



№<mark>05 [99]</mark> май 2022



Жара и сапы

Сапсёрфинг — водный вид спорта, разновидность сёрфинга, в котором серфер, стоя на доске, катается на волнах и при этом гребет веслом, а не руками, как в классическом серфинге. Туризм на SUP-бордах становится очень популярной и модной дисциплиной. Это неспешные прогулки по гладкой воде, исследование местности с воды, а также гребля на большие расстояния в умеренном темпе. Доски длинные и широкие, имеют заостренные нос и корму, поэтому очень маневренные и устойчивые. Людей на досках с веслами в руках можно встретить на всех открытых водоемах в окрестностях Екатеринбурга.

В большинстве случаев САП-доски похожи на обычные доски для сёрфинга, однако превышают их по длине и ширине. За счет больших размеров доски под весом райдера мало погружаются в воду. Существуют два основных типа досок для сапсёрфинга – жесткие (изготавливаются из дерева и полимерных материалов в различных их сочетаниях) и надувные. Надувные доски удобнее хранить и перевозить, что способствует популяризации сапсерфинга в мире.



Проект «Чемпионами не рождаются» <u>реализуется при поддержке Феде</u>рального агентства по печати и массовым коммуникациям

бразования Администрации города Екатеринбурга



Сегодня в номере:

«Я выбираю спорт»

Ежегодный конкурс рисунков «Я выбираю спорт!» прошел среди занимающихся в спортивных школах, подведомственных Управлению по физической культуре и спорту Администрации г. Екатеринбурга.



Страница

Туризм жил, туризм жив, туризм будет жить!

О том, каким был спортивный туризм много лет назад и какой он сейчас.



Страниці

Проект «Безопасность тепла»





Страницы

Соревнования по сапсёрфингу проводятся на побережьях морей, озер и рек там, где есть подходящие волны.

Длина весла для удобства гребца и оптимальной производительности при гребле примерно должна соответствовать росту райдера или чуть больше.

Родиной этого вида спорта считаются Гавайские острова: ещё в 1778 году европейцами были описаны местные жители, выходившие в море на деревянных досках стоя и использовавшие при этом вёсла для гребли. Известно также, что в 1960-е годы некоторые люди на Гавайях выходили в море на подобных досках, чтобы сфотографировать тренировки «настоящих» серфингистов. Развитие сапсёрфинга как именно вида спорта, однако, началось только в начале XXI века: первыми профессиональными спортсменами в данной дисциплине стали Дэйв Калама и Лэрд Гамильтон, по инициативе которых на Гавайях с 2003 года начали проходить соревнования по сапсёрфингу. В 2005 году в Калифорнии была основана федерация этого вида спорта, после чего началось распространение дисциплины в других странах мира. С 2012 года сапсёрфинг стал достаточно популярным видом спорта.

«Я выбираю спорт!»

Ежегодный конкурс рисунков «Я выбираю спорт!» проводится среди занимающихся муниципальных учреждений, подведомственных Управлению по физической культуре и спорту Администрации города Екатеринбурга.

Конкурс проводится по двум возрастным группам: 6–13 и 14–18 лет в два этапа (отборочный и финальный).

На финальный этап конкурса было заявлено 46 лучших работ-победителей первого этапа.

Победителями и призерами в двух возрастных категориях стали:

В ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ 6-13 ЛЕТ: **1 место** – Тепелин Фадей, 9 лет,

МАУ СШОР «Локомотив-Изумруд»;

2 место – Шихов Матвей, 12 лет, МБУ СШ «Динамо»;

3 место — Волков Артём, 11 лет, МБУ СШ Верх-Исетского района. В ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ 14—18 ЛЕТ:

1 место – Левицкая Юлия, 16 лет, МБОУ ДО ДЮСШ по конному спорту;

2 место – Беляева Анна, 14 лет, МБУ СШ «Юность»;

3 место — Саргина Анастасия, 14 лет, МБОУ ДО ДЮСШ «Буревестник». Победители и призеры в каждой возрастной группе будут награждены подарочными сертификатами на книжную продукцию и дипломами. Все остальные участники финального этапа конкурса будут награждены дипломами и памятными сувени-

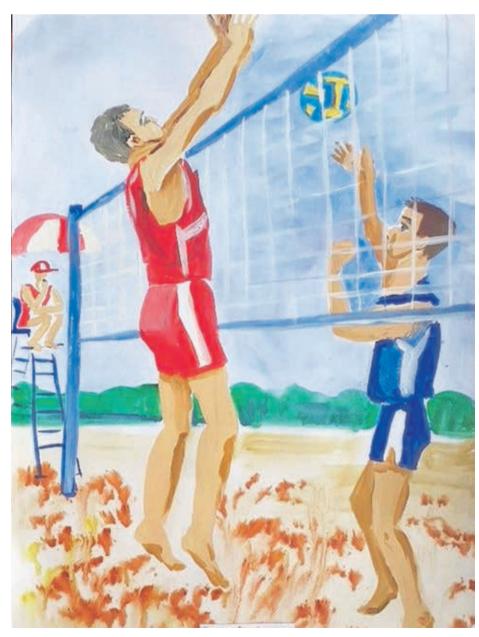












Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК

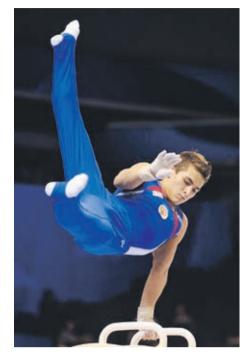
Истоки Екатеринбургского института физической культуры (филиал) УралГУФК восходят к одному из старейших учебных физкультурных заведений России - Екатеринбургскому колледжу физической культуры, открывшемуся 26 декабря 1929 года. Более 90 лет колледж готовит кадры для спортивной индустрии, среди выпускников заслуженные мастера спорта, заслуженные тренеры СССР, заслуженные работники физической культуры и спорта, мастера спорта международного класса, чемпионы и призеры Олимпийских игр. В их числе: Клавдия Боярских, Василий Колотов, Лилия Назмутдинова, Николай Саксонов, Борис Шахлин, Юрий Кондаков, Ирина Хабарова и многие другие.

В 2000 году на базе колледжа открыто представительство Уральской государственной академии физической культуры. Через год принимается решение Ученого совета УралГАФК от 30 марта 2001 года об открытии филиала, директором которого был назначен кандидат педагогических наук, доцент Игорь Юрьевич Сазонов, который и в настоящее время успешно руководит учебным заведением.

В институте сложился творческий и результативный профессорско-преподавательский состав, в который входят высококвалифицированные кадры. Среди более семи десятков преподавателей профессора, доценты, мастера спорта международного класса, заслуженные тренеры РФ, олицетворяющие симбиоз науки и спорта.

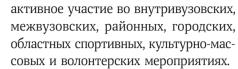
Создана научно-исследовательская лаборатория, в которой проводятся практические занятия по дисциплинам профессионального цикла и в которой ведется диагностика ведущих спортсменов сборных города, области и страны.

Институт заслуженно гордится своими спортсменами, достойно выступающими в сборных командах Рос-



сии на Олимпийских и Паралимпийских играх, Универсиаде, а также крупных международных и всероссийских соревнованиях, в их числе: Алёна Кауфман (Горбунова), Павел Корпачев, Екатерина Глазырина, Александра Капустина, Юлия Лескина, Екатерина Смоленцева, Алена Хомич, Олеся Красномовец, Екатерина Бикерт, Екатерина Ананьина, Павел Рязанцев, Дамир Хамадиев, Дмитрий Прудников, Иван Теплых, Алена Тамкова, Ксения Перова, Вера Слугина, Наталья Перминова, Давид Белявский, Алексей Беляков, Сергей Лужецкий, Александр Новоселов, Вероника Корнева. И это далеко не полный список звезд, которые зажглись благодаря учебному заведению. Студенты и преподаватели бережно хранят историю и традиции учебного заведения, в здании открыты мемориалы памяти выпускникам, заслуженным мастерам спорта, Клавдии Боярских и Борису Шахлину.

Студенческая жизнь в институте насыщена событиями. Каждый может найти свое место в спорте, науке, искусстве, творчестве, общественной деятельности. Студенты принимают



Практика всех уровней и практические занятия по дисциплинам профессионального цикла проводятся в ведущих спортивных и медицинских организациях и на предприятиях фитнес-индустрии города Екатеринбурга. Летнюю практику студенты проходят на Черноморском побережье в оздоровительных лагерях. Институт гордится многолетним опытом проведения международных практик и стажировок в Чехии.

Деятельность вуза была неоднократно отмечена на региональном и федеральном уровне. Ежегодно Специальный Олимпийский комитет Свердловской области выражает благодарность учебному заведению за помощь в проведении соревнований по программе Специальной Олимпиалы

Институт является лауреатом конкурса Золотая медаль «Европейское качество» в номинации «100 лучших вузов России», а директор отмечен почетным знаком «Директор года». В 2013 году учебное заведение получило сертификат соответствия ассоциации по сертификации «Русский регистр», удостоверяющий, что система менеджмента качества соответствует требованиям ИСО 9001.

Екатеринбургский институт физической культуры отмечен:

- почетным дипломом губернатора Свердловской области за «Создание условий для подготовки спортсменов высокого класса, показавших отличные спортивные результаты на XXVII Всемирной Универсиаде 2013 года в г. Казани»;
- благодарностью от Специального Олимпийского комитета Свердловской области «За постоянную поддержку Специального Олимпийского движения в Свердловской области, содействие в реализации спортивных программ для людей с ограниченными возможностями здоровья»;
- благодарностью Администрации г. Екатеринбурга за проведение оздоровительной кампании среди школьников.
- благодарностью Администрации г. Екатеринбурга «За большой вклад в развитие добровольческого движения в городе Екатеринбурге, реализацию проекта «Русский силомер».
- почетным дипломом губернатора Свердловской области за «Успехи в подготовке специалистов физической культуры и спорта, пропаганду здорового образа жизни и большой личный вклад в развитие физической культуры и олимпийского движения в России».

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК на сегодняшний день - это кузница кадров сферы спорта, адаптивной физической культуры. Высокое качество обучения подтверждается профессиональными и спортивными успехами наших выпускников, среди которых призеры и участники Олимпийских и Паралимпийских Игр, Чемпионатов Мира и Европы, Всемирных Универсиад, Президенты Федераций по видам спорта, руководители организаций в сфере физической культуры и реабилитации и сотни высококвалифицированных специалистов.

Коллектив института успешно решает сложные задачи сегодняшнего дня, с оптимизмом смотрит в будущее и готов к покорению новых вершин!



Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК

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

ПОДГОТОВКА БАКАЛАВРОВ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

профиль «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

в изоранном виде спорта» СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ПО ВИДАМ СПОРТА

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

теория и методика спортивных танцев

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТ-КЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»

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

профиль «Адаптивная физическая реабилитация и рекреация»

Екатеринбургский колледж физической культуры УралГУФК

ПОДГОТОВКА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ: «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
 Вступительные испытания: экзамен по специальности + средний балл аттестата

Работают курсы повышения квалификации

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



Туризм жил, туризм жив, туризм будет жить!

К середине XIX в. в России создаются общественные туристические организации, которые занимаются краеведеньем, географией, а также организации любителей природы, спорта, науки.



Эти общества анализируют путешествие как форму организационного досуга, занимаются пропагандой здорового образа жизни, активного отдыха и стремлению к познанию природы. Одним из таких обществ в Екатеринбурге становится Уральское общество любителей естествознания (УОЛЕ). Создавались организации как на общероссийском, так и на местном уровне. В начале 80-х годов XIX в. в России было создано общество туристов-циклистов. Это было первое спортивное общество, которое объединяло любителей велосипедного туризма. Члены клуба совершали первые велопутешествия по России, а затем и за рубежом. Также в это время появляются и другие организации по спортивному туризму: «Альпийский клуб» в Тбилиси (1877), «Предприятие для общественных путешествий во все страны света» в Петербурге (1885), «Крымский горный клуб» в Одессе (1890), «Русский тюринг-клуб» (общество велосипедистов) в Петербурге (1895) с отделениями в Москве, Киеве, Риге и др. В 1901 г. «тюринг-клуб» был преобразован в Российское общество туристов (РОТ), ставшее крупнейшим туристским объединением в стране - к 1914 г. в его рядах насчитывалось около 5 тыс. членов. С 1917 по 1920 годы из-за революционных событий и гражданской войны вся туристско-экспедиционная деятельность была прекращена.

В 1929 году учреждается «Общество пролетарского туризма и экскурсий», в число членов которого в 1935 году входило до 790 тыс. человек. Возглавлял его нарком Н.В.Крыленко.

В начале XX века во всём мире поклонники горовосхождений назывались горными туристами. Альпинистами назывались только путешествующие в Альпах. Однако постепенно этот термин стал об-



щим для всех любителей гор. В 30-х годах в СССР горный туризм и альпинизм не разделялись. Одни и те же спортсмены ходили как в перевальные походы, так и на вершины. Путешествия считались единым видом ТУРИЗМА.

В 1936 году для спортсменов были учреждены звания «Мастер спорта» и «Заслуженный мастер спорта», в числе Заслуженных мастеров появился и турист Николай Михайлович Губанов.

Это ему посвятил свое стихотворение поэт-турист В. Котов:

Кто не знает у нас Губанова И седого, как лунь, и румяного, Закаленного, опаленного, В жизнь не просто, а с толком влюбленного, Сотни, тысячи верст исходившего. Многих столькому научившего, И живущего век без усталости, Без отсталости и без старости.



и клубы, сложными спортивными походами потребовало упорядочения системы подготовки на основе единых нормативных требований.

После окончания Великой Отечественной войны с размахом прошло создание туристских клу-



В 1940 году действовало несколько тысяч туристских секций на предприятиях, в учебных заведениях, было создано 165 туристских баз и лагерей. С 1 января 1940 года туризм включен в комплекс ГТО.

В довоенный период широкий размах получил туризм среди школьников. В 1932 году была создана центральная детская экскурсионно-туристская станция, после чего аналогичные станции стали создаваться во всех республиках и крупных городах. Созданная сеть станций детско-юношеского туризма действует и в настоящее время, число которых составляет более 400, а ежегодное число участников, организуемых этими учреждениями, составляет порядка 1,6 миллиона.

В предвоенный период в самодеятельных походах – дальних и выходного дня – участвовало почти 3 млн человек. Война прервала деятельность туристских организаций. Понадобилось много лет для достижения довоенного уровня. Увеличение туристов, объединенных в туристские секции

бов. Они стали центрами консультаций по прохождению спортивных маршрутов, местом работы маршрутно-квалификационных комиссий по видам туризма, являлись организаторами спортивного туризма. В 1957 году в стране работало более 50 туристских клубов, тогда как до войны существовал лишь один в Ростове-на-Дону. В 1958 году самодеятельным спортивным туризмом занимались (разрядники) 428 156 чел, в 1959—946 418, в 1960—1 512 860 человек. Туризм стал действительно массовым.

В 1949 году туризм был включен в Единую Всесоюзную спортивную классификацию. Самодеятельным туристам стали присваивать спортивные разряды и звания. Это повлекло за собой развитие маршрутно-квалификационных комиссий, разработку классификации туристских походов. Начиная с 1965 года разрядные требования включали присуждение разрядов и званий вплоть до звания Мастер спорта за совершение спортивных походов 5 категории сложности.

Начиная с 1994 г. в разрядные требования по спортивному туризму введено присуждение званий Мастер спорта международного класса за совершение спортивных походов 6 категории сложности, соответствующих мировым достижениям, а также включены соревнования по туристскому многоборью, которые ранее назывались соревнованиями по технике туризма.

К концу 80-х годов в системе советов по туризму было создано 950 областных, городских туристских клубов, объединяющих многотысячный общественный актив. Туристские секции и клубы работали в десятках тысяч коллективах физкультуры, которые охватывали соревнованиями, спор-

тивными походами до 10 млн. человек. На различного уровня семинарах, школах, сборах подготовлено более 500 тыс. инструкторов, руководителей походов, судей соревнований. В спортивных походах ежегодно участвовало более 200 тысяч туристов-спортсменов (около 20 тысяч туристских групп). Звание Мастер спорта СССР присвоено более 1500 туристам.

На рубеже 90-х годов на территории бывшего СССР действовало более 60 общественных КСО, более 40 тысяч общественных комиссий, в работе которых участвовало около 700 тысяч туристов.

Начиная с 1990 года, многие прежние структуры управления спортивным туризмом в основном

прекратили существование. Количество туристских клубов уменьшилось до 300, на их базе продолжают действовать территориальные федерации спортивного туризма. Значительное количество клубов лишилось своих помещений и действует на общественных началах.

Сегодня спортивный туризм понемногу возрождается.

За последние 10 лет туристы России оформили через Туристско-спортивный союз России 7 Заслуженных мастеров спорта, более 600 туристов награждены почетным знаком «Заслуженный путешественник России».

Для чего нужны походы и путешествия?



Я думаю, что без походов и путешествий жизнь была бы серой и скучной. Путешествуя, ты узнаешь мир, а он невообразимо многообразный. Путешествовать можно по-разному. Можно смотреть на Эльбрус из иллюминатора самолета – его видно здорово. А можно преодолеть усталость, горную болезнь, непогоду и покорить высочайшую вершину Европы. Стоя на вершине, на миг ощутить себя счастливым человеком, а затем, вновь преодолевая усталость, снег, ветер спускаться на землю к людям. Сплавы по рекам, спуски в черноту и сырость глубоких пещер, лыжные походы в тайге и тундре, велосипедные поездки на чистейшие озера – все это позволяет сделать жизнь необычайно интересной и насыщенной. Ты преодолеваешь лень и превозмогаешь усталость, а в награду за это достигаешь желанной цели. Видишь то, что не видят другие. Ночуешь в палатке и любуешься миллиардами звезд и планет Вселенной над головой. Слушаешь пение птиц и встречаешься с различными обитателями животного мира. Борешься за выживание со взбунтовавшейся стихией и ощущаешь себя безмерно счастливым, выходя победителем. Возвращаясь к людям, делишься своими эмоциями и впечатлениями, зажигаешь в других любовь и тягу к неизведанному. Наверное, для этого и нужны походы и путешествия!









Туризм жив!





Екатеринбург – город с большой туристской историей. Турклубов всегда было много и существовали они при вузах, при заводах, при школах и техникумах. С развалом СССР многое поменялось и изменилось. Но сейчас спортивный туризм набирает небывалую популярность. Ежегодно МКК Федерации спортивного туризма Свердловской области выпускают десятки спортивных походов по различным видам туризма: пешему, водному, горному, лыжному, спелеологическому, велосипедному и др. В городе очень много делается для популяризации спортивного туризма. В 2016 году был создан Молодежный клуб РГО «Уральский следопыт». Ежегодно проводятся спортивно-туристские фестивали, собирающие тысячи участников: «Майский экстрим», «Осень Уральского следопыта», «Ледовый штурм». Проводятся «Школы туристской подготовки», походы выходного дня, путешествия и экспедиции. Ближайший спортивный фестиваль пройдет в Екатеринбурге 19 сентября 2020 года. Приглашаем всех желающих принять участие в многочисленных спортивно-туристских дисциплинах и молодежном туристском квесте.







Дорогие ребята!

Существует риск несчастных случаев на технологических объектах коммунальных служб: трубах, по которым течет горячая вода, колодцах тепловых камер (люков), если на них нет крышки или она плохо закрыта.

Часто жертвами таких чрезвычайных происшествий становятся дети и подростки. Например, в городе Кирове девочка упала в открытый люк с горячей водой. Причина трагедии — неосторожность: тяжелая уборочная машина сдвинула крышку люка.

Часто ребята бывают просто невнимательны на улице: бегут без оглядки, читают или разговаривают на ходу, не следя за дорогой, а иногда, даже если видят пролившуюся из люка воду, специально заходят в нее.

Чтобы не случилось беды, нужно знать несколько правил безопасности:

1. Если на дороге вы видите незакрытый люк, сильное парение, выход воды на поверхность, трещины или ямы на асфальте не приближайтесь

- к ним. Постарайтесь сообщить об этом в городскую дежурную службу 005 и в Свердловскую теплоснабжающую компанию по телефону **350-13-49** или попросите сделать это взрослых.
- **2.** В случае выхода горячей воды из-под земли не пытайтесь перейти вброд и срочно покидайте территорию разлива. Возможны обвалы грунта.
- **3.** Проявляйте бдительность и неравнодушие, предупреждайте младших детей об опасности для их жизни и здоровья.







































НАЙДИ 10 ОТЛИЧИЙ.







Значит не зря родители всегда запрещают засовывать

Найди среди этой буквенной абракадабры виды спорта, которые ты видишь на картинках.

Φ	Γ	0	Л	Α	Л	Ь	С	К	Е	Т	Б	Т	Л	С
У	Т	Б	Ь	Е	И	П	Α	Л	0	Б	И	Α	0	К
Φ	И	0	Φ	Α	Н	И	Б	Х	К	Е	Б	0	н	Е
У	Г	Л	П	В	И	Н	Е	0	К	Й	Й	Л	Е	Л
Р	Н	0	Л	Α	3	М	И	0	К	С	E	0	Т	Б
Б	0	Е	К	Α	Т	А	Н	Б	В	0	л	Н	Р	0
С	Б	Α	К	Т	И	Д	н	0	E	А	Я	Б	Ь	Г
Л	Е	Й	Р	Α	К	0	Л	0	П	К	Α	А	Н	Α
Д	Α	Д	0	Б	Α	В	0	Л	Е	Г	Т	Л	Д	Б
Т	Р	Р	Я	Ь	Л	И	Б	А	К	И	Т	Е	Л	0
С	0	Й	Т	И	Г	И	Т	И	К	Α	Ы	Й	С	П
Б	Н	С	Р	В	я	М	С	И	E	С	Н	Т	Р	0
Е	Α	Л	0	Н	Α	Н	Α	Н	Р	У	И	Д	0	С
Р	Л	С	П	И	Е	И	Р	Α	А	Й	К	Ь	Л	Т
Г	0	М	0	Р	Н	Т	0	В	П	Α	А	Б	E	Р



























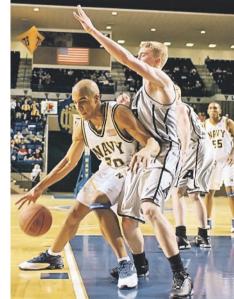












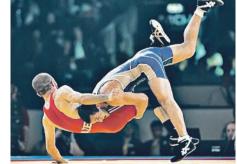














Газета «Физкульт-привет» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Свердловской области 12 апреля 2011 года Свидетельство ПИ №ТУ66-00658

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.uralucheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г. Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург», г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18. Заказ № 2425

Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать: по графику в 17-00, фактически в 17-00 22.05.2022 Выход в свет 22.05.2022. Распространяется бесплатно.

Номер подготовлен при поддержке Детскомолодёжной общественной организации юных корреспондентов Свердловской области