

Издаётся при поддержке Департамента образования Администрации города Екатеринбурга

№03 [109]
март 2023



Дети Азии

С 23 февраля по 5 марта в Кемерово прошли II зимние Международные спортивные Игры «Дети Азии». Команды 12 стран – около тысячи участников – разыграли 60 комплектов медалей в одиннадцати видах спорта. Впервые состязания принимали сразу несколько территорий – Кемерово, Новокузнецк, Междуреченск, Таштагол и Шерегеш. В общекомандном зачете сборная УрФО, в которую вошли 36 спортсменов из Свердловской области в возрасте не старше 16 лет, заняла III место!

Проект «Нам победа, как воздух нужна» реализуется при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации

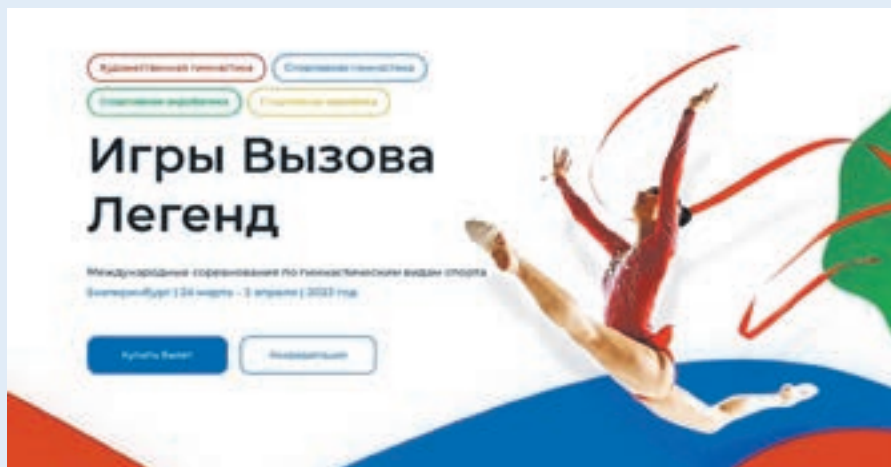
«Игры вызова легенд» к 300-летию Екатеринбурга

Первые международные соревнования по гимнастическим видам спорта «Игры вызова легенд» пройдут в Екатеринбурге с 24 марта по 2 апреля. Это новый для России мультиспортивный проект, главные идеи которого – объединение поколений, преемственность легендарных побед российских гимнастов и передача опыта юным спортсменам.

Екатеринбург выбран для его реализации как один из ведущих спортивных центров России, где создана мощная инфраструктура и проводятся самые престижные российские и мировые соревнования.

Игры пройдут на площадке МВЦ «Екатеринбург-ЭКСПО» (ЭКСПО-бульвар, 2) и объединят четыре вида спорта: акробатику, аэробику, спортивную гимнастику и художественную гимнастику. На неделю в столицу Урала приедут 2300 сильнейших российских и иностранных спортсменов.

Амбассадоры проекта – чемпион мира, многократный победитель чемпионатов России и Европы по спортивной акробатике Виктор Гречухин; победитель чемпионатов мира и Европы в разных дисциплинах по спортивной аэробике Руслан Зубаиров; олимпийский чемпион 2020 года, двукратный призер Олимпийских игр 2016 года, чемпион мира, многократный чемпион России и Европы Давид Белявский и олимпийская чемпионка 2016 года, серебряный призер Олимпийских игр в Токио 2020 года, многократная чемпионка России, Европы и мира по художественной гимнастике Анастасия Татарева.



Спортивные новости

Стрельба из лука



С 28 февраля по 4 марта в г. Минск проходил открытый Чемпионат Республики Беларусь по стрельбе из лука. Воспитанник СШ «Виктория» Максим Малафеев в составе молодежной сборной России завоевал золотую медаль в командных соревнованиях. Поздравляем Максима и его тренера Гордеева Алексея Сергеевича!

Вольная борьба



С 10 по 13 марта в г. Арамиле прошло Первенство Уральского федерального округа по спортивной (вольной) борьбе среди девушек. Спортсмены СШ «Динамо» по единоборствам заняли призовые места: серебро – Фарносова Полина (тренер Колмагоров П.В.); бронза – Сеидова Мадина (тренер Бисаев Э.А.). Поздравляем спортсменов и тренеров с отличным результатом.

Спортивное ориентирование



В период с 20.02 по 24.02.23 на лыжных базах города Саратова прошли соревнования Первенство России и Всероссийские соревнования по спортивному ориентированию в лыжных дисциплинах. Воспитанница СШ «Родонит» Клюкина Екатерина завоевала медали всех трех достижений: золото в дисциплине лыжная гонка-лонг, серебро в трехэтапной командной эстафете вместе с Купрацевич Ларисой и Евтюховой Екатериной; 3 место в дисциплине лыжная гонка – лонг-общий старт.

II зимние Международные спортивные Игры «Дети Азии»

С 23 февраля по 5 марта в Кемерово прошли II зимние Международные спортивные Игры «Дети Азии». Команды 12 стран – около тысячи участников – разыграли 60 комплектов медалей в одиннадцати видах спорта.



Первые в истории зимние Игры «Дети Азии» состоялись в феврале 2019 года в Южно-Сахалинске. Тогда сборная УрФО уверенно заняла первое место в общекомандном зачете, завоевав 24 медали (10-5-9). Свою лепту в победу внесли и представители Свердловской области, поднимавшиеся на пьедестал почета в хоккее, сноуборде, горных лыжах, биатлоне и прыжках на лыжах с трамплина.

В этом году состав сборной УрФО вошли 36 спортсменов из Свердловской области в возрасте не старше 16 лет. Они представляли Нижний Тагил, Первоуральск, Новоуральск, Ревду, Кировград, Краснотурьинск и Камышловский район и, конечно, Екатеринбург. Столица Урала делегировала на соревнования 20 спортсменов, которые защищали честь города, области и округа в конькобежном спорте, керлинге, лыжных гонках и хоккее. Всего же в составе сборной УрФО в Кузбассе выступали 94 спортсмена.

Дружба, спорт, сила духа и честное соперничество – Кузбасс стал местом

сосредоточения тех истинных олимпийских ценностей, о которых говорил Пьер де Кубертен. Если говорить о стремлении к единству, взаимопониманию и радости, которую должен дарить спорт международному сообществу, то это как раз про игры «Дети Азии». Россия в очередной раз приняла интернациональные соревнования, основанные на тех принципах, которые и являются основой олимпийского движения. Культурная программа, образовательные и познавательные мероприятия, общение и обмен опытом – главные итоги одного из крупнейших спортивных форумов для подрастающего поколения.

С точки зрения спортивных результатов и достижений на играх «Дети Азии», безусловно, было на кого и на что посмотреть. В соревнованиях приняли участие почти 1200 человек: юные спортсмены, тренеры, официальные представители делегаций Армении, Афганистана, Казахстана, Кувейта, Киргизии, Ливана, Таджикистана, Таиланда, Туркмении и Узбекистана. Рос-



сию представляли восемь регионов: Москва, Республика Татарстан, Республика Башкортостан, Республика Саха (Якутия), Кузбасс, сборные Дальневосточного, Сибирского и Уральского федеральных округов.

Наравне с представителями стран Азии впервые в истории международных спортивных игр «Дети Азии» на соревнования приехала делегация Республики Беларусь. В команду Республики Беларусь на II зимних международных спортивных играх «Дети Азии» вошли 68 юных спортсменов до 16 лет в восьми видах спорта: хоккей с шайбой, сноуборд, прыжки на лыжах с трамплина, лыжные гонки, шорт-трек, фигурное катание на коньках, конькобежный и горнолыжный спорт. Среди атлетов – чемпионы и призеры страны, рекордсмены по видам спорта в своих возрастных категориях.

Флаг игр торжественно вынесли победители и призеры «Детей Азии» прошлых лет, среди них – олимпийская чемпионка Токио-2020 по спортивной гимнастике Лилия Ахаимова, бронзовый призер Олимпийских игр Рио-2016 по плаванию Антон Чупков и Ксения Синицына,

победительница юношеских Олимпийских игр 2020 года в командном турнире по фигурному катанию. А самым зрелищным моментом церемонии стало ледовое шоу «Взлетая к победе» с участием двукратного олимпийского чемпиона Евгения Плющенко и серебряного призера Олимпийских игр-2022 Александры Трусовой.

Традиционный огонь игр зажгли трехкратный победитель Олимпийских игр, сенатор Совета Федерации РФ Александр Карелин, президент Федерации лыжных гонок России, олимпийская чемпионка Елена Вяльбе и серебряный призер финала Всероссийских соревнований по конькобежному спорту Виктория Федорова.

Всего в рамках игр Кузбасс-2023 было разыграно 60 комплектов медалей. Победителем в неофициальном командном зачете стал Сибирский федеральный округ – 39 медалей (15 золотых, 13 серебряных и 11 бронзовых), на втором месте сборная Москвы – 34 медали (15 золотых, 9 серебряных и 10 бронзовых), на третьем – Уральский федеральный округ (27 медалей: 10 золотых, 8 серебряных, 9 бронзовых).

II Зимние Международные спортивные Игры «Дети Азии»

№	Команда	I	II	III	Всего
1	Сибирский федеральный округ	15	13	11	39
2	Москва	15	9	10	34
3	Уральский федеральный округ	10	8	9	27
4	Дальневосточный федеральный округ	5	4	5	14
5	Кузбасс	3	6	6	15
6	Казахстан	3	5	6	14
7	Республика Башкортостан	3	3	2	8
8	Республика Татарстан	2	2	1	5
9	Беларусь	1	5	5	11
10	Республика Саха (Якутия)	1	3	4	8
11	Таджикистан	1	0	0	1
11	Узбекистан	1	0	0	1
13	Кыргызстан	0	2	1	3
	Армения	0	0	0	0
	Афганистан	0	0	0	0
	Кувейт	0	0	0	0
	Ливан	0	0	0	0
	Таиланд	0	0	0	0
	Туркменистан	0	0	0	0



Интеллектуальный турнир «Своя игра»

В Гуманитарном университете прошел интеллектуальный турнир в формате «Своей игры» между учреждениями общего, средне-профессионального и высшего образования Свердловской области, приуроченный к празднованию Дня воинской славы России – 80 лет со Дня разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве.

В турнире участвовали 9 команд: семь сборных из Гуманитарного университета и гости – сборная Екате-

ринбургского института физической культуры (филиал) УралГУФК и Уральского экономического колледжа.



В этом году участие приняли студенты 1 курса Фб-22-1 направления подготовки «Физическая культура».

Ребят ожидали два раунда: первый состоял из вопросов на тему Великой Отечественной войны, второй – полностью посвящен Сталинградской битве.

Благодарим команду Екатеринбургского института физической культуры: Ивасишину Нику, Ушакову Полину, Широкова Николая, Иванова Николая, Лося Леонтия.

Выражаем благодарность организаторам мероприятия за пропаганду патриотизма среди молодежи!

Военно-патриотическая игра памяти Героя Советского Союза Ю.В.Исламова

В спортивном комплексе Уральского государственного лесотехнического университета состоялся самый настоящий мужской праздник – Военно-патриотическая игра памяти Героя Советского Союза Ю.В.Исламова.



В мероприятии приняли участие юноши высших и средних учебных организаций.

По плану игры команды должны были пройти ряд этапов, проявив не только свои физические и умственные способности, но и командный дух.

В начале игры участникам было необходимо ответить на 20 вопросов викторины по темам «Великая Отечественная война», «История России», «Специальная военная операция».

Затем участникам предстояли спортивные испытания, где каждый должен был проявить силу, смека-

ку, выносливость, мужество и сплочённость.

Администрация и профессорско-преподавательский состав Екатеринбургского института физической культуры от всего сердца поздравляют всех с Днем Защитника Отечества, желаем нашим защитникам оставаться мужественными, никогда не останавливаться на достигнутой цели и двигаться только вперед!

Выражаем благодарность УГЛТУ – организатору военно-патриотической игры за пропаганду физической культуры и спорта среди молодых людей, за насыщенную и разнообразную программу соревнований, за сохранение памяти об истории России.

Русский силомер

В ГАПОУ СО «Екатеринбургском автомобильно-дорожном колледже» студенты Екатеринбургского колледжа физической культуры презентовали проект «Русский силомер». Его планируется реализовать в большинстве школ и учреждений СПО г. Екатеринбурга.

Силовое многоборье на гимнастической перекладине «Русский силомер» – это 11 упражнений для развития силы и силовой выносливости, выполняемых на турнике.

«Подъем согнутых ног», «Перехват», «Подтягивание с рывком», «Поднос прямых ног к перекладине», «Склепка» (Подъем разгибом), «Армейское подтягивание», на выбор «Подтягивание с уголком» или «Подтягивание за голову», «Подъем переворотом», «Выход силы на одну руку», «Выход силы на две руки», «Подтягивание на одной руке».



Спортсмен может выбрать любые из 11, которые он в состоянии сделать технически правильно. Это может быть одно, два или несколько упражнений.

Упражнения выполняются в течение 1 минуты в произвольном порядке. При этом можно отдыхать в висе на турнике или спрыгнув на землю. Время выполнения не останавливается. Задача спортсмена – сделать максимальное количество повторений каждого выбранного упражнения. Каждому упражнению соответствует определенное количество

баллов. Чем сложнее упражнение, тем больше за него баллов. Итоговая сумма баллов позволяет определить уровень текущей подготовленности спортсмена либо точно определить победителя соревнования.

Упражнения подобраны от простого к сложному. Самые простые упражнения способен сделать как первоклассник, так и человек в зрелом возрасте. «Русский силомер» позволяет измерить свою силу и подготовку, сравнив результат со своими сверстниками в школе.

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК

Государственная лицензия 90Л01 0009191 выдана бессрочно
Государственная аккредитация 90А01 0002390 бессрочно

ПОДГОТОВКА БАКАЛАВРОВ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
Вступительные испытания: русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид спорта по профилю, физическая культура
профиль
«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»
Вступительные испытания: русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид по профилю, физическая культура
профиль
«Адаптивная физическая реабилитация и рекреация»

Екатеринбургский колледж физической культуры УралГУФК
ПОДГОТОВКА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ:
● **«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**
Специализации по видам спорта: футбол, единоборства, легкая атлетика, лыжный спорт, хоккей, гимнастика и фитнес, баскетбол, плавание
● **«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**
Вступительные испытания: экзамен по специальности + средний балл аттестата
Работают курсы повышения квалификации

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

Тренажерка – место для сугубо накачанных бруталов?

Набравшие популярность в начале девяностых «качалки» и на сегодняшний день сохраняют свою актуальность. И введенная мода на спортивное тело сегодня набрала неслыханные обороты. Все больше людей приобщаются к здоровому образу жизни. И поэтому в нашей Пышминской школе есть несколько внеурочных секций и кружков, связанных именно с активным и спортивным образом жизни. Меня же заинтересовала секция «Атлет», в которой основными направлениями являются тяжелая атлетика и фитнес. Я решила посетить так называемый тренажерный зал или, как говорят ребята, «качалку». И не просто посмотреть на то, как занимаются другие ребята, но также попробовать выполнить некоторые упражнения и испытать все эмоции и впечатления на себе. А стоит девушке заняться этим? Справлюсь ли я? Перед тем, как прийти на занятия, я решила узнать подробнее о данной секции и обратилась к её руководителю Ивачеву Роману Сергеевичу, задав пару вопросов.



– Роман Сергеевич, расскажите, как по дням распределяется программа тренировок для ребят?

– Наши занятия проходят следующим образом. В понедельник: упражнения направлены на грудные мышцы и мышцы ног. Преобладают такие, как: тяжёлый жим штанги лёжа, лёгкий бицепс и приседания со штангой, а также выпады с гантелями.

Среда у нас – это плечи и спина, в основном подтягивания, тяга штанги. Упражнения на плечи – это разводка гантелей, подъём гантелей различными способами.

Пятница – это опять же грудь, пресс, тяжёлый бицепс и лёгкий жим.

Это всё классические упражнения, которые включают в себя работу со своим весом и с отягощением. А те, у кого уже более хорошо получается, у кого уже техника нарабатана, они трудятся с тяжёлым весом, постепенно добавляя себе его.

– Кто может ходить на занятия?

– Ходят абсолютно все желающие: ребята с седьмого класса по одиннадцатый. В основном, это конечно, мальчики, юноши, но присутствие девочек приветствуется, они тоже могут посещать секцию «Атлет», программа подходит и для них.

Итак, я решила отправиться в зал и попробовать на себе всё, что делают ребята, как развивают себя физически. В зал я пошла в пятницу. Придя туда, я сразу же обратила внимание на программу тренировки. Я увидела, что мальчики самостоятельно выполняют все необходимые для них упражнения, сами берут все нужное для выполнения упражнений: это и штанга, и гантели, и блины, и гири. Никто из ребят не сидит просто так, абсолютно каждый занимается, выполняя ряд упражнений по программе.

Роман Сергеевич также занимается, как и все остальные. Он всегда может подойти и показать, как правильно выполняется то или иное упражнение.



Выбрав себе гантели, осилила несколько упражнений, таких как: жим сидя, жим лёжа, выпады вперёд. Конечно, чтобы был результат, заниматься нужно на постоянной основе, правильно подходя к выполнению упражнений. Многие полагают, что тренажерка – место для сугубо накачанных бруталов. На данную секцию ходят только мальчики, но Ро-

силу, выносливость и мускулатуру. Есть цели, к которым стремятся все без исключения: поддержка здоровья, спортивной фигуры, развитие силы и выносливости. Мой любимый тренажер – жим штанги лёжа на скамье.

Иван Rogozin, 11 класс



В наше время не все занимаются спортом, к сожалению, вредные привычки для таких ребят – лучший друг.

В школе действует много кружков и секций, с начала учебного года от-



ман Сергеевич ждёт и набора девочек. Ведь программа подойдёт для всех, заниматься могут как мальчики, так и девочки. Главное – желание и мотивация. По моей просьбе ребята продемонстрировали движения, которые они выполняют по индивидуальному плану, воплотили, так сказать, теорию в практику.

P.S. Несколько слов...

Школьный тренажерный зал посещает много ребят из седьмых, восьмых, девярых, десятых и одиннадцатых классов. Занимаются ребята по специальному плану, который в начале тренировки даёт Роман Сергеевич Ивачёв. Ходят ребята с огромным желанием развить физическую

крыта секция «Атлет», ведёт её Роман Сергеевич Ивачев, учитель физкультуры, он же и является тренером. Эту секцию посещают ребята, которые хотят изменить своё тело, хотят улучшить свои физические показатели. Ведь многие хотят поступать и учиться дальше, и нам нужна хорошая физическая подготовка, чтобы справляться со взрослыми нагрузками. Но кто-то занимается, чтобы фигура стала красивой.

Тренировки у нас проходят 3 раза в неделю, и это очень хорошо, ведь тело должно отдыхать от нагрузок. Приходя в зал, мы делаем разминку, чтобы не получить травму и не порвать сухожилия. У каждого, занимающегося в зале, есть свое лю-



бимое упражнение, и у многих – это жим лежа. Именно здесь чаще всего идёт спор: кто жмет больше, и с каждой тренировкой он пытается жать всё больше и больше.

Всем советую: занимайтесь спортом и становитесь сильнее духом и телом!

Иван Дубровин, 11-а

В школьный тренажерный зал ходит множество ребят. Занимаемся мы по плану, который в начале тренировки даёт Роман Сергеевич Ивачёв, наш тренер. У каждого есть своя

цель, которой он хочет добиться, посещая зал. Например, развить свои силовые качества, укрепить здоровье, стать лучше и красивее. Моё любимое упражнение – жим штанги лёжа. Это упражнение развивает грудные мышцы, трицепсы, передние и средние пучки дельтовидных мышц.

Илья Тришин, 11-а

Каждый выбирает себе занятие по душе, для меня – это секция «Атлет», в которой мы с ребятами занимаемся после школы, куда ходим три раза в неделю на тренировки.

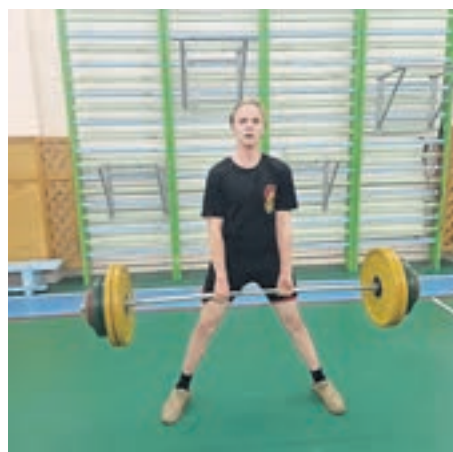
У нас очень дружный коллектив, мы всегда помогаем друг другу, если в этом есть необходимость. Отдельное спасибо нашему тренеру Ивачеву Роману Сергеевичу, ведь без него мы бы не смогли тренироваться и не подружились бы с новыми ребятами.

Можно смело сказать, что любимым упражнением в зале является «жим лёжа на скамье», так как все занимающиеся его любят и стараются выполнить почти на каждой тренировке. Ходим мы туда для поддержания хорошей физической формы. Иногда мы придумываем сами или смотрим в интернете новые упражнения и по-

том рассказываем и показываем их, конечно же, всё это проходит под чутким руководством нашего тренера.

Подводя итог, хочу сказать, что у нас там весело и мы все идём постепенно к поставленным задачам в нашем любимом зале дружно и слаженно.

Вячеслав Каращенко, 11-а



Вот уже второй год я занимаюсь в школьном тренажерном зале. Знакомство с ним произошло в самом начале десятого класса: мы с моим другом Ярославом Киселевым были первыми из нашей параллели, шли с простой целью – накачаться, поднять силовые показатели, да и избавиться от простого безделья. Позже к этим

целям добавилась и другая, например, развитие силы воли. Наверное, это самые типовые задачи, которые объединяют каждого из нас. Говоря о самом процессе, нужно сказать, что упражняемся мы комплексно – ни одна мышца без дела не остаётся. Если выбирать из упражнений самое любимое, то для меня это становая тяга, в ней я тяну около полутора ста килограммов без экипировки, что соответствует первому разряду в моей весовой категории.

Герман Раздобаров, 11-а

Сегодня занятия спортом становятся все более популярными. И многие стремятся не только хорошо выглядеть, но и сохранить свое здоровье, что особенно радует. А раз растет спрос, растет и предложение.

Хотите хорошо выглядеть, приходите на секцию «Атлет», это прекрасный вариант для тех, кто хочет работать со своим телом, не гонится за проступающими бицепсами и желает, чтобы фигура выглядела подтянутой.

Дмитрий Тронин, 11-а

*Татьяна Грошева,
МБОУ ПГО «Пышминская СОШ»,
пгт Пышма*

Велоспорт – быстрота, сила, выносливость

Быстрота, сила, выносливость – все эти качества формирует велоспорт. Мой брат, Александр Абрамов, начал заниматься велоспортом в 9 лет. На данный момент он в этом виде спорта уже 7 лет. За это время он добился многого: выиграл первенство России, множество всероссийских и другого вида соревнований. На данный момент он лучший велосипедист Свердловской области в своей возрастной категории. Но начиналось все это с простых соревнований в Пышминском районе. Первые медали достались ему с огромным трудом, но этот труд был вознаграждён большим количеством ярких эмоций. Спортивная жизнь заиграла новыми красками.

Достижения в велоспорте позволили Саше участвовать в соревнованиях разного уровня, где, как и у любого спортсмена, были свои взлеты и падения. Но это только закалило его характер и желание заниматься спортом.

Велоспорт делится на несколько видов: шоссе, маунтинбайк, велокросс. В каждом из этих видов он попробовал себя. Но большего успеха Саша добился в велокроссе. На данный момент у него 61 медаль и выполненный разряд КМС (кандидат мастера спорта). И это не предел его успехов.

Я также занимаюсь велоспортом. Посещать занятия стал благодаря брату. Достижений у меня пока немного, но я стремлюсь показать ре-



зультат. Регулярно хожу на тренировки, выполняю рекомендации тренера. Все это довольно скучно и однообразно. И чтобы интерес к занятиям не пропадал, наш тренер устраивает походы и веселые тренировки. Это

сплачивает коллектив и настраивает нас на новые достижения.

Самой дальней и запоминающейся поездкой была поездка в город Тольятти на соревнования. Мне эти соревнования понравились тем, что я смог отдохнуть, побывать на реке Волге. А ещё я побывал в таких городах, как: Каменск-Уральский, Нижний Тагил, Ишим.

Для меня велоспорт не просто тренировки и соревнования, а образ жизни. В будущем мечтаю связать свою профессиональную деятельность с данным видом спорта.

*Сергей Абрамов,
МБОУ ПГО «Пышминская СОШ»*



Я считаю себя «Учителем здоровья»!

Учитель живет до тех пор, пока он учится, как только он перестает учиться, в нем умирает учитель.
К.Д.Ушинский



Я не мечтала в детстве стать учителем, в отличие от многих учителей. Однажды в Ощепковском ДК, как его раньше называли, я оказалась на концерте приезжих артистов. Мне было лет 11–12. Меня поразило выступление девушки-акробатки. Придя домой, я стала много времени уделять акробатическим упражнениям, быстро освоила их, так как

я от природы была гибкой. Я твердо решила стать гимнасткой и поступила в Свердловский техникум физической культуры, который закончила с отличием. Я стала преподавателем физической культуры и пришла работать в школу. Любовь к гимнастике и к занятиям другими видами спорта я прививаю своим ученикам. Позднее я заочно окончила спортфак СГПИ и стала учителем.

Я считаю себя «Учителем здоровья», так как вся моя деятельность направлена на укрепление здоровья, всестороннее и гармоничное развитие подрастающего поколения.

Я люблю детей. Мне очень нравится работать с детьми в начальной школе.

Я получаю удовлетворение от своей работы, когда вижу улыбки на лицах детей, их радость от занятий и благодарность за интересные уроки.

Я человек целеустремленный, деятельный. Постоянно занимаюсь самообразованием. Люблю животных, спасаю брошенных собак и кошек.

В свободное от работы время за-

нимаюсь садоводством, огородничеством, цветоводством, птицеводством, спортом.

Участвую почти во всех районных соревнованиях по лыжным гонкам, кроссу, легкой атлетике, спартакиадах ветеранов, и очень горжусь тем, что 8 раз участвовала в открытом легкоатлетическом пробеге «Трифоновские версты» (дистанция 5 км 300 м).

В связи с празднованием «Дня физкультурника», посвященного 370-ле-

тию р.п. Пышмы, МБУ ПГО «Центр физической культуры, спорта и молодежной политики» наградил меня дипломом за активное участие в спортивной жизни Пышминского городского округа, пропаганду здорового образа жизни, за достигнутые успехи. «Движение – кладовая жизни», – писал Плутарх. Соглашусь с ним!

Галина Леонова,
МБОУ ПГО «Пышминская СОШ»,
пгт Пышма



Трус не играет в хоккей!

Традиционный турнир по хоккею памяти воина-интернационалиста Евгения Гурьянова проходит в Пышме в феврале в рамках цикла мероприятий, посвященных «Дню защитника Отечества» и годовщине вывода войск из Афганистана.



Оказавшись однажды на этом турнире (болела за папу, он играет за взрослую команду «Дельта»), я услышала: «Под номером 85 играет Евгений Гурьянов!» Не ослышалась ли я? Всё верно: за кубок Евгения Гурьянова играет Евгений Гурьянов? Мне стало интересно, и я попыталась выяснить, кто этот человек, какое от-

ношение он имеет к герою, награжденному орденом Красной Звезды, в честь которого названа улица в Пышме и проходит ежегодно ставший традиционным Кубок Евгения Гурьянова?

У нас состоялся разговор с Гурьяновым Евгением Геннадьевичем, в результате которого всё встало на свои места, я нашла ответы на свои вопросы.

– **Что вы можете рассказать о своем дяде, о кубке, названном в его честь?**

– Мой дядя, Евгений Гурьянов, родился в Талицком районе в деревне Прутово, в 7 классе вместе с родителями переехал в Пышму и пошел в Пышминскую школу, где учился до 10 класса. Он был призван в армию в 1984 году, направлен в Афганистан для выполнения воинского интернационального долга, на войну, где стал командиром отделения. К сожалению, при исполнении этого самого долга был тяжело ранен, спасти его не удалось, и поэтому за мужество и отвагу был представлен к высшей награде – ордену Красной Звезды.

Мы вместе с друзьями и коллегами устраиваем в феврале турнир на Кубок Гурьянова и там очень часто его вспоминаем, рассказываем о нём молодежи.

Я считаю его примером для подра-

жания, он навсегда останется в моей памяти.

Благодаря его примеру, я занялся спортом. Хоккей – мой любимый вид спорта, мне с детства нравилось в него играть! Что же касается других видов спорта, то увлекают все виды, где есть борьба, стремительность, где захватывает дух. Я даже не могу себе представить жизнь без спорта. Без не-

го было бы очень скучно. Пока ловлю кайф от хоккея, от игры, и пока позволяет здоровье, буду выходить на лед. Всем желающим узнать, как подготовить свое тело к игре в хоккей, настоятельно рекомендую книгу Питера Твиста «Хоккей: теория и практика». Прочитайте, не пожалеете!

Мария Тимофеева,
МБОУ ПГО «Пышминская СОШ»



Историческая справка

Гурьянов Евгений Николаевич

Родился в Талицком районе, в деревне Пуртово. Выпускник 1983 года, обычный пышминский парень, весёлый, добрый. Хорошо учился, спорт любил. Был чемпионом района по баскетболу и теннису. Лучший хоккейный бомбардир школы. Окончил СПТУ, сразу пошел в армию. А армия в восемьдесят четвёртом – это Афганистан, 682-й мотострелковый полк (в/ч п/п 86997 «Ф-3», н. п. Руха, Панджшер). Был командиром отделения. Принимал участие в двенадцати боевых операциях. В страшном бою, 21 января 1985 года, когда «духи» начали миномётный обстрел и гибли ребята его отделения, Евгений, командир отделения, бросился помогать раненым и сам был смертельно ранен. Гурьянов Евгений Николаевич, проявив мужество и героизм, погиб при миномётном обстреле, спасая раненых товарищей. Из письма старшины роты прапорщика А.Сафина: «...Евгений погиб во время ведения боевых действий, он умело и по-командирски руководил отделением. Выбил душманов из района, где вел бой, и уничтожил их. Во время боя был тяжело ранен осколком в шею. Осколок повредил сонную артерию. Я находился рядом с ним, он подбежал ко мне и упал, я оказал ему первую помощь, но спасти не смог, было поздно...Ваш сын был очень хорошим командиром отделения, исполнительным и скромным парнем. Товарищи уважали его и поклялись отомстить за него. Огромное Вам спасибо, что воспитали такого сына... Он был моим земляком и умер на моих руках...» Посмертно Евгений Гурьянов награжден орденом Красной Звезды. В Пышме одна из улиц носит его имя и ежегодно проходит хоккейный турнир на Кубок Евгения Гурьянова.

Нынешнее поколение не должно забывать трагедии афганских событий, мы должны помнить о тех, кто честно исполнил воинский долг, рисковал жизнью ради великой цели – мира на земле.

Из истории бадминтона

Индийские наскальные рисунки изображают игру в «пуну». Историки считают, что возраст данной находки составляет по меньшей мере 2000 лет. Эта игра официально названа прообразом бадминтона. Во второй половине 19 века «пуной» увлеклись офицеры британской армии, командированные в Индию. В 1873 г. английский герцог Бофорт организовал в усадьбе Бадминтон-хаус (Badminton) первые соревнования. Отсюда и название игры, а родоначальниками современного бадминтона считают английских аристократов.

Первым клуб любителей бадминтонистов «Фолькстоун» организовал сам герцог Бофорт. Осенью 1893 г. в стране насчитывалось 14 официальных клубов, которые объединились в первую спортивную Ассоциацию.

В 1934 г. была создана Международная федерация бадминтона. Ее образовали 9 стран-участников: Новая Зеландия, Англия, Нидерланды, Франция, Дания, Ирландия, Уэльс, Шотландия, Канада.



мячу». Но с наступлением 20 века об игре забыли.

История бадминтона в СССР и России началась в 1957 г. Необходимо было освоить зарубежную игру, чтобы не ударить в грязь лицом перед гостями на 6-м Всемирном фестивале студентов и молодежи. По окончании мероприятия руководство Союза на некоторое время потеряло интерес к бадминтону. Но уже в 1959 г. началось строительство первых кортов в столице и Подмосковье. Спустя год были проведены междугородние соревнования. В 1961 г. образо-

валась федерация бадминтона СССР. В 1963 г. состоялся всесоюзный чемпионат.

Бадминтон любили Юрий Гагарин и Герман Титов. К 1980 г. этот вид спорта вошел в список советской Спартакиады и Всесоюзных игр. Согласно официальной статистике, к 1990 г. игрой увлекалось 100 000 жителей СССР.

В 1992 году бадминтон включают в программу летних Олимпийских игр. Спортсмены борются за 5 комплектов наград: одиночные и парные женские и мужские игры, смешанные команды.

Это интересно

Многие знают, что скорость полёта волана в бадминтоне намного превосходит скорости спортивных снарядов в других видах спорта. Мировой рекорд скорости сильнейшего удара в бадминтоне был установлен малайзийцем Тап Вооп Нусон, выступающим в парной категории. В 2013 году в ходе эксперимента он смог запустить волан со скоростью 493 км/ч.

цию. В 1898 г. была разработана и запатентована модель волана и проведены первые официальные игры.

За пределы Англии бадминтон стал выходить после чемпионата страны, прошедшего 4 апреля 1899 г. В 1902 г. встретились бадминтонисты Англии и Ирландии. Это был первый международный турнир.

В прообраз современного бадминтона играли и в Российской Империи. Назывался он «леток», и, по свидетельству историка Костомарова, был одной из самых популярных забав при Екатерине II. Для обучения придворных императрица специально пригласила месье де Плюсси – парижского мастера по «перьевому



Одни из лучших российских бадминтонистов мужского парного разряда – Владимир Иванов и Иван Созонов. В мужской парной категории они завоевали золото на Чемпионате Европы в 2014 (Иванов добавил к этому достижению и бронзу в одиночной игре), в 2016 получили блестящую победу на престижном турнире All England Open.

Заслуженный мастер спорта Владимир Иванов родился в Челябинске в 1987 году, и начал со второго класса заниматься бадминтоном. Уже в 16 лет он стал членом национальной сборной и с тех пор уверенно демонстрирует успехи.

Иван Созонов, мастер спорта международного класса, родился в Свердловске в 1989 году. Начал заниматься бадминтоном с шести лет, после переехал в столицу и окончил первое училище олимпийского резерва. Среди достижений спортсмена – золотые, серебряные и бронзовые медали в различных чемпионатах. Иван и Владимир считаются одними из самых перспективных бадминтонистов России.

Олимпийский талисман

Олимпийский талисман — с 1972 года обязательный атрибут Олимпийских игр. Это символ, который отражает дух страны-хозяйки игр. Чаще всего изображается в виде животного, наиболее популярного в стране, принимающей спортсменов, или в виде анимированного выдуманного существа. Существует собственный официальный талисман и у Олимпийского музея. Это — анимированный Факел Пирсос. Попробуйте определить, какие талисманы были выбраны для каких Олимпиад.



1. Зимние Олимпийские игры 1968, Гренобль
2. Летние Олимпийские игры 1972, Мюнхен
3. Зимние Олимпийские игры 1976, Инсбрук
4. Летние Олимпийские игры 1976, Монреаль
5. Летние Олимпийские игры 1980, Москва
6. Летние Олимпийские игры 1984, Лос-Анджелес
7. Зимние Олимпийские игры 1984, Сараево
8. Летние Олимпийские игры 1988, Сеул
9. Зимние Олимпийские игры 1988, Калгари
10. Летние Олимпийские игры 1992, Барселона

11. Зимние Олимпийские игры 1992, Альбервиль
12. Зимние Олимпийские игры 1994, Лиллехаммер
13. Летние Олимпийские игры 1996, Атланта
14. Зимние Олимпийские игры 1998, Нагано
15. Летние Олимпийские игры 2000, Сидней
16. Зимние Олимпийские игры 2002, Солт-Лейк-Сити
17. Летние Олимпийские игры 2004, Афины
18. Зимние Олимпийские игры 2006, Турин



ВИКТОРИНА

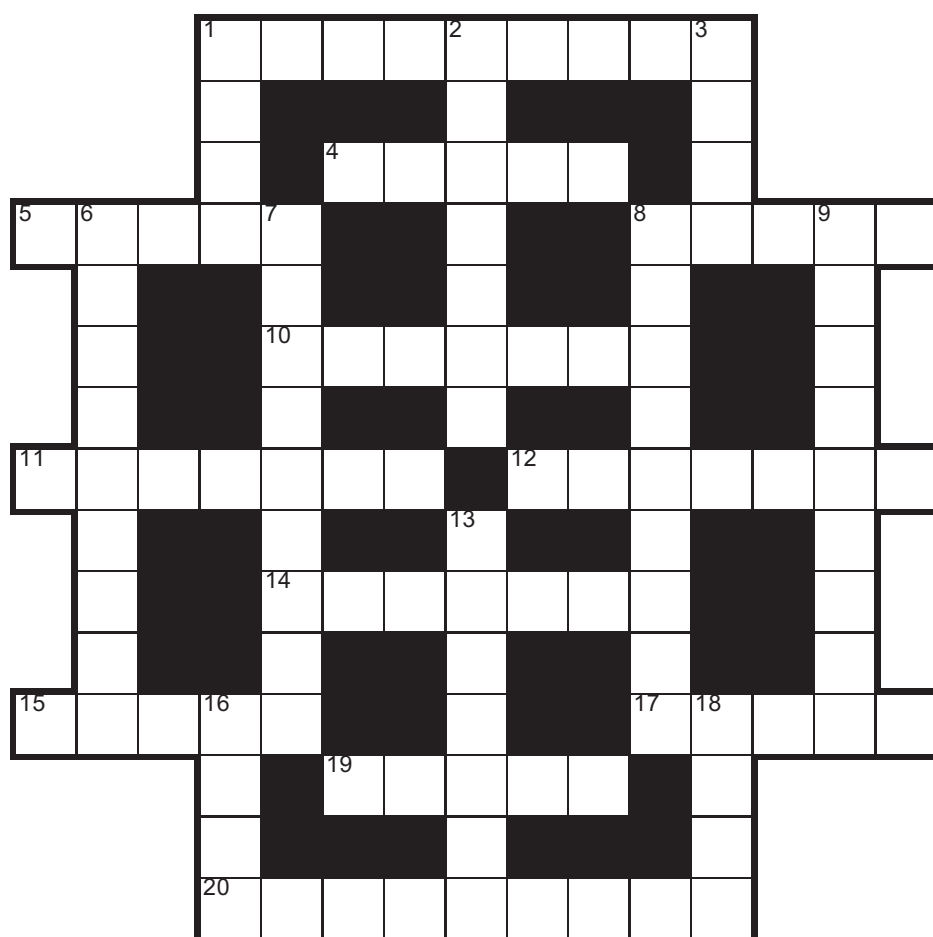


Олимпийские чемпионы

Попробуйте правильно определить, на какой фотографии кто из чемпионов изображен.

А) Арсен Галстян, Б) Иван Ухов, В) Илья Захаров, Г) Наталья Антюх, Д) Мария Савинова, Е) Алия Мустафина

СЕМЕЙНЫЙ СПОРТИВНЫЙ КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Расстояние, промежуток между стартом и финишем
4. Занимающийся единоборствами спортсмен
5. Снаряд для игры в хоккей
8. Приспособление для переноса олимпийского огня
10. Горный хребет на Южном Урале
11. Выдающийся советский легкоатлет 60-х годов, прыгун в высоту
12. Молодой конь
14. Грубая ошибка в спортивной гимнастике
15. Нудный, затяжной подъем
17. Гимнастический снаряд

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Один из основных ударов в боксе
2. Гимнаст
3. Спортивное судно
6. Родина XVI и XXVII Олимпийских игр
7. Столица Олимпиады 1920 года
8. Праздничный «салют»
9. Имя двукратной Олимпийской чемпионки (1988-1994) в парном катании на коньках
13. Наивысшая цель альпиниста
16. Прием защиты в боксе
18. Российский футбольный клуб



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 № 974
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 17-00, фактически в 17-00 27.03.2023
Выход в свет 28.03.2023.
Распространяется бесплатно.

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

6+

СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР
Верх-Исетский

ОТКРЫТ НАБОР В ДЕТСКИЕ СЕКЦИИ

БАССЕЙНЫ

ФИТНЕС-КЛУБ

СПОРТЗАЛЫ

УЛ.КИРОВА, 71

WWW.VIZSPORT.RU