, фехтование, стрельба, велоспорт, плавание, конный спорт, теннис, фигурное катание.

Всероссийские Олимпийские игры проводились в 1913 и 1914 гг. На первую такую Олимпиаду в Киев прибыло около 500 участников, на вторую в Ригу — около 1000.

Разыгрывались также чемпионаты и первенства России по разным видам спорта, а также неоднократно проводились соревнования между любителями, членами спортивных объединений.

Все эти соревнования имели важную роль в развитии спорта в России.

Передовые ученые, педагоги и врачи старались не копировать иностранные системы физического воспитания, а вырабатывали свои, научно обоснованные теории.

В 1889 году в Москве проведен первый чемпионат России по конькобежному спорту. Дистанцию 3 версты (3200 м) выиграл Александр Паншин с результатом 7 минут 30 секунд. Спортсмены соревновались на Петровке в Москве на катке с дорожкой 200 метров с четырьмя поворотами. 29 декабря 1895 года состоя-



лось учреждение Московского клуба лыжников. В 1897 голу разыгрывается первый любительский чемпионат России по тяжелой атлетике, включавший в себя поднятие тяжестей и борьбу. Российские борцы начинают выходить на международную арену. В 1901 году тяжеловес Георг Гаккеншмидт становится чемпионом мира. 6 раз выигрывает чемпионаты мира Иван Поддубный.

В 1908 году проведено первое первенство России по легкой атлетике, в 1912 году – по лыжным гонкам.

В январе 1912 года в Петербурге был создан Всероссийский футбольный союз. В том же году он провел первый чемпионат страны, а также был принят в ФИФА.

Первый дебют России на Олимпийских играх был в 1908 году, куда отправились 8 человек. Золотую медаль в фигурном катании завоевал 35-летний петербуржец Николай Панин-Коломенкин – первый и единственный в Российской империи обладатель золотой олимпийской медали. Он также является 5-кратным чемпионом России по фигурному катанию, 12-кратным чемпионом России в стрельбе из пистолета и 11-кратным в стрельбе из боевого револьвера, победителем Всесоюзной Спартакиады 1928 года в стрельбе из пистолета и револьвера, кандидатом педагогических наук, заслуженным мастером спорта. На Олимпиаде в Лондоне также отличились борцы Н. Орлов и О. Петров, завоевавшие серебряные медали.

Для привлечения в физическую культуру и спорт незадолго до начала Первой мировой войны Канцелярией и Олимпийским комитетом России предлагается система нормативов «нормального атлета» — прообраз комплекса ГТО; вводится практика правительственных наград за особые заслуги в спортивном и олимпийском движении, активно продолжается процесс централизации спорта.

К 1916 г. большинство из существующих Всероссийских спортивных союзов вошли в состав международных ассоциаций по отдельным видам спорта.

К 1917 г. тяжелоатлетический спорт России по результатам, превышающим мировые рекорды, вышел на первое место в мире.

## «Красный молодняк» и «буржуазный» теннис

Первая мировая война, революция и гражданская война разорили страну. Установилась Советская власть. Но каким должен быть новый, советский, пролетарский спорт, новой власти пока не было понятно. Были те, кто выступал против тенниса, футбола, тяжелой атлетики, бокса. Они называли эти ви-

ды спорта «буржуазными». Нужно было придумать новые системы гимнастики и спорта, предназначенные исключительно для пролетариата. Новая физическая культура виделась как трудовая гимнастика и коллективный спорт.

«Долой футбол!», «Долой брусья!», «Долой спорт!», «Создадим свои пролетарские упражнения и снаряды!» — призывали со страниц газет пролеткультовские теоретики. Они проповедовали трудовую гимнастику, состоящую из упражнений, отражающих и копирующих в той или иной степени трудовой процесс.

Пролетарский спорт отрицал вредную и искусственную, на взгляд его создателей, специализацию. Коллективный пролетарский спорт был призван уничтожить «узкую специализацию, вредный профессионализм и рекордизм буржуазного спорта». Коллективный спорт пролетариата включал в себя вместо индивидуальных состязаний исключительно групповые.

На V съезде Российского Коммунистического Союза Молодежи были приняты решения о создании пионерии и о реформировании физкультуры и спорта. Вместо старых спортивных организаций, создавались альтернативные общества, такие как «Муравей», «Красный молодняк», «Спартак». В 1923 году спортом стали активно заниматься профсоюзы.



1934 год положил начало массовым велопробегам. Такие велопробеги имели двойную цель — чисто спортивную и испытание отечественных велосипедов. Пробеги
проводились на длинные дистанции: Комсомольск—Москва — 9500 км; Одесса—Владивосток — 14 817 км; Ашхабад—Москва —
4000 км; вдоль границ СССР — 30 872 км; Хабаровск—Москва — 9174 км; Сопка Заозерная—Западная граница — 11 300 км.



В 1936 г. в союзных республиках были проведены колхозные спартакиады, способствовавшие вовлечению в спорт женщин. В газете «Правда Востока» рассказывалось о работе инструктора физической культуры Рахматовой, сумевшей вовлечь в постоянные занятия физкультурой 48 женщин Андижана, которые до тех пор ходили под паранджой. Эти женщины встретили республиканскую спартакиаду сдачей норм комплекса ГТО.



### Первые рекорды

После буйных обсуждений, каким должен быть новый спорт в новой стране, Советская власть взялась активно развивать физическую культуру и спорт. В 1920 году начал работать первый институт физической культуры.

В первые годы Советской власти создавались спортивные кружки. Они были организованы при профсоюзных клубах в городах, при избах-читальнях в сельских клубах, в подразделениях и частях Красной Армии и Флота, в органах НКВД, в учебных заведениях. В большинстве кружков, особенно профсоюзных, не было секций по отдельным видам спорта. Их члены занимались всеми видами спорта.

Первые чемпионаты РСФСР состоялись уже в начале 1920-х годов. В 1921 году состоялся чемпионат по плаванию, в 1922 – по футболу.

Первое советское спортивное общество было создано в 1923 году, оно получило название «Динамо». В те годы физическая культура преподавалась во всех учебных учреждениях страны.

В 1923 году был проведён Всесоюзный праздник физкультуры. В 1927 г. проводились Всероссийский летний и Всесоюзный зимний физкультурные праздники.

В 1928 году состоялась первая Всесоюзная спартакиада народов СССР. В этот же год проводилась IX Олимпиада. Советский Союз в ней участия не принимал. 12 августа — в день, когда в Амстердаме завершились Олимпийские игры, в Москве торжественным парадом на Красной площади, открылась Всесоюзная спартакиада. В параде участвовало 25 тыс. физкультурников, в том числе 612 иностранных рабочих-спортсменов, приехавших из Ав-

стрии, Венгрии, Германии, Норвегии, Польши, США, Уругвая, Франции, Финляндии, Чехословакии, Швеции, Швейцарии и других европейских стран. Количество самих участников спартакиады тоже было рекордным — более 7000 спортсменов. В ІХ Олимпиаде соревновались около 3000 спортсменов в 14 видах спорта.

Тринадцать дней на спортивных аренах советской столицы шли состязания по 21 виду спорта. Спортсмены обновили 83 рекорда СССР. Особый успех выпал на долю дальневосточника Тимофея Корниенко. На Всесоюзную спартакиаду 1928 года Корниенко приехал прежде всего как игрок футбольной сборной Дальнего Востока, но соревнования по футболу начинались 17 августа, и он принял участие в легкоатлетическом турнире. К удивлению всех Тимофей сенсационно выиграл забеги на 100 и на 200 метров, установив рекорды СССР. Триумфом москвички Марии Шамановой завершились состязания в женской легкой атлетике – она одержала пять побед.

Первый приз Всесоюзной спартакиады был вручен спортсменам Российской Федерации, второй — Украины, третий — Белоруссии.

Спартакиада была посвящена первому пятилетнему плану развития народного хозяйства СССР.

Главным стадионом Спартакиады, на котором проходила церемония открытия и футбольные матчи, стал стадион «Динамо» в Петровском парке. Строительство этого стадиона, ставшего крупнейшим в СССР (25 тыс. зрителей), а также водной станции «Динамо» у Крымского моста было закончено в 1928 году.

#### Все на лыжи!

В 1930-е годы осуществляются сверхдальние лыжные переходы красноармейцев. В 1929 году состоялся лыжный переход из Омска в Москва — 2800 км. Командир взвода омского стрелкового батальона Красной Армии Куропаткин Георгий один, в полном военном снаряжении (в шинели и валенках, с револьвером, патронами и вещевым мешком) стартовал 4 января, а финишировал 5 марта. 60 дней в пути, из них 57 ходовых, проходя в среднем почти 50 километров ежедневно.

В 1934 году 5 красноармейцев совершили лыжно-пеший переход Бочкарево (Хабаровский край)—Москва (расстояние 8134км), из них первые 1350км они прошли пешком без лыж, проходя за день около 90км. Все участники этого перехода были награждены именными золотыми часами.

Пять комсомольцев-динамовцев с двумя собаками совершили лыжно-пеший переход Нижеангарск (северная часть озера Байкал)—Туруханск—Обдорск—Архангельск—Мурманск, с преодолением Байкальского хребта, через тайгу и тундру, по незаселенным районам с ночевками в спальных мешках в снегу (последние 300 км шли пешком с лыжами на плечах). Это путь Байкал — Белое море протяженностью около 9000 км. Стартовали спортсмены 30 ноября 1934 года, а финишировали 30 апреля 1935 г. 151 день в пути!

Самый длинный по протяженности переход во второй пятилетке осуществлен молодыми рабочими-комсомольцами завода «Карболит». Они проделали лыжно-пеший переход Орехово-Москва-Комсомольск-на-Амуре протяженностью 9420км.

Необыкновенный по своим масштабам стал массовый переход 500 лучших колхозников из Марийской области на краевой съезд партии в город Горький (Нижний Новгород). Делегатами на краевой съезд отбирались лучзоркий глаз нужны каждому трудящемуся!». В этих материалах было предложено ввести всесоюзное испытание готовности трудящихся к обороне, а тех, кто выполнит специальные упражнения, награждать значком.

Первый комплекс ГТО состоял всего из одной ступени и предполагал выполнение 21 испытания, 15 из которых носили практический характер: бег на 100, 500 и 1000 метров; прыжки в длину и высоту; метание гранаты; подтягивание на перекладине; лазание по канату или шесту; поднимание патронного ящика весом в 32 килограмма и безостановочное передвижение с ним на расстоянии 50 метров; плавание; умение ездить на велосипеде или умение управлять трактором, мотоциклом, автомобилем; умение грести 1км; бежать на лыжах 3 и 10км, ездить верхом и бежать в противогазе 1 км.

Нормы ГТО выполнялись в школах, колхозных бригадах, рабочими фабрик, заводов, железных дорог. Уже в 1931 году значки ГТО получили 24 тысячи советских граждан.

В комплекс ГТО II ступени вошло уже 25 испытаний — 3 теоретических и 22 практических. Для женщин общее количество испытаний составляло 21.

В 1933 году ЦК ВЛКСМ предложил ввести комплекс испытаний по физической подготовке детей, как начальную ступень их физического развития. Детская ступень комплекса, получившая название «Будь готов к труду и обороне» (БГТО) начала работать с 1934 года. В нее вошли 16 норм спортивно-технического характера: бег на короткие и длинные дистанции; прыжки в длину и высоту с разбега; метание гранаты, бег на лыжах на 3-5 километров для мальчиков и 2-3 километра для девочек, ходьба в противогазе; гимнастические упражнения; лазание по канату; подтягивание; упражнения на равновесие; поднятие и переноска тяжестей.



Даже во время Великой Отечественной войны соревнования продолжали проводиться. Например, в декабре 41-го года был проведен чемпионат по хоккею с мячом, а в 1942 году состоялась традиционная эстафета на садовом кольце.

шие из числа колхозников и колхозниц, «проявивших себя в поле, конюшне, на ферме». Обращалось внимание также и на их физическое состояние — не каждый мог преодолеть 300 с лишним километров по морозу на лыжах, поэтому к участию в походе допускались только лица, сдавшие нормы ГТО.

В это годы становятся массовыми и занятия альпинизмом. В 1933 году в Приэльбрусье была проведена первая учебная альпиниада Красной Армии, во время которой на вершину Эльбруса одновременно поднялось 58 человек. Во время второй альпиниады ЦДКА, вершины Эльбруса достигло уже около трехсот человек.

#### «Зоркий глаз – каждому трудящемуся»

24 мая 1930 г. «Комсомольская правда» опубликовала материалы, объединенные заголовком «Крепкие мышцы,



Игорь Агеев «Неспортивная история» сценарий. Журнал «Киносценарии» № 1, 1987 г.

....Хельсинки. Большой дворец спорта «Яахалле» – так, кажется, он у них называется. Трибуны забиты до отказа, стекают вниз темной, безликой массой к ярко освещенному помосту с гимнастическими снарядами. А на бревне – я. С самого последнего ряда выгляжу, наверное, этакой козявочкой на жердочке.

Сегодня отработала чистенько, с подъемом. Теперь – финал комбинации. Тапочки по бревнышку – тук-тук-тук. Фиксация. Фляк назад – раз! И тут же соскок - сальто в два оборота!.. Тишина. Слышен лишь стук моих копыт о помост. Гвоздем, не шелохнувшись, в пол воткнулась, ручки назад, а на лице улыбка от уха до уха – так-то, граждане судьи, мне это и не трудно совсем. Тишину как ветром сдуло. Иду от снаряда, спинка прямая, строго носок тяну, а на трибунах крики, свист, аплодисменты. Все сливается в один протяжный вой, шарахается в огромной четырехугольной чаше из угла в угол, резонирует, как в бане. Прожектора слепят.

Спускаюсь с помоста. Девки меня встречают, тормошат, целуют, я отмахиваюсь. Вадим, наш тренер, меня по плечу рукой и большой палец вверх – мол, «молоток»! Он не какой-нибудь. Целоваться не лезет.

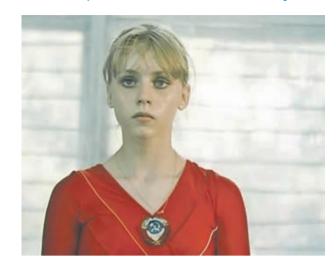
Только присела на лавочку, олимпийку на плечи накинула, как эти финны снова будто с цепи сорвались: орут, руками машут. В чем дело?.. Оценка – десять, ноль! Табло «Омега» крутит мою десятку на все четыре стороны, любуйтесь на здоровье!...

## Гревожность на ноль

Человеком управляют эмоции: радость, страх, удивление, злость, обида и др. Так чаще всего у спортсмена, тренера, родителя, болельщика возникает чувство тревоги. «Если я проиграю? Если не смогу забить в решающий момент? Если не хватит сил закончить марафон? Если приму неправильное решение?» - на самом деле пугает неизвестность. Неизвестность будущего заставляет человека волноваться, неизвестность нарушает состояние готовности к бою, неизвестность сказывается на уверенности в себе и в своих силах. Как следствие, человек тратит энергию нервной системы на ненужные размышления и не может полностью раскрыть свой потенциал на соревнованиях. Также тревожность усиливают следующие факторы:

- 1. высокий уровень подготовки соперника, боязнь конкурента;
- 2. значимость соревнований для спортсмена;
- 3. навязчивое поведение окружающих перед стартом (тренера, болельщиков);
- 4. негативные взаимоотношения в команде (коллективе);

## Спортивное закулисье



#### «Куколка»

«Куколка», Мосфильм, СССР, 1989 год – снятый по мотивам сценария Игоря Агеева «Неспортивная история», фильм оставляет неизгладимое впечатление даже сейчас, спустя столько лет со дня выхода на экран. Строго говоря, речь в фильме идет не только о жизни отдельно взятого класса. Эта история слегка приоткрывает и показывает закулисье советской гимнастической школы, которая в то время, считалась элитарной и во многом закрытой. Жизнь 14-летней Тани Серебряковой, мастера спорта и чемпионки мира по спортивной гимнастике, рушится в одночасье. Столько лет посвятив гимнастике, отдав ей все силы и энергию, она зарабатывает неизлечимую травму спины и вынуждена завершить карьеру, спустившись со спортивного Олимпа прямиком в однокомнатную квартиру своей матери. В этой «новой жизни», с кото-

5. недостаточный опыт спорт-

Чтобы спортсмен активно мыс-

лил, полно воспринимал информа-

цию, игнорировал помехи со сто-

роны (негативные замечания бо-

лельщиков, критику тренера, ошиб-

ки судьи и т.д.), в первую очередь

необходимо развивать саморегуля-

цию спортсмена, уметь отвлекать-

ся и размышлять на любую интерес-

ную тему перед стартом. Существу-

ет еще множество способов свести

тревожность на минимум, но сле-

дующий метод я рекомендую каж-

дому: для преодоления страха неиз-

вестности перед каждым соревнова-

нием составлять план «А» по случаю

победы и план «Б», если спортсмен

проиграл. План можно нарисовать

(если ребенок дошкольного возра-

ста), написать и подробно разобрать

каждый этап после соревнователь-

ного периода. Впоследствии спорт-

смену будет легче восстановиться

и подготовиться к следующему эта-

Александра Рубцова,

спортивный психолог.

пу соревнований.

смена и нестабильность физиче-

ских навыков.

рой Таня категорически не хочет мириться, ее ждет обычная средняя школа и «среднестатистический» 9 «Б». Непростые отношения с одноклассниками и с учительницей заставляют Таню принимать решения, которые продолжают разрушать ее жизнь.

Режиссер – Исаак Фридберг. В ролях: Светлана Засыпкина, Ирина Метлицкая, Дмитрий Зубарев, Владимир Меньшов, Игорь Бугатко.

Светлана Засыпкина, сыгравшая главную роль в картине – Мастер спорта по спортивной гимнастике, тоже вынуждена была уйти из большого спорта из-за серьезной травмы.



## Методика самооценки тревожности

- 1. Бывает ли у вас так, что вы настолько взволнованы какими-то мыслями, что
- **2.**Вас когда-нибудь тревожила «бесполезная мысль», которая все время вертелась в
- 3. Быстро ли вас можно переубедить в чем-
- либо? 4. Считаете ли вы, что на ваше слово мож-
- но положиться? 5. Можете ли вы забыть обо всех делах и
- пойти повеселиться в хорошей компании? 6. Бывает ли у вас часто так, что вы приняли решение слишком поздно?
- 7. Считаете ли вы свою работу как нечто само собой разумеющееся?
- 8. Любите ли вы работу, требующую значительной сосредоточенности, внимания?
- 9. Любите ли вы вести разговоры о вашем
- 10. Трудно ли вам забыть о ваших делах,
- обо всем, даже на оживленной вечеринке? 11. Преследуют ли вас иногда мысли и об-
- разы так, что вы не можете спать?
- 12. Когда вы заняты своей основной работой, то интересуетесь ли в то же время и раоотои своих товарищеи?
- 13. Часто ли бывают случаи, когда вам необходимо остаться одному?
- 14. Считаете ли вы себя счастливым чело-
- 15. Смущаетесь ли вы в присутствии лиц
- другого пола?
- 16. Тревожит ли вас чувство вины?
- 17. Вы опаздывали когда-нибудь на занятия или свидание? 18. Трудно ли вам переключиться с одного
- экзамена на другой? 19. Часто ли вы ощущаете свое одиноче-
- 20. Много ли времени вы проводите в воспоминаниях о лучших временах своего про-
- 21. Предпочитаете ли вы оставаться незаметным на вечерах, в гостях?
- 22. Верно ли, что вас довольно трудно за-
- 23. Часто ли вы чувствуете неудовлетво-

- 24. Склонны ли вы довести до конца предыдущую работу, если вам предстоит другая, более интересная?
- 25. Бывает ли у вас такое ощущение, что ваша работа для вас – дело жизни и смерти? 26. Трудно ли вам отказаться от привычек, которые вам не по душе?
- 27. Любите ли вы размышлять о своем про-
- 28. Считаете ли вы себя счастливчиком, человеком, которому в жизни все легко удает-
- 29. Легко ли вас задеть за живое по различным поводам?
- 30. Склонны ли вы к быстрым и решительным действиям?
- 31. Всегда ли вам думается после какоголибо поступка, что вам следовало сделать иначе?
- 32. Легко ли вы переходите от одного дела к другому?
- 33. Бывает ли у вас время от времени ощущение одиночества?
- 34. Работаете ли вы иногда так, будто от этого зависит ваша жизнь?
- **35.** Можете ли вы быстро прервать начатос дело и тут же приступить к выполнению другого задания?

## Обработка и интерпретация результатов теста

#### Тревожность определяется суммой баллов за:

- ответы «Да» на вопросы 1, 2, 4, 10, 16, 23, 25, 29, 31, 34;
- ответы «Нет» на вопросы 5, 7, 14, 15, 17, 22, 28.
- За каждый ответ, совпадающий с ключом,
- ставится 1 балл. T = (сумма «Да» + сумма «Нет»)\*(60/17) + 20
- Максимальное количество баллов равно 80
- 20-30 баллов низкий уровень выраженности показателя;
- 31-45 баллов средний;
- 46 баллов и выше высокий.

# Олимпийская ви

(Найди закономерности и ответь на вопрос)

Флаг какой страны не поднимался за первое место на хоккейном турнире зимних Олимпиад?

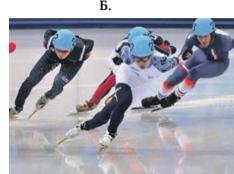
Какой из этих четырех видов спорта не олимпийский?



Кто из этих спортсменов-биатлонистов не является Олимпийским



В.



Γ.



А. Шипулин

Б. Малышко





В. Устюгов Г. Гараничев

В какой из этих стран проводились Олимпийские игры?



Какой из этих символов – символ Олимпиады 2018 года?



В. Италия

Г.Южная Корея

## Правильные ответы:

1. А.Хоккей на льду, Б.Фигурное катание, В.Хоккей с мячом, Г.Шорт-трек Ответ В. Хоккей с мячом не является олимпийским видом спорта. 2. А. Казахстан, Б. Китай, В. Туркменистан Г. Монголия Ответ Б. Китай; В Китае проводились Олимпийские игры в 2008 году, а в

остальных странах нет.

3. А. Россия Б. Канада В.Италия Г.Южная Корея

Ответ Г. Южная Корея. В ней Олимпийские игры состоятся в 2018 году. 4. А. Финляндия, Б. СССР, В. Великобритания, Г. Канада

Ответ А. Финляндия; Хоккейная команда этой страны ни разу не становилась

Олимпийским чемпионом.

5. А. Шипулин Б. Малышко В. Устюгов Г. Гараничев Ответ Г. Гараничев; Евгений Гараничев не является Олимпийским чемпионом.

### Спортивные ребусы

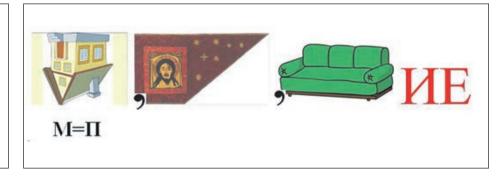
Б. Канада

А. Россия









## СПОРТИВНЫЕ ШКОЛЫ ЕКАТЕРИНБУРГА



## Я выбираю спорт

Для подрастающего поколения в Екатеринбурге работают 29 муниципальных детскоюношеских спортивных школ и специализированных школ олимпийского резерва, воспитанниками которых являются 27 818 ребят по 62 видам спорта.

Управление по развитию физической культуры, спорта и туризма Администрации города Екатеринбурга прикладывает все усилия, чтобы привлечь горожан к регулярным занятиям физической культурой и спортом: расширяется сеть детских спортшкол, строятся муниципальные физкультурно-оздоровительные комплексы, реконструируются стадионы, восстанавливаются и ремонтируются спортивные площадки.

#### ДЮСШ ПО БАСКЕТБОЛУ ИМЕНИ А.Е.КАНДЕЛЯ



Тел.: (343) 366-36-04

## ДЮСШ БОКСА «МАЛАХИТОВЫЙ ГОНГ»



Тел.: (343) 371-30-20, 371-27-78

#### ДЮСШ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО РАЙОНА



Тел.: (343) 380-80-87, 380-80-86

#### ДЮСШ «ДИНАМО» ПО ЕДИНОБОРСТВАМ



Тел.: (343) 388-30-78, 388-30-72

ДЮСШ ПО ТЕХНИЧЕ-СКИМ ВИДАМ СПОРТА



Тел.: (343) 298-27-78

#### ДЮСШ «АВТОМОБИЛИСТ»



Тел.: (343) 289-91-90

#### дюсш «интеллект»



Тел.: (343) 371-60-49, 371-97-32

ДЮСШ «БУРЕВЕСТНИК»



Тел.: (343)317-93-95

ДЮСШ «ВИКТОРИЯ»



Тел: (343)375-79-72, 374-95-21,374-92-37

## ДЮСШ «КРИСТАЛЛ»



Тел.: (343) 258-90-35, 258-90-93

ДЮСШ «ДИНАМО»



Тел.: (343) 287-16-03, 287-16-04

## ПО ФУТБОЛУ «УРАЛ»

**ДЮСШ** 

ДЮСШ №8 «ЛОКОМОТИВ»

Тел.: (343) 234-65-45

Тел.: (343) 256-79-17

Тел.: (343) 338-37-49

Тел.: (343) 322-93-73

252-72-80

ЛЮСШ № 16

дюсш по конному

СПОРТУ

дюсш по тхэквондо

ДЕТСКИЙ СТАДИОН»

дюсш 19

ДЮСШ «РОДОНИТ»



Тел.: (343) 366-36-57

#### СДЮСШОР ГОРНЫХ ВИДОВ СПОРТА



Тел.: (343) 212-76-77

#### СДЮСШОР ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ



Тел.: (343) 367-44-10

#### СДЮСШОР ПО ФУТБОЛУ «ВИЗ»



Тел.: (343) 380-53-34, 380-37-01

## СДЮСШОР №18 ПО ХОК-КЕЮ С МЯЧОМ НА ТРАВЕ



Тел.: (343) 256-47-10 Тел.: (343) 252-74-71,

## СДЮСШОР «УРАЛОЧКА» ПО ВОЛЕЙБОЛУ



Тел.: (343) 380-01-53

# ДЮСШ С ОТДЕЛЕНИЕМ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ «РОСТОК»



Тел.: (343) 261-39-75

#### ДЮСШ «ФАКЕЛ»



Тел.: (343) 261-83-05

### ДЮСШ №3 ИМ. А.Д,МЫШКИНА



Тел.: (343) 262-69-85, 262-62-59

#### СДЮСШОР «ЛОКОМОТИВ-ИЗУМРУД»



Тел.: (343) 333-57-71

## дюсш «юность»



Тел.: (343) 251-21-55, 257-46-83

## СДЮСШОР №1



Тел.: (343) 350-45-45

## 沙沙之代三代人对为这个这个人的人的人

Тел.: (343) 331-83-30



Газета «Физкульт-привет» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Свердловской области 12 апре-

ля 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, doroga@ural.ru Сайт: www.uralucheba.ru Главный редактор: Семёнов М.Г. Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург», г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18. Заказ № 4692

Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать: по графику в 13-00, фактически в 13-00 19.11.2017 Выход в свет 20.11.2017. Распространяется бесплатно.

