детская спортивная газета (Екатеринбург)

Физкульт привет

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

№08 [46]
декабрь 2016

10–11 декабря в Центре культуры «Урал» прошел Российский турнир «Открытый Кубок Екатеринбурга по танцевальному спорту».
Подробности на страницах 4–5.

Сегодня в номере:

Кубок Александра Попова

Всероссийские соревнования по плаванию с участием иностранных спортсменов «Кубок четырехкратного олимпийского чемпиона А.Попова» уже в девятый раз прошли в бассейне «Юность».

Страницы 2–3

Кубок мира на горе Долгой

10 и 11 декабря 2016 года в Нижнем Тагиле прошли третий и четвертый этапы Кубка мира по прыжкам с трамплина среди женщин.

Страница 6

Екатеринбург спортивный!

Массовый спорт, то, чем мы гордимся, закладывает здоровье и интерес к занятиям на всю жизнь. Задача муниципалитета — его поддерживать и развивать. Для этого мы прилагаем все усилия: содержим базы, финансируем, привлекаем детей, чтобы они свое свободное время занимали полезным делом — спортом.

Глава Администрации города Екатеринбурга Александр Якоб

В уральской столице на 2016 год работают 39 детско-юношеских спортивных школ, из них 6 — государственных, одна — ДОСААФ, одна частная (ДЮСШ «Автомобилист»), 31 — муниципальная, в том числе одна (ДЮСШ №2 «Межшкольный стадион») — в ведении Управления образования, 30 — в ведении Управления по развитию физической культуры, спорта. В школах обучается 36 тысяч детей по 59 видам спорта.

Самыми востребованными летними олимпийскими видами спорта среди воспитанников стали: футбол (3028 спортсменов), баскетбол (1795), легкая атлетика (1722), настольный теннис (1553), волейбол (1417), плавание (1335). Среди зимних олимпийских видов спорта — лыжные гонки (1329 человек), хоккей с шайбой (1261), фигурное катание (740). Немногочисленными видами спорта являются триатлон (38), пожарно-прикладной спорт (29), альпинизм (12).

Тренировочную и воспитательную работу в текущем году ведут 876 тренеров-преподавателей, из них 727 штатных, в том числе имеющих высшее профессиональное образование — 604, высшую квалификационную категорию — 265, звание «Заслуженный тренер России» — 57. За три года 420 специалистов прошли курсы повышения квалификации.

В рамках реализации муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта» на 2014–2016 годы, ведомственной программы «Екатеринбург спортивный» на 2014–2016 годы построены:

— ледовая спортивная «Дацюк-арена» для ДЮСШ «Юность» (улица Куйбышева, 32а);

— поле для хоккея на траве на территории парка-стадиона «Химмаш» для СДЮСШОР №18 по хоккею с мячом и на траве (улица Дагестанская, 1а);

— спортивный зал с теннисными кортами для ДЮСШ №8 «Локомотив» (улица Шаумяна, 80);

— ФОК с ледовой ареной для отделения хоккея ДЮСШ «Факел» (улица Латвийская, 35);

— лыжная база на территории парка-стадиона «Химмаш» для ДЮСШ «Кристалл».

Кроме этого, были проведены:

— ремонт кровли в здании ДЮСШ №8 «Локомотив» (переулок Красный, 13а);

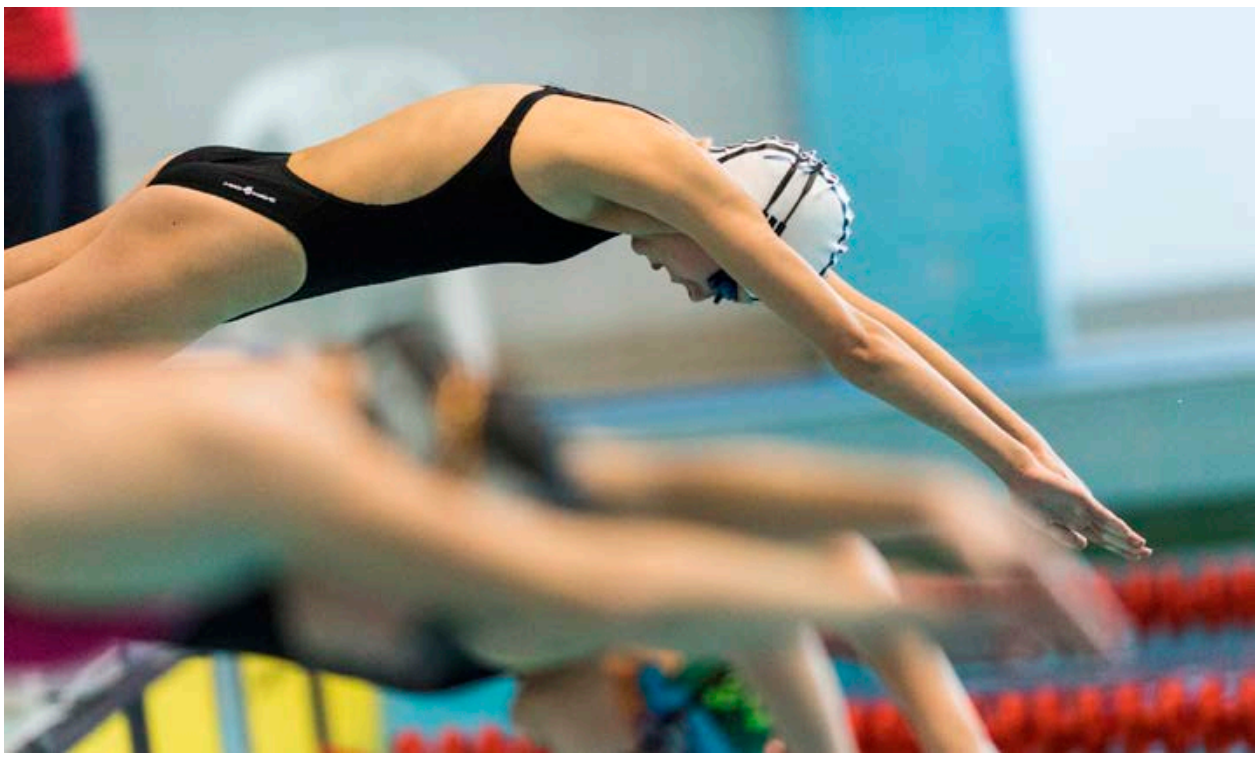
— капремонт манежа ДЮСШ по конному спорту в Октябрьском районе (улица Специалистов, 1);

— реконструкция здания хоккейной спортивной школы «Спартаковец» (улица Энгельса, 31а).

Муниципалитет приобрел и установил электронную систему судейства и хронометража для плавания с информационным табло в школе «Юность». Техника уже апробирована на всероссийском турнире по плаванию на призы Александра Попова.

К 2018 году власти планируют увеличить долю школьников, вовлеченных в дополнительные программы, до 70–75%, в том числе не менее 50% — на бесплатной основе. Также среди задач — поэтапно довести оплату педагогов дополнительного образования до уровня зарплаты учителей общеобразовательной школы.

Кубок Александра Попова



Всероссийские соревнования по плаванию с участием иностранных спортсменов «Кубок четырехкратного олимпийского чемпиона А.Попова» уже в девятый раз прошли в бассейне «Юность» с 8 по 11 декабря 2016 года.

Александр Владимирович Попов

Выдающийся советский и российский пловец, четырёхкратный олимпийский чемпион, шестикратный чемпион мира, 21-кратный чемпион Европы. Награждён орденом «За заслуги перед Отечеством» III степени, орденом Дружбы. Заслуженный мастер спорта СССР.

Среди почетных гостей Кубка были 35 чемпионов и призеров Олимпийских игр, среди которых Андрей Сердинов, Денис Пиманков, Евгений Коротышкин и другие именитые спортсмены. Участвовало в соревнованиях 480 спортсменов (59 команд) из 55 регионов России, 3 зарубежные команды из Германии, Киргизии и Казахстана, команда пловцов из Донецка. В этом году Свердловскую область представляли 3 команды (24 чел.), в состав которых вошли 11 спортсменов ДЮСШ «Юность» (Павлов Г., Желтовская А., Поспелов Д., Серебров Д., Чохонелидзе А., Захарова А. – тр. Уразова Р.И, Ашихмин С., Леушина А. – тр. Коптеловы О.В. и Т.В., Ушкова В., Щукина А., – тр. Кадочников П.Л. Л.Я., Луганский В. – тр. Шевелев В.П., Белкина В.Н.) Сборные команды Свердловской области заняли в командном зачете 12, 13 и 22 места. В индивидуальных видах программы призовые места всех трех сборных области были только у Захаровой А. Она дважды стала призером соревнований: 2-е место (200 баттерфляй) и 3-е место (400 вольный стиль). Лучшие результаты из числа учащихся «Юности» показали: Павлов Глеб – 4 место – 200 баттерфляй; Желтовская Анастасия – 5 место – 200 баттерфляй; Павлов Глеб и Поспелов Дмитрий – 6 место 4х100 вольным стилем и 8 место 4х100 комплекс; Установлено 6 рекордов соревнований (3 – спортсменкой из Кемеровской области, 2 – спортсменом из Калуги, и 1 – гражданкой Германии), 7 спортсменов из разных регионов России впервые выполнили норматив Мастера спорта России.

Кубок Попова в этом году завоевали пловцы из Кемеровской области. На втором месте – Московская область, тройку замыкают челябинские спортсмены.

Лучшей пловчихой признана Александра Сабитова из Новокузнецка (тренер Поданева Елена), среди юношей лучшим стал Владислав Герасименко из Обнинска (тренеры Бачин Алексей Юрьевич и Бачин Владимир Юрьевич).

Кроме того, в рамках соревнований на площадке «Екатеринбург ЭКСПО» была организована интеллектуально-развлекательная игра от партнеров Кубка Попова – компании «Билайн», в которой были задействованы все участники соревнования. Во время игры дети не просто поборолись за Кубок Попова, но также провели время вместе и еще более сплотились.

А в это же время мужская сборная России завоевала ПЯТЬ золотых медалей в эстафетах на чемпионате мира по плаванию на короткой воде, который проходил в Виндзоре (Канада) с 7 по 11 декабря. В составе российской команды выступал Никита Лобинцев – воспитанник ДЮСШ «Юность», он стал двукратным чемпионом мира.

Всего же сборная России выиграла 6 золотых, 5 серебряных и 3 бронзовых медали и заняла третье общекомандное место. Владимир Морозов дважды стал вторым на личных дистанциях: 50 метров вольным стилем и 100 метров брассом, а также в составе команды выиграл пять золотых медалей чемпионата мира: в эстафетах 4х50 метров и 4х100 метров вольным стилем, а также в смешанной эстафете и комбинированных эстафетах 4х50 метров и 4х100 метров.

Пятикратным чемпионом мира стал Александр Попков, четырехкратным – Алексей Брянский, трехкратным – Кирилл Пригода, двукратными – Никита Лобинцев, Михаил Вековищев, Андрей Шабасов, Григорий Тарасевич и Олег Костин, чемпионского звания удостоены Александр Красных, Артем Лобузов, Даниил Пахомов, Михаил Довгалюк, Александр Харланов, Даниил Пасынков, Розалия Насретдинова и Мария Каменева.

Призерами чемпионата в личных дисциплинах стали: Александр Красных (серебро – 400 м вольный стиль, бронза – 200 м вольный стиль), Вероника Попова (серебро – 400 м вольный стиль), Андрей Шабасов (серебро – 100 м на спине), Михаил Доринов (бронза – 200 м брасс). Бронзу завоевали Дарья Муллакаева, Дарья К. Устинова, Арина Опенышева, Вероника Попова, а также участница предварительного заплыва Ирина Кривоногова, в кролевой эстафете 4х200 м.

Бокс. Молодёжный чемпионат мира

С 17 по 26 ноября в Санкт-Петербурге прошел Молодёжный Чемпионат Мира по боксу. Десять дней сильнейшие спортсмены в возрасте 17–18 лет сражались за чемпионский титул. В первенстве участвовало более 400 спортсменов в возрасте 17–19 лет из 75 стран мира.

Воспитанник школы бокса «Малахитовый гонг» **Сергей Мурашов (тренер Сергей Манин)** дошел до полуфинала и уступил победу будущему чемпиону мира – кубинцу **Освари Давиду Мореллу Гутьеррес,** став бронзовым призером Чемпионата.

В Екатеринбурге за него болели родные, близкие, друзья, ребята из школы Малахитовый гонг, директор школы Юлия Голтякова. На турнире Сергею исполнилось 18 лет.

Этот год для нашего боксера очень удачный. Летом он стал победителем в весовой категории до 81 килограмма на первенстве Европы среди юниоров 17–18 лет, прошедшем в Анапе с 6 по 15 июня 2016 года. А в мечтах Сергея – победа на Олимпийских играх, и бронза на Европейском первенстве – одна из ступенек на пути к Олимпийской медали. До Сергея Мурашёва никто из екатеринбургских боксёров-юниоров золотым призёром Европы не становился. Кумиры Сергея – Майк Тайсон, Рой Джонс. Об этом он рассказал на встрече с ребятами, воспитанниками своего клуба.

Новости спорта

5–10 декабря

В Брянске прошли Всероссийские соревнования по спортивной гимнастике «Олимпийские надежды». По результатам многоборья бронзу завоевал учащийся отделения спортивной гимнастики МБОУ ДО ДЮСШ №8 «Локомотив» Пашкин Евгений, выступавший по программе I разряда. В финалах на отдельных видах многоборья Евгений стал первым в опорном прыжке с результатом 13,35 балла, и третьим в упражнениях на кольцах с результатом 13,1 балла.

7 декабря

В Ханты-Мансийске завершились 12-е Всероссийские соревнования по синхронному плаванию «Жемчужины Югры». В этом году в соревнованиях приняли участие более 70 спортсменок из Красноярского края, Тюменской и Свердловской областей и Ханты-Мансийского автономного округа. Состязались девочки в возрастной группе до 12 лет и девушки 13–15 лет. Золотые награды в произвольной комбинированной программе среди групп завоевала команда Екатеринбурга, в составе которой выступили спортсменки ДЮСШ №19 «Детский стадион»: Екатерина Бирючева, Екатерина Цыпленкова, Яна Чебакова, Анна Климова, Агата Чепчугова, Александра Краюхина, Елена Чернушкина, Арина Оплетина! Первое место в соревнованиях дуэтов отстояли Агата Чепчугова и Елена Чернушкина!

Подготовили девушек Заслуженный тренер России Л.Ю. Капустина, тренеры-преподаватели Е.С. Именнова, Ю.А. Карочкина, А.А. Александрова, тренер-хореограф Ю.Б. Погребак.

9–11 декабря

На IX Всероссийском турнире по тхэквондо «Золотая искра», прошедшем 9–11 декабря в Казани, ребята из ДЮСШ по тхэквондо завоевали восемь медалей в различных весовых категориях: 1 место – Даринцев Михаил; 2 место – Мозжерина Юлия, Макаров Семен, Казаков Роман, Фучкин Ярослав; 3 место – Шистеров Вячеслав, Телембаев Диас, Ковязина Анна. Ребят подготовили тренеры – А.В. Мартьянов, И.М. Горюнов, В.М. Мельников, А.Д. Казакевич.

Воспитанники ДЮСШ №16 под руководством тренера-преподавателя Бровина Николая Викторовича также отличились. Наринник Даниил в своей весовой категории занял 1 место, Филимонов Архип – 2 место, а 3 место поделили сразу два спортсмена – Филимонов Андрей и Горелов Никита.

Танцуют все!

10–11 декабря в спортивном комбинате «Урал» прошел открытый кубок Екатеринбурга по танцевальному спорту.

Первыми выступали самые юные участники турнира. Мы долго наблюдали за участниками. Кто-то танцевал очень хорошо, кто-то только начинал свои шаги в танцевальном спорте. Были даже участники, которые танцевали соло. Одна пара привлекла наше внимание. Танцевали с естественными улыбками, легко, непринужденно, явно получая удовольствие от самого процесса и, казалось бы, не обращая внимание на другие пары. Каково же было наше удивление, когда именно эта пара получила первые места и кубки сразу в двух номинациях: Дети-1, 3 танца и Дети-1, 4 танца. Судейская коллегия тоже единогласно выделила их среди других танцующих пар. После награждения мы задали несколько вопросов чемпионам Маше и Ване (ученикам 2 класса школы 69, воспитанникам клуба «Спартак»).

– Маша, сегодня ваша пара завоевала сразу два кубка – для вас это большое достижение?

– Да, большое, только мы уже получали два кубка на других соревнованиях, а потом Ваня руку сломал, и мы очень долго не танцевали. А сейчас нас переведут в класс Е. Там спортсмены выступают.

– А вы разве не спортсмены?

– Нет, спортсмены, конечно, только мы еще СММки. Когда только начинаешь танцевать, танцуешь просто так, и всегда получаешь какие-нибудь подарки и грамоты. У маленьких много и первых, и вторых, и третьих мест. А потом, когда хорошо начнешь танцевать, участвуешь в Кубках. Там уже на выбывание. Как мы сейчас. Если пар много, то проводится 1/8 финала, потом 1/4 финала, потом полуфинал и финал. И все время кто-то выбывает. А все, кто выступал в финале, получают грамоты, а первые три места – медали. А самые первые – кубок. Как мы сегодня.

– А как переводится «СММки»?

– Не знаю, наверное, самые маленькие.

Тут в разговор вмешивается Машин партнер – Ваня.

– Нет, СММки – это спортивно-массовые мероприятия. Это как спорт, только для начинающих. За каждый кубок дают баллы. А когда баллов наберется много, пары переводят в Е-класс. Но там уже 6 танцев уметь танцевать надо. Мы их уже умеем танцевать, только на соревнованиях еще не танцевали ни разу.

– А какие вы танцы сегодня танцевали?

– Медленный вальс, самбу, быстрый фокстрот, ча-ча-ча. Вальс у нас хуже всего получается. Нам за него всегда баллы срезают. А сегодня, видимо, хорошо станцевали. Только тренер у нас Алла Геннадьевна – очень строгая. Она всегда все наши ошибки видит и всегда советы дает, как лучше танцевать.

– Молодцы, ребята!

Мы пожелали Ване и Маше успехов. О том, что у них впереди и какие трудности их ждут, мы спросили

у Виктории Борзых, которая много лет занимается этим красивым видом спорта.

– Вика, когда ты пришла в спортивные танцы? Чья это была идея?

– Спортивными бальными танцами я занимаюсь с семи лет. Когда я пришла в первый класс, у нас проходил урок хореографии, на котором педагог раздавала приглашения в спортивный бальный клуб для тех, у кого были способности, и для желающих. Поскольку до этого времени я 2 года занималась эстрадными танцами, а потом еще 2 года балетом, то, видимо, какие-то навыки у меня уже были и мне дали приглашение. Я была очень рада и скорее понесла приглашение маме. Мы пришли в назначенный день и как будто попали в сказку. Красивые девушки с необыкновенными «сверкающими» платьями, красивыми прическами, и на высоких каблуках. Юноши – подтянутые, в брюках и туфлях (а не в джинсах), целый ансамбль девочек и мальчиков в нарядных костюмах. Нам показывали разные танцы и рассказывали о них. Конечно, как любой семилетней девочке, мне больше всего хотелось носить золотистые туфли на каблуке. Я так сильно просила маму, что ей пришлось согласиться. Так я и попала в «другую жизнь».

– Помнишь ли ты свои первые соревнования? Как они прошли?

– Еще бы! Ведь к этому времени, я «стояла в паре» всего полгода. Да еще и турнир проходил в другом городе, а не в Екатеринбурге. На этом турнире мы заняли с партнером сразу седьмое место. Это был большой успех. И тренера обратили на нас особое внимание. После этого соревнования жизнь моя уже перестала быть такой беззаботной. Увеличилось количество тренировок, и сразу усилились требования к подготовке.

– Что дают тебе танцы?

– За свою танцевальную карьеру я побывала на соревнованиях во многих городах России, познакомилась с ведущими российскими и известными зарубежными тренерами и судьями. Общение с ними дает огромный заряд позитива и веры в себя. Опыт, которым они делятся со спортсменами, зачастую

не только танцевальный, но и часто жизненный.

– Танцы – парный вид спорта: взаимоотношения с партнером, сложно ли найти общий язык, договориться о чем-нибудь? Кто главный в паре?

– Номинально, главный – партнер. Он несет ответственность за пару. Партнер отвечает за готовность пары к турниру, за знание расписания турнира, за «выходы и заходы». Но на самом деле, как во всяком парном спорте, здесь очень важно взаимопонимание. Достичь его очень сложно. Часто кто-то в паре срывается на партнере, если что-то не получается. Бывает сложно договориться даже по времени тренировок и выездам на турниры, поскольку у каждого свой жизненный график и возможности. Все время приходится договариваться, притом не только с партнером, но и с его (ее) родителями и даже с тренерами. У тренеров вообще свой взгляд на все происходящее. Но когда удается пройти этот тернистый путь, то работа в паре становится в удовольствие. И уже с нетерпением ждешь тренировок, чтобы попробовать что-то новое или отработать какие-то определенные элементы.

– Сколько времени занимают тренировки, как часто соревнования?

– Поначалу пары занимаются 3 раза в неделю на групповых занятиях. Потом к ним добавляются индивидуальные занятия. Сначала 1–2 раза в неделю, затем больше. Чем старше становишься, тем больше тренировок, ведь количество танцев и их сложность увеличиваются с каждым новым уровнем мастерства. Например, мы тренируемся каждый день по 4–5 часов.

Усложняются и уровни соревнований. Кстати, по результатам соревнований присваивается класс мастерства и спортивный разряд в соответствии с возрастом. Раньше мы участвовали в турнирах практически каждые выходные. Теперь, когда уровень мастерства уже достаточно высок, количество турниров стало меньше. Но подготовка к ним требует более серьезных вложений.

Кроме тренировок, у нас, как и у других спортсменов, есть сборы. Несколько дней, которые мы посвящаем целиком танцам и приобретению нового опыта и знаний. Сборы проходят несколько раз в год, и каждая пара сама выбирает, какие сборы ей посетить.

– Как совместить учебу и спорт? Что главнее – учеба или спорт? Какие предметы любимые в школе? Помогает ли спорт учебе?

– Совместить учебу и танцы сложно. И то и другое отнимает много времени и является очень значимым моментом в моей жизни. Приходится договариваться с самой собой. Если сегодня много учебы, значит танцам меньше внимания. И наоборот, если идет подготовка к серьезным соревнованиям, учеба отходит на второй план. Любимые предметы в школе – математика, физика и биология. Все эти науки требуют серьезной подготовки. Дисциплина и организованность, которые важны в танцах, помогают мне правильно распределить силы и достичь хороших результатов. Спорт и наука – хороший симбиоз, когда все находится в равновесии. Наука – это активная деятельность мозга, при которой тело в основном находится в статичных положениях. Спорт дает возможность организму развиваться и двигаться, сменяется мозговая деятельность. Так что здесь важен баланс.

– Как друзья относятся к танцам? Ходят ли болеть за тебя на соревнования?

– Из-за моей занятости у меня не так много друзей, как хотелось бы. Примерно половина моих друзей – такие же, как и я, спортсмены – бальники. Естественно, мы болеем друг за друга на соревнованиях, даже когда участвуем в одних и тех же категориях и являемся в этот момент соперниками. Если кто-то из спортсменов не участвует в соревнованиях, то все равно приходят посмотреть, поболеть и поддержать.

– Советы и рекомендации начинающим маленьким спортсменам?

– Всегда рада, когда «малыши» подходят на тренировках и задают вопросы. Они тоже болеют за нас на соревнованиях. И мы всегда им благодарны за это. Конечно, стараемся помогать «по максимуму». Главный совет – не сдаваться и упорно трудиться. Тогда обязательно будет результат. Важно также оставаться добрым и отзывчивым человеком, чутким к своему партнеру. Идти рука об руку вместе. Только в настоящей паре будет хороший результат. Важно уметь «ждать» друг друга (когда один из партнеров болеет, когда надо сбавить темп и дать партнеру отдохнуть, когда происходят такие важные события, как, например, экзамены). Обязательно рекомендую подрастающим танцорам смотреть, как танцуют профессионалы. На их потрясающих танцах можно здорово учиться самому.

– Планы на ближайшие год-два.

– Планы серьезные. Во-первых, поступить в университет. Обязательно на тот факультет, который я выбрала. Во-вторых, принять участие в чемпионате России. Это планы на ближайшие полгода. А дальше – будет видно. Я не знаю, какая нагрузка меня ждет в университете, но надеюсь, что смогу и дальше совмещать учебу с танцами и добиваться хороших результатов в обоих направлениях!

Важно знать

E класс (соответствует 3-му спортивному разряду). Пары этого класса соревнуются между собой по программе 6-ти танцев.
D класс (соответствует 2-му спортивному разряду). Пары этого класса соревнуются между собой по программе 8-ми танцев.
C класс (соответствует 1-му спортивному разряду). С этого класса пара танцует все 10 танцев, а также может выбрать одну из программ – Европейскую или Латиноамериканскую.
B класс (соответствует КМС – кандидат в мастера спорта). Еще выше идут классы A и S. Присвоение классов E, D, C, B, A, S производится спортсменам исключительно по набору очков. Самый высший класс танцора – M класс. Присвоение M класса производится спортсмену S класса, в категории Взрослые, за достижения на международных соревнованиях.

Из истории Олимпийских видов спорта

Пора в полёт!

Прыжки на лыжах с трамплина – необычный вид спорта. Долгие годы это было просто развлечением. В ноябре 1808 года норвежский лейтенант Олаф Рюэ пролетел 9,5 метров, чтобы доказать свою храбрость сослуживцам. И это стало первым документальным свидетельством нового вида спорта. Но первое документально зафиксированное соревнование прошло 22 января 1862 года в Трюсиле. В программе первых зимних Олимпийских игр 1924 года в Шамони были включены прыжки с 70-метрового трамплина, с 1964 – с 70- и 90-метрового трамплина.

В России первые официальные соревнования состоялись в 1912 в местечке Юкка, под Петербургом. Судили на глазок, в основном руководствуясь общим впечатлением от прыжка. Стремительный скачок в мощности трамплинов произошел в 1940, когда в Красноярске был построен рекордный для того времени 70-метровый трамплин. На новом трамплине москвич К. Кудряшов совершил прыжок на 82 м, что было не только рекордом СССР, но и лучшим результатом мира в сезоне. В 1934 впервые в СССР был проведен большой всесоюзный горнолыжный праздник в Свердловске с участием иностранных делегаций Чехословакии, Норвегии, Швеции и Швейцарии. На празднике присутствовало около 20 тысяч зрителей. На первом международном соревнования наши прыгуны одержали блестящую победу: в первую десятку попали 8 советских прыгунов.

Чем мощнее трамплин, тем дальше полет. Комплекс «Русские горки», который построили к Олимпиаде в Сочи, состоит из двух трамплинов – К-95 и К-125. Болельщики следили за полетами за 100 и 130 метров соответственно. И там же, впервые за историю Игр, на Олимпийских трамплинах прыгали женщины. Более 10 лет спортсменки со всего мира добивались этого права: сначала женщин допустили к Чемпионату мира, затем – к Олимпийскому пьедесталу Сочи-2014.

Раньше спортсмены прыгали таким образом: лыжи вместе, параллельно корпусу. Но в 1989 году шведский прыгун Ян Боклев развёл лыжи в стороны. Дальность полета увеличилась, лыжи перестали закрывать тело спортсмена – и подъемная сила сразу увеличилась. Так называемым V-стилем, от латинской буквы V по положению лыж, сейчас прыгают во всем мире.

Судьи оценивают не только дальность, но и технику прыжка. Его можно разбить на четыре фазы: разгон, точка отрыва, полет и приземление.

Спортсмен, как автомобиль на трассе: за пять секунд разгоняется до скорости 100 километров в час.

Лететь надо ровно: лыжи не болтаются, руки рядом с корпусом – иначе судьи снимут очки. Но самое сложное – красиво приземлиться. Если лыжник не сделает положение «телемарк», он потеряет 4 очка.

За секунду до касания земли ноги спортсмена расходятся. Это расстояние и будет финальной точкой прыжка, по которой измеряют его дальность. Многие думают, что для расчёта берут носки или концы лыж – это неправильно. Между стопами спортсмена, по центру, компьютер проводит черту и высчитывает точную длину прыжка – до сантиметра.

Кубок мира на горе Долгой

Для Свердловской области прыжки с трамплина – не экзотический вид спорта. В советские годы в Свердловске на Уктусе были построены три трамплина (30, 40 и 70 метров), на которых проводились всероссийские и международные соревнования. Уктусские трамплины хорошо знали в СССР, однако сооружения пришли в негодность и были закрыты много лет назад. Сорока и семидесятиметровые трамплины демонтировали. Тридцатиметровый трамплин был реконструирован. И в ноябре 2016 года торжественно открыт. Для всех прыгунов – это большое событие, ведь до этого начинающим прыгунам приходилось ездить на трамплинный комплекс в Нижний Тагил.

В 2014 году в Нижнем Тагиле была запущены в эксплуатацию целая линейка трамплинов: 40, 60, 90 и 120 метров, и вот уже два года на них проводятся крупнейшие, в том числе и мировые соревнования.

10 и 11 декабря 2016 года в Нижнем Тагиле прошли третий и четвертый этапы Кубка мира по прыжкам с трамплина среди женщин.

Лидер мирового первенства – японская спортсменка не очень удачно выступила на третьем этапе и заняла только третье место. Победитель – Марен Луннбю из Норвегии, на втором месте Даниэла Ирашко-Штольц из Австрии.

Этап квалификации четвертого этапа преодолели 7 наших спортсменок, а Александра Кустова показала третий результат. После последнего прыжка лучший результат среди россиянок показала также Ирина Аввакумова, и некоторое время она лидировала в общем зачете. Но когда все спортсменки совершили свои прыжки, она оказалась на 5 позиции.

А победителем четвертого этапа Кубка мира по прыжкам на лыжах стала Сара Таканаси. Подиум с ней разделили две австрийские прыгуньи Даниэла Ирашко-Штольц и Жаклин Зейфридсбергер. Японская спортсменка Сара Таканаси – сильнейшая прыгунья с трамплина, чемпионка мира 2013 года, трехкратная обладательница Кубка мира. Таканаси 46 раз уже побеждала на отдельных этапах Кубка мира. В 2013 году в свои 16 лет она выиграла 8 из 16 этапов Кубка мира, и сейчас ей нет равных в этом виде спорта.

Краткая инструкция «Как отличить пловца от прыгуна в воду»

Чем вообще отличаются прыжки в воду от плавания? Тем, что прыгуны в воду не плавают. Их действия скорее можно описать как «дрыганье ногами до бортика», «барахтанье до лестницы» или, в крайнем случае, «выкарабкивание на сушу». Итак, у Вас есть два человека, назовем их подопытными, и Вам нужно определить, каким видом спорта кто занимается.

Метод № 1

Пловцы носят очки и шапочки. Для прыжков это все неудобно: шапочка слетит сразу же, а очки могут и синяки оставить. Если же пловец забыл очки дома, а прыгун в воду забавы ради нацепил себе шапочку, не переживайте.

Метод № 2

Поместите Ваших подопытных в середину бассейна и скажите плыть. Прыгун в воду спросит «куда», а пловец – «как». Пловец пойдет красивым кролем или брассом, а прыгун поплывет за пловцом. Возможно, конечно, Вам попадутся безответственный пловец, который за пределами тренировки иначе как «собачкой» не плавает, и обученный прыгун. Этот факт значительно усложняет задачу, но Вы не беспокойтесь.

Метод № 3

Попросите Ваших подопытных прыгнуть с тумбочки и внимательно наблюдайте за реакцией. Удивление во взглядах обоих говорит о том, что они нормальные люди и адекватно воспринимают просьбу незнакомого человека прыгнуть с тумбочки. Если Вы им достаточно знакомы и они уже согласились, то у прыгуна в воду обязательно мелькнет этакая смесь презрения и снисходительности. Нырнут, конечно, оба, но если прыгун хвастливый – может и полтора сделать. Главное, следите, чтобы он головой ни обо что не ударился.

Внимание! При использовании данного метода возможны огромные погрешности в связи с собственными ассоциациями подопытного относительно тумбочек и недостатка у Вас практики в определении эмоций, но Вы не волнуйтесь.

Метод № 4

Посмотрите строго на обоих и скажите «302Дэ». Вопрос «что?» может прозвучать у обоих, но только прыгун в воду недоверчиво переспросит «Дэ?». Вопросы «кто?» или «где?» задаст, скорее всего, пловец. Не затрудняйте себя ответом на эти вопросы, это не главная задача. Если и этот вариант не работает, не отчаивайтесь.

Метод № 5

Разумеется, можно просто спросить, каким спортом кто занимается.

На самой главной елке нашей страны!

Меня зовут Константин Васильев.

Я учусь в 7 классе МБОУ СОШ № 27. Четвертый год занимаюсь в ДЮСШ № 19 в секции полиатлона.

Полиатлон – это комплекс многоборий, которые включают в себя плавательную, стрелковую, беговую, лыжную и силовую подготовки.

Мне нравится этот вид спорта, в нем нужно иметь терпение, быть ко многому готовым, потому что соревнования никогда не бывают легкими, ты должен уметь выкладываться на них полностью.

Этот год стал для меня очень насыщенным и, думаю, удачным. Я занял первое место на городских соревнованиях, второе на областных. На Первенстве России в городе Рыбинске Ярославской области я занял третье место в своей возрастной группе. На Первенстве Мира в городе Ялта – четвертое.

И все это благодаря моему тренеру Юнусовой Римме Николаевне. Она очень умный, строгий и справедливый педагог. Возможно, без ее строгости я не смог бы добиться таких результатов. Это благодаря ее таланту педагога я смог раскрыть свои возможности. За что очень благодарен ей.

А про Кремлевскую елку я слышал… Но только даже представить не мог, что когда-нибудь попаду на нее, как говорится, один шанс на миллион.

Но… мечтать не вредно! Есть в стихах такие строчки «Говорят, под Новый Год что не пожелается, все всегда произойдет, все всегда сбывается…»

И вот я еду, еду на елку! К президенту! В Кремль!

А в Кремле у елки я загадаю три желания, которые очень хочу, чтобы сбылись.

Себе – удачи в учебе и спорте, тренеру – успехов в ее таком нелегком труде, добра и мира, так необходимого сейчас нашей маленькой планете Земля…

А мечты – мечты сбудутся!

Ведь они будут загаданы на самой главной елке нашей страны!

Шахматная корона

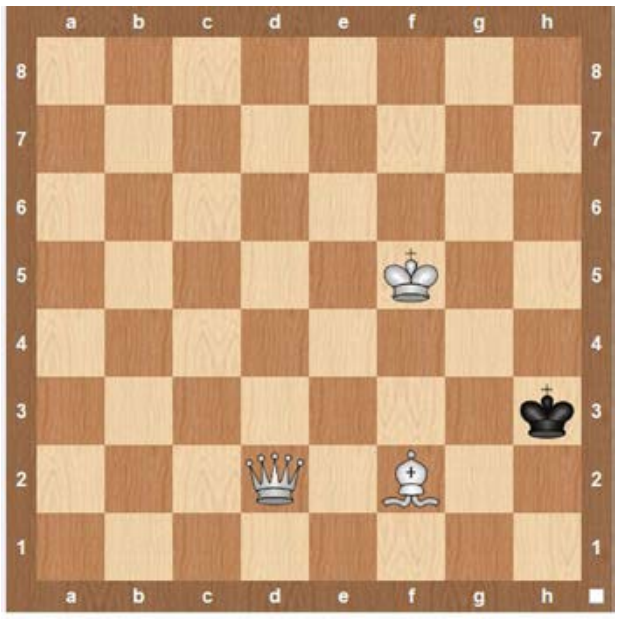
О матче за шахматную корону я узнал случайно, из новостей. Сразу же заинтересовался и начал за ним наблюдать, поскольку я занимался шахматами 7 лет, у меня 1 взрослый разряд. Матч за шахматную корону – примерно такое же по важности событие, что и чемпионат мира по футболу.

Партии даже по Матч ТВ транслировали, что конкретно в шахматах – большая редкость. Правда, они поздно были, потому что шахматисты в Нью-Йорке играли, поэтому игры показывали ночью, и я в основном смотрел разборы партий на следующий день в Интернете. Когда Карякин восьмую партию выиграл, все сразу начали радоваться и чуть ли не поздравлять его с чемпионством. Очень забавно со стороны смотреть, потому что в шахматах каждая партия может быть решающей, по своему опыту знаю. А им еще четыре оставалось играть! Поэтому вообще не удивился, когда Карлсен десятую выиграл.

Потом, после 12 партий, объявили, что шахматисты будут играть тай-брейк. Тай-брейк проходит по сложным правилам: сначала играется 1 матч из 4 партий по быстрым шахматам (25 минут у каждого), потом при ничьей (2:2) – 5 матчей подряд из 2 партий – блиц (5 минут на партию у каждого), если и после всего этого ничья – играют Армагеддон (у белых 5 минут, у черных – 4, но белые обязаны выиграть партию, иначе им поражение). Многие хотели увидеть Армагеддон, хотя, как по мне, такое количество партий просто нереально вничью свести. Тай-брейк я уже в прямом эфире смотрел, по интернету.

Сразу стало понятно, что Магнус лучше быстрые партии играет, а Сергей, наоборот, много задумывается. Карякин ближе к середине партии уже оставался с 3–5 минутами, у Карлсена на часах в то время было минут 15. Ощутимое преимущество, в том числе и психологическое. После второй партии видел много комментариев вида «Карлсен не выиграл партию, как же так, там выигранная позиция была у него». Дело в том, что люди сидят у себя дома, запускают анализ позиции на компьютере (компьютер уже давно лучше человека в шахматы играет), видят, что машина показывает мат в 31 ход, и после этого удивляются, как Магнус за 3 минуты его не нашел. По-моему, никакой гроссмейстер увидеть это просто не в состоянии. Ну а третью и четвертую партию Карлсен заслуженно выиграл, никаких вопросов нет.

В итоге Карлсен сохраняет за собой титул чемпиона мира по шахматам, защитив его как раз в свой день рождения (30 ноября). Но Карякин тоже молодец, достойно сражался☺ С нетерпением жду следующего матча, он состоится через 2 года. Интересно, с кем будет Магнус играть там.



Мат в два хода.

Я выбираю спорт

ДЮСШ «АВТОМОБИЛИСТ»

Тел.: (343) 289-91-90

ДЮСШ «БУРЕВЕСТНИК»

Тел.: (343)317-93-95

ДЮСШ «ВИКТОРИЯ»

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

ДЮСШ «ДИНАМО»

Тел.: (343) 287-16-03, 287-16-04

ДЮСШ «ДИНАМО» ПО ЕДИНОБОРСТВАМ

Тел.: (343) 388-30-78, 388-30-72

ДЮСШ «ИНТЕЛЛЕКТ»

Тел.: (343) 371-60-49, 371-97-32

ДЮСШ «КРИСТАЛЛ»

Тел.: (343) 258-90-35, 258-90-93

ДЮСШ № 8 «ЛОКОМОТИВ»

Тел.: (343) 234-65-45

ДЮСШ «РОДОНИТ»

Тел.: (343) 256-79-17

ДЮСШ «СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ КЛУБ «РАДУГА»

Тел.: (343) 261-89-29, 261-89-27

ДЮСШ 19 «ДЕТСКИЙ СТАДИОН»

Тел.: (343) 338-37-49

ДЮСШ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО РАЙОНА

Тел.: (343) 380-80-87, 380-80-86

ДЮСШ БОКСА «МАЛАХИТОВЫЙ ГОНГ»

Тел.: (343) 371-30-20, 371-27-78

ДЮСШ ПО БАСКЕТБОЛУ ИМЕНИ А.Е.КАНДЕЛЯ

Тел.: (343) 366-36-04

ДЮСШ ПО КОННОМУ СПОРТУ

Тел.: (343) 252-74-71, 252-72-80

ДЮСШ ПО ТЕХНИЧЕСКИМ ВИДАМ СПОРТА

Тел.: (343) 298-27-78

ДЮСШ ПО ТХЭКВОНДО

Тел.: (343) 322-93-73

ДЮСШ ПО ФУТБОЛУ «УРАЛ»

Тел.: (343) 366-36-57

ДЮСШ С ОТДЕЛЕНИЕМ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ «РОСТОК»

Тел.: (343) 261-39-75

ДЮСШ «ФАКЕЛ»

Тел.: (343) 261-83-05

ДЮСШ № 16

Тел.: (343) 331-83-30

ДЮСШ № 3

Тел.: (343) 262-69-85, 262-62-59

СДЮСШОР «ЛОКОМОТИВ-ИЗУМРУД»

Тел.: (343) 333-57-71

СДЮСШОР «УРАЛОЧКА» ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Тел.: (343) 380-01-53

ДЮСШ «ЮНОСТЬ»

Тел.: (343) 251-21-55, 257-46-83

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 № 1

Тел.: (343) 350-45-45

СДЮСШОР № 18 ПО ХОККЕЮ С МЯЧОМ НА ТРАВЕ

Тел.: (343) 256-47-10

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, 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 № 5480
Тираж 6.500 экз. **Номер подписан в печать:**
по графику в 20-00, фактически в 20-00 19.12.2016
Выход в свет 20.12.2016.
Распространяется бесплатно.

6+