

НАШ

СЕНТЯБРЬ 2018 №3

ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ



СПОРТ

**Данил Росляков –
победитель
IV Спартакиады
молодежи России
2018 года
по легкой
атлетике**



6+

НАШ СПОРТ

Информационно-популярное издание

Учредитель:

Департамент физической культуры и спорта Вологодской области
depsport.gov35.ru

Журнал является информационно-популярным изданием и предназначен для широкого круга читателей.

Авторами статей стали как специалисты в области физической культуры и спорта, так и люди, искренне интересующиеся этой темой.

Редакционный совет:

Сергей Ростиславович Фокичев, начальник Департамента ФКиС ВО;
Владимир Петрович Ковалев, заместитель начальника Департамента ФКиС ВО;

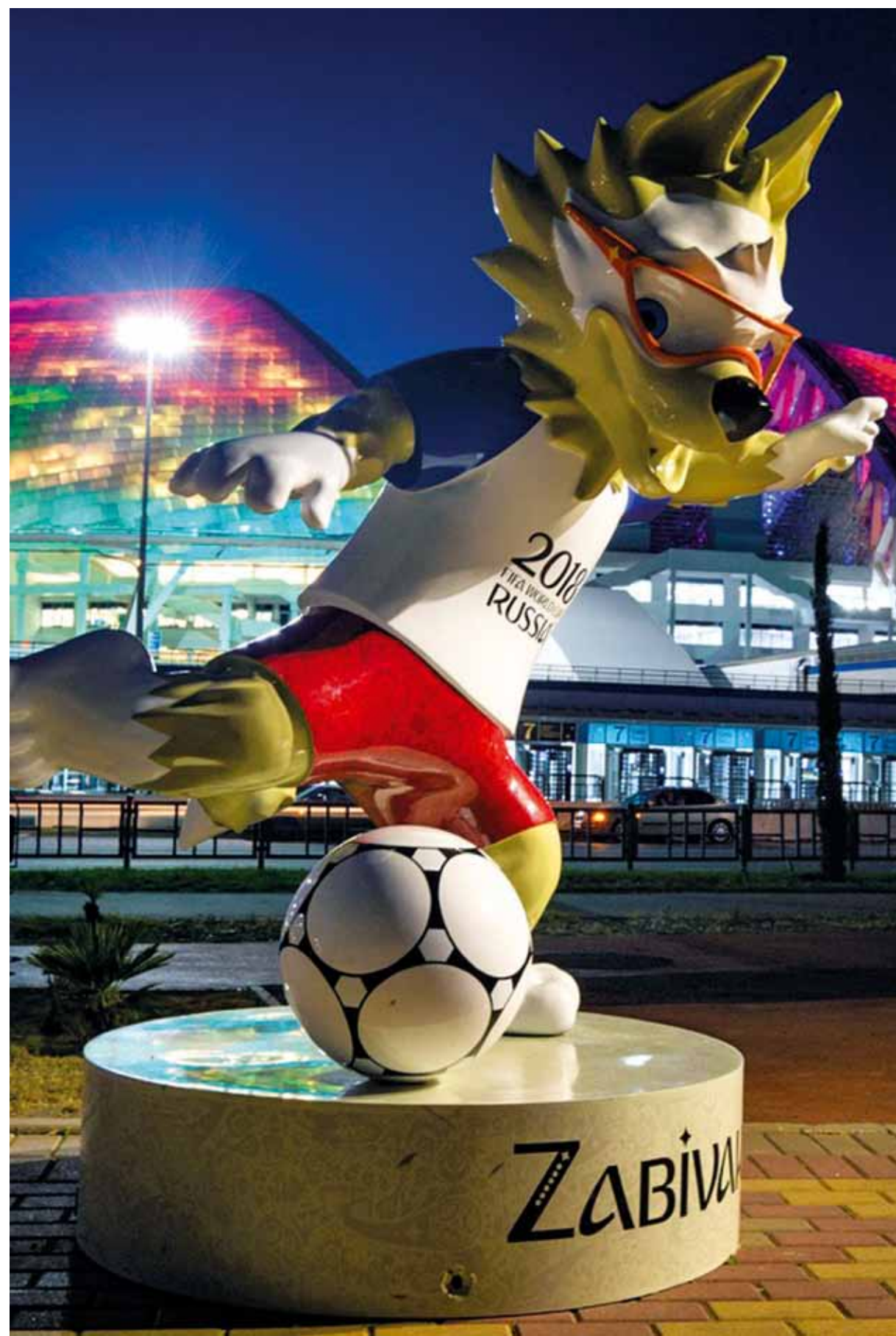
Тираж 500 экз.

Фото на обложке:
Данил Росляков – победитель IV Спартакиады молодежи России 2018 года по легкой атлетике

От редакции:

Пишите нам, высказывайте свое мнение, предлагайте темы и присылайте фотографии, рассказывайте свои истории и самые интересные из них мы обязательно опубликуем в следующих номерах!

Отпечатано:
ООО «Печатный Дом «Череповецкая полиграфическая компания»
162614, Вологодская обл., г. Череповец, ул. Металлистов, 22

**Дорогие читатели!**

В очередном номере журнала «Наш спорт» вас ждут встречи с самыми яркими спортивными событиями этого лета.

21-й Чемпионат мира по футболу FIFA, финальная часть которого прошла в России с 14 июня по 15 июля 2018 года, стал одной из главных тем этого выпуска. В нынешнем сезоне когорта призеров-вологжан пополнилась новыми именами, и мы обязательно познакомим наших читателей с их достижениями. Так же вас ждет рассказ о том, как организовано медицинское сопровождение спортсменов для улучшения их здоровья и повышения работоспособности.

Кроме того, с наступлением осени в областном правительстве получили развитие новые идеи, которые предвещают значительные перемены в спортивной жизни всего региона. Вы узнаете, какие важные и конкретные поручения по созданию спортивной инфраструктуры на территории Вологодской области дал губернатор Олег Александрович Кувшинников. Речь пойдет о разработке целевой программы, связанной с модернизацией всей системы подготовки спортивного резерва. Будет осуществлен перевод спортивных учреждений на новый уровень – в организации нового типа, что позволит тренировать юных спортсменов в соответствии с федеральными стандартами. О том, как все это будет происходить, читайте на страницах нашего журнала.

И, конечно, мы не могли забыть о том, что в августе в России отмечается наш профессиональный праздник – День работников физической культуры и спорта. Поздравляем с праздником всех наших читателей и, само собой, героев наших публикаций! Желаем здоровья, бодрости, хорошего настроения и высоких спортивных достижений!

Сергей Фокичев,

начальник Департамента физической культуры и спорта Вологодской области, заслуженный мастер спорта, олимпийский чемпион.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СОДЕРЖАНИЕ

3 ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

6 НОВОСТИ МИНИСТЕРСТВА СПОРТА РФ

- О присвоении квалификационных категорий специалистам в области физкультуры и спорта.
- Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием о подготовке российских спортсменов к Играм XXXII Олимпиады 2020 года в г. Токио (Япония) и XXIV Олимпийским зимним играм 2022 года в г. Пекин (КНР).
- Приказы Министерства спорта РФ.

8 ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО ФУТБОЛУ 2018

- Совместное заседание Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта и Наблюдательного совета АНО «Оргкомитет «Россия-2018».
- Вот такой футбол нам нужен!
- Вместе со всеми российскими городами жила футболом и Вологда.

18 НОВОСТИ ДЕПАРТАМЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- Новые спортивные объекты построят в 11 районах Вологодской области.
- В 2019 году все муниципальные спортивные школы области должны тренировать спортсменов в соответствии с федеральными стандартами.

20 МЕДИЦИНСКОЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

- В Чебоксарах состоялось заседание Экспертного совета по физической культуре и спорту при комитете Совета Федерации.
- Влияние гипоксических нагрузок на различные физиологические показатели работоспособности спортсменов в лыжном спорте.

28 АНТИДОПИНГ

- РУСАДА настаивает, чтобы все спортсмены России прошли образовательный антидопинговый курс.
- О реализации антидопинговых мероприятий в Вологодской области за I полугодие 2018 года.

30 СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ

- Женская сборная волейбольная команда ЧГУ представляла область на VI Всероссийской летней Универсиаде.
- Спорт в Вологодском государственном университете.

34 ЛЕТНЯЯ СПАРТАКИАДА МОЛОДЕЖИ РОССИИ 2018 ГОДА

- Женская команда Вологодской области - победитель Финала летней Спартакиады молодежи 2018 по волейболу.
- Валерия Филипченко – серебряный призер IV Спартакиады молодежи России 2018 года по пулевой стрельбе.
- Обгоняя секунды: Данил Росляков.

40 ОЛИМПИЙСКИЙ ДЕНЬ - 2018

- Итоги спортивного праздника в рамках XXIX Всероссийского Олимпийского дня, посвященного Юношеским Олимпийским играм 2018 года в г. Буэнос-Айресе (Аргентина).

42 СПОРТСМЕНЫ ВОЛОГОДЧИНЫ

- Победители и призёры соревнований.
- Прошел урок – идешь дальше.
- Удивительный мир подводного спорта.
- Школа тхэквудо Березина - Школа чемпионов!

56 СОРЕВНОВАНИЯ НА ВОЛОГОДЧИНЕ

- Подведены итоги спортивных игр «Вологодские Зори - 2018».

58 ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ

- Отдых по-спортивному.





О присвоении квалификационных категорий специалистам в области физкультуры и спорта.

Скорректированы Законы о физкультуре и спорте и об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов власти регионов.

На федеральном и региональном уровнях прописаны полномочия по присвоению квалификационных категорий тренеров и иных специалистов в области физкультуры и спорта, на федеральном - по установлению порядка присвоения таких категорий, а также квалификационных требований к присвоению.

Предусмотрены виды квалификационных категорий, положения об их присвоении.

Федеральный закон от 4 июня 2018 г. N 147-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и статью 26 Федерального закона «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации».



Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием о подготовке российских спортсменов к Играм XXXII Олимпиады 2020 года в г. Токио (Япония) и XXIV Олимпийским зимним играм 2022 года в г. Пекин (КНР).

В Москве 31 мая 2018 года в подведомственном Министерству спорта Российской Федерации Федеральном научном центре физической культуры и спорта (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК) состоялась Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Итоги выступления российских спортсменов на XXIII Олимпийских зимних играх 2018 года в г. Пхенчхане (Республика Корея). Перспективы использования опыта подготовки к XXIII Олимпийским зимним играм 2018 года в г. Пхенчхане (Республика Корея) при подготовке российских спортсменов к Играм XXXII Олимпиады 2020 года в г. Токио (Япония) и XXIV Олимпийским зимним играм 2022 года в г. Пекин (КНР)».

Её организаторами выступили Минспорт России и ФГБУ ФНЦ ВНИИФК.

Участниками конференции стали более 90 делегатов из 12 субъектов Российской Федерации, а также Республики Беларусь.

Мероприятие прошло под председательством заместителя Министра спорта Российской Федерации Сергея Косилова. С докладами выступили представители Минспорта России, Олимпийского комитета России, ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, Федерального центра подготовки спортивного резерва, Олимпийского комитета России, Федерального медико-биологического агентства, общероссийских федераций по видам спорта.

Основной доклад представил директор Департамента спорта высших достижений Минспорта России Алексей Морозов. Он подвёл итоги реализации программы подготовки спортсменов к Играм-2018, отметив выполнение её целевых показателей и подчеркнув важность стратегического планирования заключительного этапа подготовки.

Участники конференции также обсудили возможности использования опыта подго-

Поздравляем вологжан с присвоением квалификационной категории «Спортивный судья всероссийской категории»

Приказ Министерства спорта РФ от 12 июля 2018 г. № 101 нг

Вологодская область

Бокс

ИВАНОВ Сергей Васильевич

Танцевальный спорт

МОХОВ Сергей Геннадьевич

МОХОВА Ирина Петровна

Приказ Министерства спорта РФ от 27 августа 2018 г. № 126 нг

Велосипедный спорт

НОВИКОВ Валерий Иванович

Рукопашный бой

КОПЫТОВ Леонид Валентинович

ОРУДЖЕВ Физули Сабирович



товки к Играм-2018 при подготовке спортивных сборных команд России к Играм-2020 и Играм-2022, в том числе на спортивных объектах Дальневосточного и Сибирского федеральных округов, актуальные вопросы медико-биологического и антидопингового обеспечения спортсменов, а также сформировали основные задачи в зимних олимпийских видах спорта на предстоящий олимпийский цикл.

Поздравляем Ивана Баева с присвоением спортивного звания «Мастер спорта России международного класса»

Приказ Министерства спорта РФ от 27 июня 2018 г. № 86 нг



Поздравляем вологжан с присвоением спортивного звания «Мастер спорта России»

Приказ Министерства спорта РФ от 27 июня 2018 г. № 85 нг

Вологодская область

Пулевая стрельба

ЗЫКОВА Анастасия Александровна

Спорт сверхлегкой авиации

КАБЕРОВ Михаил Юрьевич

ХОХЛОВ Николай Павлович

Поздравляем вологжанок с присвоением спортивного звания «Мастер спорта России международного класса»

Приказ Министерства спорта РФ от 24 июля 2018 г. № 110 нг

Лыжные гонки

НЕЧАЕВСКАЯ Анна Александровна

Приказ Министерства спорта РФ от 27 августа 2018 г. № 125 нг

Спорт слепых

ГЕРАСИМОВА Арина Николаевна



Совместное заседание Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта и Наблюдательного совета АНО «Оргкомитет «Россия-2018»

20 июля, в Калининграде под председательством главы государства Владимира Путина состоялось совместное заседание Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта и Наблюдательного совета АНО «Оргкомитет «Россия-2018».

Владимир Путин заявил, что Чемпионат мира по футболу FIFA 2018 года стал для нашей страны самым масштабным международным спортивным событием: «Турнир готовился восемь лет, потребовал серьезных вложений, усилий сотен тысяч людей. Как обещали, мы организовали его на максимально высоком уровне. И успех турнира – теперь объективный признанный факт».

Глава государства призвал разработать конкретные меры, которые позволят эффективно использовать наследие Чемпионата мира.

«Очевидно, что объекты Чемпионата должны продолжать полноценно работать и после его завершения, именно для этого они и создавались, – отметил Президент. – Я прошу учесть задачу эффективного использования спортивной инфраструктуры при корректировке федерального бюджета на 2018 год и отразить её в бюджете на 2019-2021 годы. Поддержка программ развития объектов Чемпионата продлится пять лет с тем, чтобы к 2024 году они были самодостаточны, служили центрами развития городов, общественной, деловой, культурной жизни».

По словам главы государства, Россия реализовала уникальные новации, которые заслужили самую высокую оценку FIFA и гостей турнира. Это – система видеопомощи арбитрам, которую впервые использовали на футбольном первенстве, бесплатный проезд владельцев билетов на матчи в дни игр между городами-организаторами Чем-

пионата и, главное, Паспорт болельщика, по сути, заменившем визы.

«Чемпионат мира не только разрушил стереотипы, он поднял волну неподдельного интереса к России, и это наравне с ростом популярности футбола – знаковая часть его нематериального наследия», – подчеркнул Владимир Путин.

Министр спорта Российской Федерации Павел Колобков доложил об итогах проведения в России Чемпионата мира и реализации концепции его наследия.

Руководитель Минспорта России заявил, что турнир высоко оценён международными экспертами, спортсменами, болельщиками и журналистами. О многом говорит статистика: почти 1,8 млн российских и иностранных граждан из 195 государств получили Паспорта болельщиков, 7,7 млн человек посетили Фестивали болельщиков (фан-зоны), трибуны на матчах были заполнены в среднем на 98%.

«Такой результат – логичный итог той огромной работы, которую провела наша страна в ходе подготовки и проведения Чемпионата, – сказал Павел Колобков. – Минспорт России осуществлял координацию деятельности органов власти в рамках подготовки к турниру. Над выполнением поставленных задач трудились 40 федеральных министерств и ведомств, 36 регионов – в 11-ти из них прошли матчи, в 25-ти были расположены тренировочные базы. Особо отмечу безукоризненное выполнение 11 правительственных гарантий, обеспечивающих подготовку и проведение Чемпионата, а также принятие в 2013 году специального Закона, благодаря которому реализация гарантий стала возможной. Законодательная поддержка таких масштабных мероприятий полностью себя оправдала. И практику особого правового регулирования предлагаю продолжить. В том числе, в рамках Чемпионата Европы UEFA, матчи которого мы придем в 2020 году».

По словам Министра, совместная деятельность органов власти всех уровней, общественных и коммерческих организаций позволила реализовать более 600 мероприятий. Были построены и реконструированы свыше 100 объектов спортивной инфраструктуры, а также аэропорты, дороги, объекты ЖКХ, энергоснабжения и здравоохранения, гостиницы, проведена полномасштабная работа по благоустройству городов.

Для авиаперевозок был задействован 21 аэропорт, из которых 10 было реконструировано, а один – в Ростове-на-Дону – построен специально к турниру. Их услугами воспользовались около 16 млн пассажиров. Между городами, где шли матчи, курсировали 734 бесплатных поезда, которые перевезли около 320 тысяч болельщиков.

В 17 регионах были организованы сервисы для вещателей телевизионных трансляций, которые на 219 стран вела 261 телерадиокомпания. Везде были установлены фиксированная мобильная связь и Wi-Fi.

Благодаря четкой работе правоохранительных органов, спецслужб и системе Паспортов болельщиков удалось обеспечить беспрецедентные меры по обеспечению безопасности иностранных и российских граждан.

Павел Колобков отметил необходимость внедрения системы идентификации болельщиков и информационной системы контроля доступа при проведении матчей национального футбольного первенства. Одной из ключевых составляющих наследия Чемпионата мира является актуализация визового режима с учётом наличия Паспорта болельщика.

Говоря о спортивных результатах, Министр назвал успешным выступление сборной команды России, которая впервые за многие годы вышла в четвертьфинал Чемпионата мира. При подготовке к турниру для российских футболистов были созданы все необходимые условия.

«Одним из основных итогов турнира, конечно же, стало спортивное наследие, – продолжил Павел Колобков. – Помимо 12 современных футбольных стадионов, построенных в соответствии с мировыми стандартами и требованиями FIFA, мы получили 95 модернизированных тренировочных футбольных площадок. И со своей стороны сделаем всё, чтобы обеспечить их полную загрузку. В настоящее время Концепция наследия Чемпионата мира находится на утверждении в Правительстве. Определены параметры ресурсного обеспечения с 2019 по 2023 годы. И мы приступаем к её реализации».

Глава Минспорта России заявил, что первый шаг к эффективному использованию объектов спортивной инфраструктуры – это

определение собственников стадионов и основных направлений их использования. Так, на стадионах «Лужники», «Спартак», «Казань Арена», «Фишт» и «Санкт-Петербург» уже определены модели управления, источники финансирования расходов на их эксплуатацию, сформированы управляющие компании. По стадионам Волгограда, Ростова-на-Дону, Екатеринбурга, Калининграда, Нижнего Новгорода, Самары и Саранска это ещё предстоит сделать. В Концепции предусмотрена передача стадионов в 2019 году из собственности Российской Федерации в собственность субъектов.

Павел Колобков сообщил, что определено базовое количество домашних матчей Чемпионата и Первенства России по футболу. Для клубов Российской футбольной



Сборная команда России с Президентом РФ - Владимиром Путиным

премьер-лиги – 16 матчей, для клубов Профессиональной футбольной лиги и Футбольной национальной лиги – 20. На стадионах уже начали играть клубные матчи. Один из матчей первого тура Первенства ФНЛ прошёл 17 июля на стадионе «Мордовия Арена». 27 июля Нижний Новгород примет Суперкубок России по футболу между столичными командами «Локомотив» и ЦСКА. 28 июля в борьбу за «золото» Чемпионата России на новых стадионах вступят команды РФПЛ. Наконец, в рамках нового турнира «Лига наций UEFA» наша сборная встретится 11 октября со Швецией на стадионе «Калининград», а 14 октября – с Турцией на стадионе «Фишт» в Сочи.

Министр добавил, что Концепцией также предусмотрено многофункциональное использование футбольных стадионов для проведения культурно-спортивных и зрелищных мероприятий. На базе стадионов планируется открыть музеи, посвящённые истории российского футбола и Чемпионату мира 2018 года. Кроме того, там разместятся детско-юношеские спортивные школы по футболу и футбольные ассоциации. Обновлённые тренировочные площадки закрепятся за детскими спортивными школами, футбольными клубами и организациям.

«Всё это напрямую связано с поручением о создании детских футбольных центров, которые смогут использовать объекты наследия Чемпионата мира, – заметил глава Минспорта России. – Решено открыть 30 таких центров на базе действующих детско-юношеских спортивных школ. Это позволит в 1,5 раза увеличить количество детей, занимающихся на спортивно-оздоровительном этапе, причём начиная с шести лет подготовки в отличие от восьми, как было раньше».



Министр спорта Российской Федерации Павел Колобков

В заключение Павел Колобков сказал: «Мы справедливо ожидаем большой приток новых ребят, вдохновлённых прошедшим в России Чемпионатом мира. И готовы предоставить им все условия для занятий. Впереди у нас колоссальная работа по увеличению доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом. Нам предстоит выработать систему стимулов для различных категорий и групп населения. Одним из них могло бы стать предоставление социальных налоговых вычетов гражданам за оказанные им физкультурно-оздоровительные услуги. Прошу Вас, Владимир Владимирович, поддержать наше предложение о проработке данного вопроса».

Фото: пресс-служба Президента Российской Федерации
Пресс-служба Минспорта России

Многие наверняка помнят легендарного спортивного комментатора советских времен Н.Н. Озерова. Однажды во время репортажа на одном из хоккейных матчей он в своей неповторимой манере произнес с досадой: «Да... такой хоккей нам не нужен». Реплика мгновенно перешла в разряд «крылатых». Когда в хоккее или футболе ход игры кажется скверным, эта фраза очень точно выражает всю глубину разочарования болельщиков.

Последние годы больше всех доставало как раз отечественному футболу. С той же интонацией, как у Озерова, ему давали нелестную характеристику, и с горечью отмечалось, что этот вид спорта - номер один в мире, в нашей стране далеко не на высоте. Но с чемпионатом мира ФИФА - 2018, который в июле этого года с триумфом прокатился по российским городам, ситуация в корне изменилась.

Вот такой футбол нам нужен!

Сам по себе такой чемпионат - событие уникальное, а для футбольной семьи и вообще ключевое. По масштабу сродни олимпийским играм, а в чем-то превосходит и их.

Например, какой еще вид спорта, способен собрать в одном месте одновременно такое количество поклонников из разных уголков планеты? Участвовать в этом самом значимом турнире - мечта любого футболиста. А для каждой из стран достойное выступление команд и их стремительный путь к пьедесталу не менее важны, чем сама победа. Именно поэтому попадание российской сборной сначала в одну восьмую финала, а затем и в четвертьфинал произвело настоящий фурор, заставило совсем по-другому взглянуть на наш футбол в целом.

Россия за всю историю своего участия в мировом футбольном чемпионате еще никогда не демонстрировала таких результатов. Со времен выступлений сборной СССР на чемпионатах мира более тридцати лет наши футболисты не могли порадовать своих болельщиков хотя бы выходом в плей-

офф. Одним словом, наконец-то долгое и мучительное затишье прервалось. Мгновенно российский футбол не только высоко взлетел в умах своих поклонников, болель-

щиков, всех патриотично настроенных граждан нашей большой страны, но и взбудрил, наконец, скептиков. Всего лишь один удар пенальти не позволил россиянам войти в четверку сильнейших футбольных команд мира. Но в этом упрекнуть наших спортсменов во главе с тренером Станиславом Черчесовым никому даже в голову не пришло. Ребята играли так, что смогли показать всему миру: «порох в пороховницах» имеется, и не настало еще время списывать со счетов российский футбол.

Учитывая всю драматичную предысторию и долгий путь вверх, руководство нашей страны приняло неоднозначное решение - поощрить игроков и тренеров, участвовавших в чемпионате, вручив им награды «заслуженный мастер спорта» (ЗМС). Это вызвало полемику среди общественности. В спортивных кругах между ведущими спортсменами возникли споры. Ведь обычно такое звание дается за 1-3 места. Российские футболисты получили его в порядке исключения, с формулировкой «за выдающиеся заслуги перед страной». Такая похвала говорит лишь о том, насколько высоко было оценено это выступление и какие надежды страна питает в будущем относительно всего отечественного футбола.

Целый месяц лета наслаждаясь игрой своих фаворитов, Россия с не меньшим удовольствием совмещала это и с миссией хозяйки чемпионата. Во всех городах обустроились фан-зоны. Проходили массовые гулянья, особенно в городах, задействованных под этот спортивный проект. Бурный наплыв людей с разным цветом кожи добавил особого колорита улицам и проспектам. Россия предстала перед взорами своих гостей совсем не такой, как ее в последнее время принято описывать в зарубежных СМИ. Гости смогли убедиться в том, что наша огромная страна на самом деле дружелюбна и очень гостеприимна.



Станислав Черчесов



Начало матча



Выиграли!



Сборная команда РФ



Гол!



Россия, вперед!

Вместе со всеми российскими городами жила футболом и Вологда

Вологжане так же, как и остальные жители регионов, заблаговременно готовились к чемпионату, оформляли паспорта болельщика, закупали билеты и организовывали себе поездки в города, где должны были состояться матчи. Футбольная лихорадка только усугубилась, когда наша российская сборная начала свое восхождение к финальным поединкам. А после матча с Испанией всеобщее ликование, можно сказать, достигло апогея. Движение на автодорогах сопровождалось звоном клаксонов. Счастливая нога Игоря Акинфеева, отразившего удар пенальти испанцев, стала не только символом победы, но также и источником вдохновения для творческих людей.

Череповецкий мастер Валерий Дворянов, по примеру небезызвестного Левши, «подковавшего блоху», на половине рисового зернышка изобразил портрет вра-

тая нашей сборной. Вот уже на протяжении 30 лет художник создает уникальные микрокартины, рассмотреть которые возможно только при сильном увеличении. Пишутся они самым обыкновенным человеческим волосом, хорошо отточенным, с помощью обычных красок для рисования. «Я вообще-то не болельщик, но этот чемпионат мира и меня захватил», — рассказал художник журналистам. А еще просто из любопытства, получится или нет разместить список имен состава российской сборной на рисовом зерне, родилось его следующее произведение. За ним последовал талисман чемпионата мира, волк Забивака. Обещает мастер в будущем изобразить на своих рисовых микрополотнах и Станислава Черчесова — ведь это с его подачи наша сборная смогла «заварить такую интересную кашу». Знаменитыми стали даже усы наставника, этим летом их примеряли на себя особо ярые болельщики. Хоккейная

команда череповецкой Северстали тоже не удержалась и приняла участие в флешмобе «Усы надежды» в поддержку российской сборной и ее тренера. Даже Великоустюгский Дед Мороз, в качестве ответного хода, под лозунгом «борода надежды» был настроен сбрить свою седую бороду в случае победы россиян. По счастью и к превеликому удовольствию российских детей, это оказалось веселой шуткой, и с любым исходом борода зимнего волшебника осталась бы цела.

На спортивный праздник перед началом матча Россия-Хорватия, который город организовал специально для вологодских болельщиков, пришли более 7 тысяч вологжан. На площади Революции установили огромный светодиодный экран под открытым небом. Была даже подготовлена интерактивная программа с конкурсами и творческими номерами.

А молодые активисты из городского корпуса волонтеров перед началом игры презентовали на сцене 10-метровый баннер с изображением ноги прославленного голкипера.

«В ближайшее время мы повесим плакат на территории СДЮСШОР № 3, чтобы вологодские футболисты вдохновлялись подвигом вратаря сборной и еще с большим усердием повышали свое мастерство. Игра со сборной Испании уже дала стимул в отношении детской спортивной школы. Всего за время проведения чемпионата мира в спортшколу поступило более 100 звонков и обращений по поводу записи на тренировки. Родители хотят, чтобы их дети занимались», — рассказал председатель городской федерации футбола Дмитрий Жиобакас.

Надо заметить, что воспитанник именно этой школы № 3 Алексей Виноградов стал одним из флагоносцев на открытии матча чемпионата мира по футболу Россия – Испания. Его трогательная история от лица футбольного ангела-хранителя, оберегающего и поддерживающего юного спортсмена, пришлось по душе торговой компании «Адидас», устроившей творческий конкурс на тему футбола.



Вологодские болельщики

«Перед матчем мимо нас на поле выходили запасные игроки сборных России и Испании. Это было просто невероятно! Я дал «пять» Дзагоеву, Черышеву, Иньесте, Аспиликуэте и многим другим. А потом наступил момент выноса флага. Я и еще пять ребят вышли на поле. Тогда радость, гордость и восторг перемешались. Очень волновался! С флагом на поле мы выходили секунд тридцать, остановились, потом присели, чтобы флаг был под наклоном. Под конец мы его унесли и пошли на трибуны смотреть матч. Все это проходило так невероятно!», — поделился эмоциями вологодский школьник.

Кроме того, Алексей принял участие в программе «Пусть говорят» в Москве и стал лучшим жонглером среди детей на FIFA FanFest 2018 в Санкт-Петербурге, побив рекорд площадки и выиграв футбольный мяч.

Что ж, как и олимпиада, каждый чемпионат рождает своих новых героев. И нынешний яркий, лихой мундиаль был полон для России приятных сюрпризов. Для подрастающего поколения юных футболистов, которые теперь смело могут пополнять свои списки «футбольных королей» русскими фамилиями, это важно. Как, впрочем, и то, что вера в светлое будущее российского футбола по-прежнему будет жить.



Губернатор области утвердил перечень районов - участников второго этапа регионального проекта по строительству плоскостных спортивных сооружений

Новые спортивные объекты построят в 11 районах Вологодской области

Напомним, к реализации этой масштабной программы Вологодчина приступила в 2017 году в рамках утвержденной Стратегии - 2030. В перечень строительства на первом этапе вошли 14 спортивных объектов в 11 муниципалитетах. Участниками второго этапа стало такое же количество районов, в частности: в 2019 году - 8 районам (Бабушкинскому, Великоустюгскому, Вологодскому, Нюксенскому, Сокольскому, Тарногскому, Харовскому и Чагодощенскому) на строительство спортивных объектов будет выделено - 113,7 млн. рублей; в 2020 году - 3 районам (Вашкинскому, Кадуйскому, Шекнинскому) на строительство спортивных объектов выделят 87,6 млн. рублей.

Условия участия в проекте остаются неизменными: муниципалитеты должны определить земельные участки с подготовленной инфраструктурой и гарантировать выделение 25% стоимости строительства. Кроме

того, после запуска объекта в эксплуатацию району необходимо взять на себя обязательства по его текущему содержанию. При соблюдении этих требований оставшиеся 75% берет на себя областной бюджет. С поиском застройщиков социальных объектов в рамках концессионных соглашений помогают региональная Корпорация развития и Департамент экономического развития, сообщает пресс-служба главы региона.

«На этом мы не останавливаемся. Объявляю 3 этап проекта строительства плоскостных спортивных сооружений в муниципальных образованиях области. Если есть желающие при нашем софинансировании построить у себя в районе спортивные площадки, провести реконструкцию школьных стадионов, отремонтировать хоккейные корты, футбольные площадки, заявляйтесь на конкурс, мы вас поддержим», - резюмировал глава региона.



В Кириллове



В Вохтоге



В Грязовецком районе



В Бабаево



В Великом Устюге



Мини-стадион в Бабаево



К 1 сентября 2019 года необходимо перевести все муниципальные спортивные школы, относящиеся к сфере физической культуры и спорта, в организации спортивной подготовки нового типа. Такое поручение дал 3 сентября 2018 года на Оперативном совещании Губернатор Вологодской области Олег Кувшинников.

Губернатор Вологодской области
Олег Кувшинников

В 2019 году все муниципальные спортивные школы области должны тренировать спортсменов в соответствии с федеральными стандартами

Глава региона напомнил, что в соответствии с Указом Президента до 2024 года необходимо увеличить долю граждан, занимающихся спортом, до 55%. Для этого нужно увеличить количество спортивных объектов в области, разработать систему мотивации жителей к здоровому образу жизни, а также модернизировать систему подготовки спортивного резерва. По словам начальника Департамента физической культуры и спорта Сергея Фокичева, перевод учреждений в организации спортивной подготовки нового типа позволит тренировать юных спортсменов в соответствии с федеральными стандартами.

«Всего в Вологодской области 36 спортивных учреждений, из них подведомственны органам местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта

- 24. На программу спортивной подготовки по федеральным стандартам частично перешли 2 организации – в Кадуе и Соколе, полностью – 3 учреждения - это Областная спортивная школа, Грязовец, Вологодский район. На данный момент это обеспечивает нам 20,8%, что является низким показателем», - сообщил Сергей Фокичев.

Остальные 19 организаций реализуют дополнительные образовательные программы, которые не направлены на достижение спортивных результатов. В 2018 году планируют перейти на спортивную подготовку еще 7 организаций: 4 из них в Вологде и 3 в Череповце. Это позволит обеспечить достижение 50%-го показателя по учреждениям в сфере физической культуры и спорта.

«Чтобы достичь показателя, установленного Минспортом (90%) на 2018 год, не-

обходимо перевести на программы спортивной подготовки еще 8 организаций. К сожалению, несмотря на настойчивую работу, мы наталкиваемся на инертность, а порой и сопротивление некоторых органов местного самоуправления в решении вопроса по переходу на программы спортивной подготовки», - отметил Сергей Фокичев.

10 спортивных школ области из 36 являются подведомственными органам управления сферы образования. Здесь необходимо обеспечить переход на программы спортивной подготовки: в детско-юношеских спортивных школах - не менее 10% и в специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва - не менее 30% от общего количества лиц, зачисленных на спортивную подготовку. Такое поручение дал глава региона муниципалитетам. Также Департаменту физической культуры необходимо в срок до 1 декабря 2018 года представить Губернатору концепцию создания областного училища олимпийского резерва на базе стадиона «Витязь», а в 2019 году приступить к реализации проекта.

Справочно:

Значимым событием 2017 года стало создание областной спортивной школы. Появилась возможность осуществления подготовки спортсменов высокого уровня по программам спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами.

В 2018 году в областной спортивной школе в 28 спортивных группах занимается 204 талантливых спортсмена со всей области. Спортивный процесс осуществляют 20 ведущих тренеров области.

В 2018 году увеличено с трех до шестнадцати количество базовых видов спорта. В их число вошел футбол. Произошло это событие как раз в канун начала чемпионата мира по футболу в России.

В 2018 году по объемам привлечения средств федерального бюджета на реализацию программ спортивной подготовки Вологодская область входит в 10-ку лучших в стране. Привлечено 19 млн. рублей.



Выступление Сергея Фокичева



3 августа 2018 года



В Чебоксарах состоялось заседание Экспертного совета по физической культуре и спорту при комитете Совета Федерации

8 июня 2018 года в Ледовом дворце «Чебоксары – Арена» состоялось выездное заседание рабочей группы Экспертного совета по физической культуре и спорту при комитете Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации по социальной политике.

В формате открытого диалога обсуждались вопросы совершенствования организационной модели медицинского и медико-биологического обеспечения спортивной подготовки.

Вёл заседание председатель Экспертного совета, директор ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» Константин ВЫРУПАЕВ. Открывая мероприятие, он

подчеркнул актуальность затрагиваемой темы, которая ранее неоднократно поднималась на различных уровнях.

В мероприятии приняли участие члены Экспертного Совета, представители Министерства здравоохранения РФ, Федерального медико-биологического агентства, Федерального центра спортивной подготовки сборных команд, представители 24 субъектов, учёные и эксперты.

Выступления членов Комитета Совета Федерации по социальной политике Татьяны КУСАЙКО и олимпийской чемпионки по легкой атлетике, куратора Экспертного совета Татьяны ЛЕБЕДЕВОЙ, заместителя начальника Управления организации спортивной ме-

дицины ФМБА России Елены НЕСТЕРОВОЙ, эксперта ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» Минспорта России Алексея ЛАПИНА задали тон обсуждению вопросов, касающихся стратегии развития системы подготовки спортивного резерва, медико-биологического обеспечения спортивных сборных команд Российской Федерации, нормативно-правового регулирования научно-методического и медико-биологического обеспечения спортивной подготовки, роли врачебно-физкультурных диспансеров в системе подготовки спортивного резерва.

Большой интерес вызвал опыт работы в данных направлениях на территории Чувашской Республики, представленный в докладах министра физической культуры и спорта Чувашской Республики Сергея ШЕЛТУКОВА и заместителя министра здравоохранения Чувашской Республики Алексея КИЗИЛОВА. Они охарактеризовали состояние обеих отраслей, рассказали о достижениях в результате совместного взаимодействия, благодаря которому почти 42 процента жителей республики активно занимаются физической культурой и спортом на 60 объектах (в том числе на 11 стадионах, 4 ледовых катках) и более 4-х тысячах спортивных сооружениях. Алексей КИЗИЛОВ также подробно рассказал об итогах и перспективах развития здравоохранения Чувашской Республики, о работе, проводимой министерством в сфере спортивной медицины.

Непосредственно об опыте работы коллектива Республиканского центра медицинской профилактики, лечебной физкультуры и спортивной медицины Минздрава Чувашии, о медицинском обеспечении спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и спортом в республике рассказал главный врач Арнольд КАРЗАКОВ. Он отметил, что в Чувашии неуклонно растёт количество лиц, занимающихся физической культурой и спортом, что отражает тенденцию повышения интереса населения к физической активности и здоровому образу жизни.



Внимательные слушатели

Ежегодно Республиканский центр обслуживает около 9 тысяч посетителей. Кроме того, врачебный персонал Центра в прошлом году осуществил 25 выездов мобильных медицинских бригад в отдаленные районы Чувашии, охватив профилактическими осмотрами еще 2000 человек, что позволило увеличить доступность специализированной помощи по спортивной медицине. С 2014 г. сотрудники Центра активно участвуют в проведении мероприятий Всероссийского комплекса ГТО. Традиционно они также обслуживают различные спортивные мероприятия, проводимые на территории республики. В среднем ежегодно врачебно-сестринскими бригадами Центра обслуживается порядка 700 соревнований, в числе которых - Чемпионаты России, Приволжского Федерального округа, а также республиканские и городские чемпионаты, соревнования спортивных федераций.

На конференции прозвучало около 20 докладов, активное обсуждение главных тем конференции продолжалось в кулуарах Ледового дворца «Чебоксары – Арена». Многие участники конференции познакомились с опытом работы чувашских коллег на местах - в различных спортивных и медицинских организациях республики.

Федеральный центр подготовки спортивного резерва



Спорт в настоящее время предъявляет все большие требования к подготовленности спортсмена – увеличивается количество соревнований, плотность демонстрируемых результатов во время соревнований становится все более высокой. В условиях обострения конкуренции в современном лыжном спорте возникает необходимость поиска и внедрения в общепринятую систему спортивной тренировки лыжников-гонщиков высокой квалификации дополнительных нетрадиционных средств и методов, обеспечивающих более эффективное управление работоспособностью в процессе спортивной подготовки.

Влияние гипоксических нагрузок на различные физиологические показатели работоспособности спортсменов в лыжном спорте

Автор: **Кылов Андрей Анатольевич**, кандидат биологических наук, тренер по лыжным гонкам

Современные тренеры, работавшие со сборными командами страны, указывают на использование в тренировочном процессе различных физиотерапевтических методов. Ю.М. Каминский упоминает о применении прессотерапии, миостимуляции, магнитотерапии, В.Д. Литвинцев высказывается о положительной роли использования гипоксикаторов для улучшения адаптации к среднегорной подготовке.

Большая роль среднегорной подготовки в улучшении работоспособности спортсменов

известна с прошлого столетия. Именно поэтому возникли и широко использовались такие базы подготовки как Цахкадзор, Медео, Белмекен и др. Ключевым положительным фактором воздействия на организм в данном случае является наличие гипоксии, которая запускает эритропоэз – процесс усиленного синтеза гормона эритропоэтина. Эритропоэтин, в свою очередь, приводит к омоложению крови, повышению ее кислородтранспортных свойств, что способствует росту работоспособности и выносливости. Вместе с тем, пребывание в горной местности имеет и ряд отрицательных моментов: снижение объема крови за счет уменьшения процентного содержания плазмы и повышение ее вязкости;

меньшая насыщенность воздуха кислородом приводит к замедлению окисления жиров, а также возможному ухудшению настроения и пр. По всей видимости, именно поэтому в начале 2000-ых годов роль среднегорной подготовки снизилась, но увеличилось число допинговых случаев в части использования инъекций эритропоэтина, т.к. это позволяло получать положительный эффект данного гормона, без имеющихся отрицательных сторон горной подготовки.

На основе вышесказанного нами был сформулирован проблемный вопрос: «Возможно ли в условиях отсутствия среднегорья создать гипоксические условия, повышающие работоспособность спортсменов?».

Исходя из этого, в своем исследовании мы решили оценить влияние гипоксических нагрузок на различные физиологические показатели работоспособности спортсменов в лыжном спорте

В исследовании принимали участие 10 спортсменов лыжников МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа №4», города Череповца в возрасте 15-17 лет. Спортсмены были разделены на 2 группы – одна из групп в течение 3 недель подвергалась гипоксическим нагрузкам; другая группа выступала в качестве контрольной.

В работе были использованы следующие диагностические методы:

1. Велозергметрический тест со ступенчато-возрастающей нагрузкой до отказа выполнялся на велозергометре «Monark 828E». Частота вращения педалей составляла 75 оборотов в минуту. Мощность нагрузки повышалась каждую минуту путем увеличения сопротивления на 18,5 Вт. ЧСС во время работы и в первые минуты восстановления фиксировали с помощью пульсометра «Polar S810i». Вклад аэробных и анаэробных источников энергообеспечения при выполнении физической нагрузки определяли по концентрации молочной кислоты (лактата) в крови при помощи анализатора глюкозы и лактата

SuperGL easy. Забор капиллярной крови производили из пальца каждые две минуты, как во время нагрузки, так и в первые 6 минут восстановления после нее.

2. Лабораторное исследование крови – изучали гематологические параметры крови. Забор венозной крови делали в медицинском центре «Родник», утром натощак. С использованием гемоцитометра ВТ 2100 определяли концентрацию гемоглобина (Hb), среднюю концентрацию эритроцитов (RBC), гематокритный показатель (Ht), содержание гемоглобина в эритроците (MCH), средний объем эритроцита (MCV), концентрацию гемоглобина в эритроците (MCHC). Изучение данных гематологических показателей связано с тем, что в комплексе они отражают возрастную состав эритроцитов и реологические свойства крови (ее текучесть). В частности, при одной и той же концентрации гемоглобина, в случае при более высоких показателях



На тренировочных сборах



Летние сборы в ЦЛСиО «Карпово»

RBC (концентрация эритроцитов) текучесть крови будет хуже. Высокий средний объем эритроцита (MCV), высокое содержание гемоглобина в эритроците (MCH) и, напротив, его низкая концентрация (MCHC) характерно для молодых эритроцитов, а они, несмотря на свой большой размер, имеют более эластичную стенку, поэтому лучше проникают в мельчайшие капилляры и обладают большей скоростью передачи кислорода и углекислого газа.

3. Кроме этого, дополнительно использовались методы для оценки физиологического состояния непосредственно под воздействием гипоксических нагрузок. Здесь были использованы лактатометрия, а также пульсоксиметрия (при изучении влияния гипоксических нагрузок).

Пульсоксиметрия проводилась при помощи пульсоксиметра CHOISEMMED MD300C12, определяли сатурацию крови

(насыщенность крови кислородом, %) при воздействии гипоксических нагрузок.

Перед проведением цикла гипоксических нагрузок нами была проведена оценка работоспособности, а также гематологических показателей крови. Далее схема проведения гипоксических нагрузок заключалась в том, что 5 человек (экспериментальная группа) в течение первых 10 дней выполняли процедуры дыхания с дыхательным тренажером Карбоник по 15 минут утром и 30 минут вечером. В дальнейшем нами была проведена процедура усовершенствования тренажера «Карбоник» путем присоединения маски от респиратора, удлинения шланга и установки лямок для перевозки. Это позволило создавать дополнительные гипоксические нагрузки даже во время тренировочных занятий (рис. 1).

Последующие 10 дней гипоксические нагрузки с использованием «Карбоник» включали работу на тренировках, чередуя работу с ним в течение 10 минут, потом без него в течение 10 минут. Дополнительно применяли железосодержащий препарат «Сорбифер Дурулес» по 1 таблетке в день. Включение железосодержащей терапии необходимо при проведении гипоксических нагрузок, т.к. при активации эритропоэза важно наличие запасов железа в организме. В контрольной группе железосодержащая терапия была включена для чистоты эксперимента. Данный препарат и процедура не является допинговой, кроме этого, получено письменное разрешение на употребление данного препарата в указанных дозах данным спортсменам (по результатам гематологических анализов) от врача физкультурного диспансера. Тренировочная работа в обеих группах носила одинаковую направленность и объем.

При проведении гипоксических нагрузок в покое и на тренировке нами была проведена оценка физиологических показателей (таблица 1).

Таблица 1

Изменение физиологических показателей при проведении гипоксических нагрузок в покое и на тренировке

		Среднее значение	Достоверность различий
покой	Sat до процедуры (%)	97,3±0,17	0,54
	Sat во время процедуры (%)	96,5±0,42	
тренировка	Sat без маски	98,2±0,22	0,0034
	Sat с маской	95,5±0,51	
	Lac без маски	1,9±0,22	0,98
	Lac в маске	2,0±0,31	

Как мы видим, при дыхании с тренажером в состоянии покоя происходит небольшое снижение сатурации крови кислородом, но без достоверной значимости. При дыхании во время тренировки снижение сатурации достоверно значимо; при этом не наблюдается изменений концентрации лактата. Стоит отметить, что на равномерных тренировках с использованием гипоксикатора спортсмены испытывали существенное напряжение внешнего дыхания (значительное повышение его глубины и частоты). Традиционно, такое дыхание у спортсменов наблюдается при выполнении скоростных (повторных, кон-

трольных) тренировок, однако увеличение частоты дыхания в этих случаях всегда происходит совместно с ростом ЧСС и концентрации лактата. В нашем случае, эти физиологические показатели, казалось бы, всегда неразделимые, в совокупности имели иную картину – напряженное дыхание не сопровождалось высокими значениями ЧСС и концентрации лактата.

После проведения данной работы в течение 3 недель нами была вновь проведена оценка работоспособности, а также гематологических показателей крови (таблица 2).

Таблица 2

Изменение физиологических показателей после проведения курса гипоксических нагрузок

показатель	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	до	после	До	после
Hb, g/L	145	150	143	146
RBC, *10 ¹² /L	4,8	4,9	4,6	4,7
MCV, fL	90,8	90,5	92,3	93,7
MCH, pg	30,1	30	30,6	30,9
MCHC, g/L	332,6	332	332	330,3
W достигнутая/кг, Вт/кг	4,4	4,5	4,5	4,6
Lac max, ммоль/л	9,9	8,3	8,7	8,4
ЧСС макс, уд/мин	192	191	192	187
ЧСС восст 30с, уд/мин	175	171	170	161
ЧСС восст 60с, уд/мин	164	160	160	151
ЧСС восст 90с, уд/мин	152	151	148	140
ЧСС восст 120с, уд/мин	145	142	140	132

* жирным цветом выделены изменения, имеющие достоверный уровень значимости

Результаты, представленные в таблице, показывают, что существенного и статистически достоверного роста концентрации гемоглобина не наблюдается ни в одной из групп. При этом в экспериментальной группе отмечаются положительные изменения отдельных гематологических показателей крови – в частности увеличение среднего объема эритроцитов (MCV); снижение средней концентрации гемоглобина в эритроците (MCHC). Это как раз позволяет судить об омоложении эритроцитарной массы, что в свою очередь улучшает реологические свойства крови и ее кислородтранспортные функции. Косвенным подтверждением этого является установленное достоверное снижение ЧСС в экспериментальной группе, как во время нагрузки, так и в период восстановления после нее.

Вместе с тем, в группах не наблюдается изменений в работоспособности. Это объясняется большой сложностью понятия работоспособность и огромным количеством факторов, из которых она складывается. Имеются схожие исследования, в которых спортсмены подвергались какому-либо воздействию, при этом в дальнейшем не наблюдались изменения работоспособности, но указывалось на изменения отдельных физиологических параметров организма. В частности в исследовании Р.В. Тамбовцевой изучалось влияние β-аланина на аэробную работоспособность спортсменов. После курсового применения препарата у спортсменов не было установлено повышения работоспособности, более того – прослеживается тенденция к ее уменьшению в среднем на 2%. При этом автором подчеркивается существенные изменения в показателе утилизации кислорода – он снижается на 2,4%, что, по мнению Р.В. Тамбовцевой, характеризует большую восприимчивость кислорода организмом и меньшее содержание кислорода в выдыхаемом воздухе.



Использование усовершенствованной модели тренажера «Карбоник» во время тренировочных занятий

Таким образом, несмотря на отсутствие изменений в работоспособности, мы можем судить о положительном эффекте использования цикла гипоксических нагрузок.

Исходя из полученных результатов исследования, можно сделать следующие рекомендации:

1. Применение гипоксических нагрузок более целесообразно использовать со спортсменами, имеющими высокие значения ЧСС при тренировочных и соревновательных нагрузках. Это обусловлено тем, что работоспособность данных спортсменов, вероятней всего, ограничена возможностями сердечно-сосудистой системы. Использование процедур с гипоксическими нагрузками позволит положительно влиять на систему красной крови, в частности способствовать ее омоложению, что в свою очередь приведет к росту

реологических свойств крови и улучшенным кислородтранспортным функциям. Данные изменения будут способствовать повышению и общей работоспособности спортсменов.

2. Несмотря на отсутствие достоверных изменений в показателях работоспособности при использовании цикла гипоксических нагрузок, они могут быть рекомендованы перед выездами в условия среднегорья – для ускорения процессов акклиматизации в горной местности. Данное предположение обосновано нами установленными изменениями показателей системы красной крови. Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что гипоксические нагрузки способствовали активизации процессов эритропоэза, характерного для пребывания спортсменов в среднегорье. Повышенные концентрации эритропоэтина, при проведении гипоксических нагрузок при пребывании в отсутствии высоты, будут способствовать запуску изменений, происходящих в горной местности, позволяя в дальнейшем быстрее пройти гонную акклиматизацию.

Список литературы

1. Каминский Ю.М.: *прямая линия с читателями журнала «Лыжный спорт»*. Режим доступа: <https://www.skisport.ru/news/line/93817/>
2. Тамбовцева Р.В., Жумаев О.С. *Влияние β-аланина на аэробную работоспособность спортсменов // Актуальные проблемы экологии и здоровья человека: Материалы V Междунар. науч.-практ. конф. (Череповец, 17 мая 2017 г.) / отв. за вып. З.С. Варфоломеева. Череповец: Череповецкий государственный университет, 2017. 120 с.*

Во время тренировочных занятий. ЦЛСиО «Карпово»





Российское антидопинговое агентство обеспокоено ростом количества нарушений антидопинговых правил в 2018 году по сравнению с прошлым годом и настоятельно рекомендует всем отечественным спортсменам пройти онлайн образовательный антидопинговый курс на сайте РУСАДА и получить соответствующий сертификат. Об этом сообщила ТАСС первый заместитель генерального директора РУСАДА **Маргарита Пахноцкая**

*Первый заместитель генерального директора РУСАДА
Маргарита Пахноцкая*

РУСАДА настаивает, чтобы все спортсмены России прошли образовательный антидопинговый курс

«В рамках реализации национальной антидопинговой политики, а также в связи с увеличением количества нарушений антидопинговых правил в 2018 году (а на сегодняшний день эта цифра превышает количество нарушений за 2017 год) РУСАДА настоятельно рекомендует всем спортсменам пройти образовательный антидопинговый онлайн-курс на сайте РУСАДА и получить сертификат, - сказала Пахноцкая. - Особенно это касается тех, кто впервые был включен в пулы допинг-тестирования. На сегодняшний день количество спортсменов, находящихся в пуле и имеющих сертификат о прохождении обучения, составляет 14 процентов, что является крайне низким показателем».

«РУСАДА, со своей стороны, регулярно направляет соответствующие письма в на-

циональные федерации, в которых просит обратить внимание на антидопинговое образование их спортсменов. Мы также направили проект документа о прохождении образовательного антидопингового курса для включения в рекомендации для общероссийских спортивных федераций по вопросам взаимодействия допингу в спорте», - добавила собеседница агентства.

По словам Пахноцкой, Всероссийские федерации керлинга и легкой атлетики, а также Паралимпийский комитет России уже обязали всех своих спортсменов, а также персонал сборных, пройти этот антидопинговый курс. Российский футбольный союз сделал прохождение антидопингового курса обязательным условием для персонала.

Пресс-служба Минспорта РФ

О реализации антидопинговых мероприятий в Вологодской области за I полугодие 2018 года

В соответствии с антидопинговой деятельностью Министерства спорта Российской Федерации и в целях реализации мероприятий в рамках региональной программы «Организация антидопингового обеспечения в Вологодской области на 2017-2021 г.г.» все обучающиеся, воспитанники СДЮСШОР, ДЮСШ, спортсмены, тренеры, тренеры-преподаватели, специалисты в области физической культуры и спорта должны знать, руководствоваться и неукоснительно соблюдать регламентирующие документы по антидопинговой деятельности.

Для реализации Программы методический отдел АУ ФКиС ВО «ЦСП ССКО» рекомендовал руководителям физкультурно-спортивных организаций Вологодской области организовать работу по следующим направлениям: реализация просветительских программ и информационных мероприятий для целевых аудиторий; организация работы по антидопинговому обеспечению, на официальном сайте учреждения создать закладку «Антидопинг» и разместить материалы по данной теме.

Для проведения антидопинговых мероприятий в учреждения были направлены методические материалы.

За первое полугодие 2018 года в реализации программы приняли участие 5 учреждений региона, в работу вовлечены 5418 участников.



В Вологодском государственном университете



В спортивной школе



На уроке

Женская сборная волейбольная команда ЧГУ представляла область на VI Всероссийской летней Универсиаде

С 28 июня по 5 июля 2018 года в городе Белгороде проходила VI Всероссийская летняя Универсиада, которая собрала более 1 500 спортсменов. Были выявлены лучшие спортсмены из 40 вузов России. Студенческие команды состязались в семи видах спорта. В частности, в волейболе, гандболе, настольном теннисе, регби-7, тхэквондо-ВТФ, фехтовании и шахматах.

Женская сборная Череповецкого государственного университета приняла участие в соревнованиях по волейболу. За первенство боролись команды из Череповца, Омска, Тамбова, Челябинска, Уфы, Белгорода, Махачкалы, Самары, Санкт-Петербурга, Барнаула, Москвы, Казани, Владивостока и Краснодар. В итоге женская сборная ЧГУ заняла достойное 6-е место, войдя в десятку лучших.



Открытие соревнований



В составе команды от университета были:

1. **Гончарова Алина Сергеевна**
(гр. 4ПСД-01-11оп)
2. **Соболева Ирина Игоревна**
(гр. ЗДАС-01-11оп)
3. **Евстигнеева Ксения Константиновна**
(гр. 9ФКб-01-11оп)
4. **Бузанова Ольга Игоревна**
(гр. 1МРпб-01-11)
5. **Беликова Полина Алексеевна**
(гр. 9ФКб-01-11оп)
6. **Цыплакова Мария Андреевна**
(гр. 4ПСД-01-41оп)
7. **Соколова Екатерина Николаевна**
(гр. 4ПСД-01-11оп)

Поздравляем наших спортсменок и желаем успехов в дальнейших достижениях.

Команда принесла области 12 очков. По результатам общекомандного первенства среди субъектов Российской Федерации Вологодская область заняла 30 место.

Спорт в Вологодском государственном университете

Автор: **Андрей Губарев**,
председатель спортивного клуба ВоГУ
Фото автора.

В завершившемся учебном (он же и спортивный) году спортсмены Вологодского государственного университета одержали очередную – пятую подряд! – победу в спартакиаде образовательных учреждений высшего образования Вологодской области.

ВоГУ единственный ВУЗ принявший участие во всех проведенных видах, в семи из которых одержаны победы и уже вторую спартакиаду подряд мы обходимся без третьих мест, не говоря уж о четвертых и т.п.

Залог успеха, считаю, в успешной работе 18 секций по мини-футболу, баскетболу, волейболу, легкой атлетике, настольному теннису, гиревому спорту и атлетической гимнастике, алтимат фрисби, лыжным гонкам, подводному плаванию. Кстати, многочисленные соревнования проводятся и по другим видам: бадминтону, дартс, шахматам, пляжному волейболу, армспорту, уличному баскетболу (3x3), КСУ (комплексным силовым упражнениям), эстетической гимнастике и др. Спортивная база университета (которая, разумеется, нуждается в совершенствовании) это позволяет. Активно и эффективно работают на общий результат кафедры факультета физической культуры (декан Г.А. Федорова) совместно со спортивным клубом.



Сборная команда университета по лыжным гонкам



С ректором ВоГУ Вячеславом Приятелевым



Преподаватели всегда рядом



Награждение победителей

Проводятся многочисленные мероприятия внутри факультетов (с нового учебного года их сменяют институты) в рамках подготовки к спартакиаде ВоГУ. В 2018-19 у.г. пройдет спартакиада с порядковым номером 45 по 9 видам спорта. В течение всего учебного года сборные команды по игровым видам спорта принимают участие в чемпионатах города и области, где соревнуются с сильнейшими коллективами, во многих из которых выступает внушительное количество наших выпускников.

Весомы достижения спортсменов ВоГУ в различных видах спорта. Женская сборная по волейболу победитель финала 1 лиги Чемпионата России (зона СЗФО) 2018 г. Мужская и женская сборные победители и призеры чемпионатов города и области, СЗФО, финалисты всероссийских летних универсиад 2014 г. в Казани (юноши) и 2016 г. в Белгороде (девушки). Мужская и женская команды «пляжников» на всероссийских соревнованиях в Москве в 2015 г. вошли в десятку лучших.

Неоднократными победителями и призерами первенств города, области и СЗФО становились мужская и женская команды университета по мини-футболу. Так мужская команда в 2016 году стала четвертой во всероссий-

ском финале в рамках проекта «Мини-футбол в ВУЗы», победив перед этим в межвузовской спартакиаде и на первенстве СЗФО.

Баскетболистки ВоГУ два года подряд добивались права участия в «финале четырех» первой лиги России (2014-15 г.г.), побеждали в открытом Чемпионате Ярославской области «Золотое кольцо» (2015, 2018 г.). Сравнительно новый вид спорта «флаинг диск» (более известный как алтимат фрисби) в 2016 году признанный МОК олимпийским и получивший аккредитацию в областном департаменте ФКиС успешно развивается в ВУЗе. Наша команда становилась победителем этапов Чемпионата России среди студентов в г. Белгороде (2015 г.), Нижнем Новгороде и Вологде (2016-18 г.). На первом международном турнире в Минске (2016 г.) – почетное пятое место. В этом году студенческая ВоГУ стали серебряными призерами чемпионата России среди ВУЗов по сумме четырех этапов.

Необходимо отметить, успешное участие студентов ВоГУ в таких мероприятиях как: победа в областном зимнем фестивале ГТО (2018 г.), восхождение на Эльбрус выпускников специальности «Защита в чрезвычайных ситуациях» в рамках празднования 15-летия Всероссийского студенческого корпуса спасателей (ВСКС), в ставших давно традиционными и победными «Кроссе наций», «Лыжне России», эстафетах по улицам города, посвященным празднику День Победы. За последние три года семи студентам присвоено звание мастеров спорта РФ (пауэрлифтинг, бокс, дартс, лыжные гонки, гиревой спорт). За спортивные достижения на всероссийских соревнованиях членам женской сборной по волейболу и мужской по мини-футболу присвоено звание кандидатов в мастера спорта.

Среди сильнейших спортсменов ВоГУ ставших победителями и призерами в личном и командном зачетах на областных, межрегиональных и всероссийских соревнованиях Ксения Тугуши, Егор Сергеев (самбо и

дзю-до), Даниил Росляков, Алексей Киселев, Максим Новослугин, Александр Кошелев, Дмитрий Шульгин, Ксения Борисова (легкая атлетика), Кирилл Мелентьев, Илья Сивов, Любовь Баландина, Ирина Стеблева (лыжные гонки и зимний полиатлон), Даниил Молоков, Анастасия Березина (настольному теннису), Ольга Федотова, Мария Кузнецова, Анна Захаренкова, Ульяна Кухтина, Ирина Шубейкина, Игорь Ладилев, Роман Волков (волейбол, пляжный волейбол), Екатерина Оносова, Иван Зинченко (баскетбол). Всех просто не упомянуть! Добавлю лишь, что деление многих упомянутых спортсменов по видам спорта (особенно таким как лыжи, полиатлон, кросс, легкая атлетика, ГТО) довольно условно, ввиду универсализма спортсменов.

Вместе со спортсменами будет справедливо упомянуть наставников, наиболее отличившихся сборных: Н.Н. Мелентьева, Н.В. Румянцева, С.Г. Вьюшин, И.Ю. Ермолаева, И.Е. Рогулин, С.А. Родионов, Н.В. Ульянова, Е.В. Луценко, С.В. Романов, В.В. Евстигнеев и др.

Радует отношение нового руководства университета к проблемам студенческого спорта. Одним из признаков этого является проведение в конце мая мероприятия по подведению итогов спортивного учебного года с приглашением ведущих спортсменов, тренеров, организаторов спорта и всего руководства. Награды лучшим спортсменам и их наставникам вручил исполняющий обязанности ректора университета Вячеслав Приятелев, отметив, что учебный год был насыщен разными событиями, но среди основных направлений работы одним из самых важных и ключевых является спортивное.

«Это оправдано, потому что в конкурентном мире выживает сильнейший. Крайне важно, чтобы наши выпускники соответствовали этим требованиям, были энергичными и здоровыми» подчеркнул Вячеслав Приятелев.

Необходимо упомянуть, что практически любое значимое спортивное мероприятие,

прошедшее в ВУЗе или за его пределами с участием наших студентов активно освещается на сайте университета, в газете «Аудитория», в социальных сетях, что очень важно исходя из целей пропаганды физической культуры и спорта.

Среди проблем, имеющих в студенческом спортивном движении, я бы назвал несовершенство нормативно-правовой законодательной базы развития студенческого спорта; дефицит финансовых ресурсов; недостаточный уровень развития материально-технической базы; дефицит спортивных сооружений и их возрастающая арендная стоимость плюс загруженность студентов. Учебная программа мало рассчитана на параллельные занятия спортом, и у студентов зачастую нет ни условий, ни времени, ни мотивации для того, чтобы активно заниматься спортом, не нанося вреда своей успеваемости, не говоря уже о выходе на профессиональный уровень после окончания университета. Разумеется, задача если не полностью решить перечисленные проблемы, то, по крайней мере, серьезно их минимизировать должна быть приоритетна для всех, кто причастен к студенческому спорту. Ведь это целый мир, полный ярких ощущений и настоящих эмоций. Это тренировки, борьба, разочарования и победы. Это гордость за себя и свой родной вуз.



Анастасия Березина



© Фото Андрея Демина

Женская команда Вологодской области - победитель Финала летней Спартакиады молодежи-2018 по волейболу

7 июля 2018 года стартовал главный российский волейбольный турнир года. Нет, мы не сошли с ума, не потеряли ориентацию во времени и пространстве и знаем, что до Чемпионата Мира еще далековато. Но речь все не о волейбольном «мундиале»...

В Пензе прошел серьезный турнир. В городе на реке Суре с 7 по 14 июля состоялись волейбольные соревнования IV летней Спартакиады молодежи России. Если не знаете, то сейчас мы вам обо всем расскажем...

Итак, если коротко – Спартакиада — это не

просто круто, а очень круто, потому, что:

— это одно из немногих комплексных соревнований в нашей стране, проводящихся по типу Олимпийских игр по очень многим видам спорта, как правило в одном городе или регионе;

— здесь борются не на жизнь, а на... друг с другом регионы, идет нешуточный командный зачет, подсчитываются очки (это главное), складывающиеся из голов, секунд и т.п., добываемых спортсменами;

— по завершении награды, ордена, звания премии находят своих героев, а у кого-то

и «летят» головы;

— молодежная Спартакиада бывает раз в четыре года и к ней начинают готовиться за год.

Кстати, о наградах. Шерстя как-то профайлы наших известных нынешних волейболисток (специально не будем называть фамилий), не раз натыкались на с гордостью занесенные в историю строчки с упоминанием спартакиадных медалей... значит, не забывают девушки о том, с чего начиналась их слава. Хотя, справедливости ради заметим, что не у всех «звезд» сошлись звезды Спартакиады: или не смогли со сборной своего региона пробиться в призеры, или вовсе не попадали в такую сборную по тогдашней своей силушке. Всякое бывало...

Спартакиада важна для регионов. Прошел отбор на Спартакиаду – уже здорово! Ибо самим фактом выхода в финал принес зачетные очки своей области. Кстати, попасть в финальный этап отнюдь непросто. Соискатели проходят многоступенчатый отбор. В этих стартах играют, плывут, бегут и едут молодые люди, действительно сильнейшие спортсмены своих областей, многие из которых уже засветились на профессиональном уровне, искренне принося славу своей малой родине...

Мы несколько отвлеклись от собственно волейбола, так что самое время рассказать, кто и во что играл в Пензе. А играли девушки, а играли в волейбол. Девушки-красавицы возрастом до 18 лет. Всего двенадцать команд (Москва, Санкт-Петербург, края – Приморский, Краснодарский, Красноярский, области – Московская, Вологодская, Свердловская, Тюменская, Ростовская и две республики – Татарстан и Удмуртия). Сразу вспоминаем и прикидываем – где у нас есть клубы Суперлиги, Вышки А, Молодежной лиги. Вспомнили? Да-да, костяк команд составляют девушки из этих клубов. Интересно, что спартакиадный турнир изначально должен был пройти в конце июля, однако, на эти сроки оказались еще и запланированы сборы российской «молодежки» U-20, готовящейся к своим соревнованиям. В интересах



© Фото Андрея Демина



сборной и, учитывая просьбы с мест, сроки были сдвинуты, с тем, чтобы все сборницы смогли сыграть за свои регионы.

Турнир скоротечный, формат жесткий. Две группы по шесть, первые две сборные выходят в полуфинал, где и начинают бороться за медали. Остальные по той же схеме (полуфинал и финал) разыгрывают места 5-8 и 9-12.

Финальная часть турнира, в которой непосредственно разыгрывались медали, прошла очень интересно, особенно в пультке за 1-4 места. Первый полуфинал, который был достоин и статуса главного матча, в драматичной борьбе выиграли представительницы Вологодской области, переигравшие на тай-брейке фаворитов – команду Москвы. Напомним, что вологодские волейболистки (читай, из Череповца) прошли в финальный квартет, говоря бильярдным языком, «на тоненького». По микроскопическому преимуществу соотношения мячей во всех играх в 0,02 (!) сотых очка (1, 25 против 1, 23) над сборной Краснодарского края (это вроде как разница в пять очков примерно по итогам всех встреч). А москвички, наоборот, катком прошли по своим пяти соперникам в групповом турнире и выглядели потенциальными чемпионками. Уступив в первом сете (21:25), вологодские волейболистки дожали Москву во второй партии (26:24), затем на кураже выиграли третью – 25:18. Однако, фавориты не сдавались, выиграли четвертый сет – 25:17, на тай-брейке боролись до последнего, но в концовке больше повезло соперницам – 15:12 в пользу Вологды.

В другом полуфинале увереннее выглядели волейболистки Свердловской области, переигравшие команду Татарстана – 3:0 (25:14, 25:16, 25:18).

В «бронзовом» поединке, огорченные поражением днем раньше, москвички были явно сильнее Татарстана – 3:0 (25:17, 25:19, 25:12).

Финальная игра прошла также интересно, как и подобает решающему поединку за награды молодежной Спартакиады, которая, напомним, проводится раз в четыре года. Спортсменки Вологодской и Свердловской областей были достойны друг друга, борьба шла все три сета, первые два закончились с одинаковым счетом 25:22 в пользу Вологды, в третьем они также оказались удачливее – 25:17. 3:0 – и «золото» Спартакиады уезжает в Череповец!

Большой успех, которому рады на Вологодчине все: и сами волейболистки, и их наставники, родные и близкие, а также спортивные руководители области. Поздравляем!

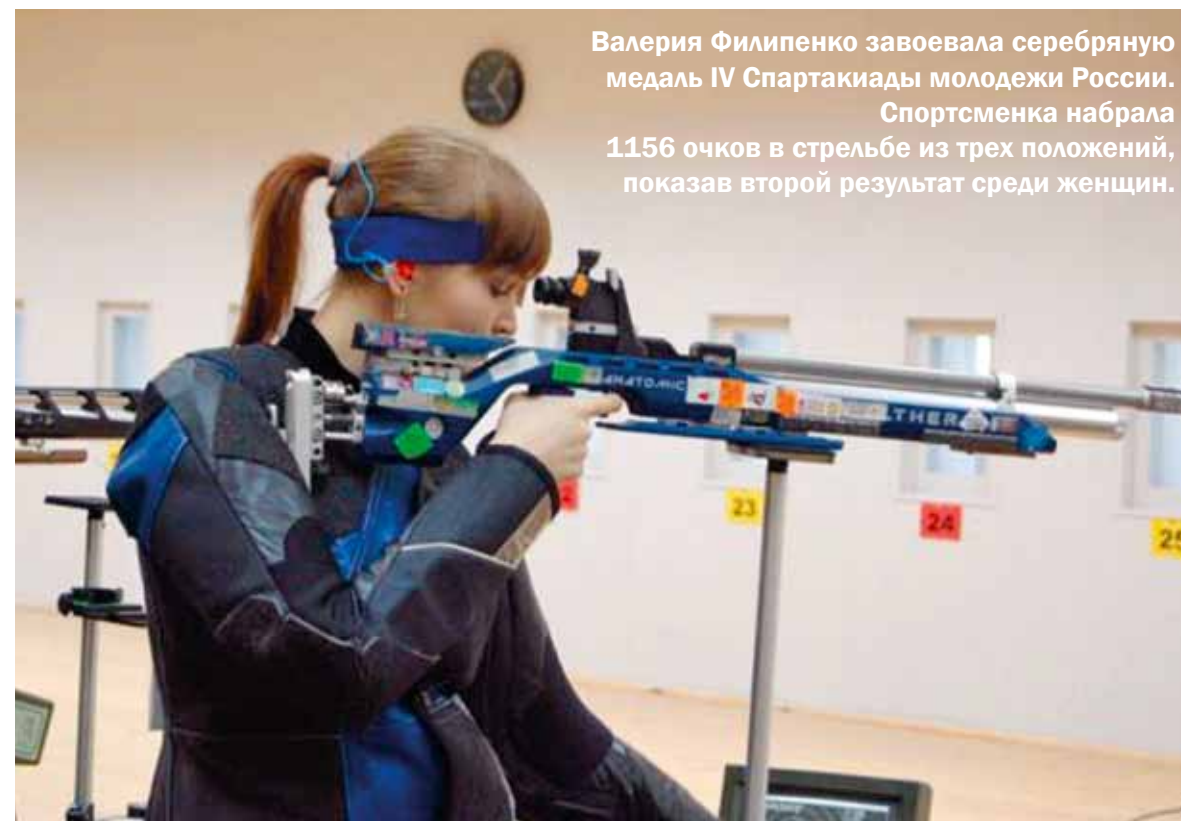
Вот кто играл за сборную Вологодской области на Спартакиаде: Алена Барболина, Зарина Воситова, Александра Борисова, Виктория Пушина, Нина Шевелева, Ольга Новикова, Дарья Рубей, Анастасия Богомолова, Ирина Соблева, Дарья Горян, Ольга Фролова, Наталья Пастухова.

Поздравляем наших девушек и тренерский штаб (Мясникова Татьяна, Павлов Кирилл, Лапин Андрей!

Вот они, итоги Спартакиадного турнира по волейболу среди юниорок 2000-2001 гр.

1. Вологодская область
2. Свердловская область
3. Москва
4. Республика Татарстан
5. Красноярский край
6. Краснодарский край
7. Московская область
8. Удмуртская Республика
9. Санкт-Петербург
10. Приморский край
11. Тюменская область
12. Ростовская область

По материалам блога о женском волейболе
<http://womenvolley.ru/>



Валерия Филипенко завоевала серебряную медаль IV Спартакиады молодежи России. Спортсменка набрала 1156 очков в стрельбе из трех положений, показав второй результат среди женщин.

Участниками финального этапа летней спартакиады стали более 100 молодых российских стрелков в возрасте от 21 до 27 лет, представляющих 21 регион России.

В программу соревнований включены олимпийские упражнения – пневматическая и малокалиберная винтовка, пневматический пистолет, стандартный малокалиберный пистолет и произвольный малокалиберный пистолет. Валерия прошла отбор и стала единственной представительницей в пулевой стрельбе от Вологодской области.

Валерия Филипенко – мастер спорта России международного класса по пулевой стрельбе, член сборной России. Участвовала в первенствах мира, становилась чемпионкой и призером первенств, Кубка и чемпионата России по пулевой стрельбе, победитель международных соревнований. Мастером спорта международного класса Валерия стала в 19-летнем возрасте, всего спустя пять лет после начала занятий пулевой стрельбой.

**Валерия Филипенко –
серебряный призер
IV Спартакиады молодежи
России 2018 года
по пулевой стрельбе**





Золотую медаль Всероссийской Спартакиады молодежи России привез в Вологду молодой легкоатлет Данил Росляков. В беге на дистанции 200 метров он показал результат 20,79 секунды. Финальные соревнования по легкой атлетике прошли в Челябинске с 26 по 29 июля, и там Данилу также удалось пополнить свою коллекцию «бронзой», войдя в тройку лидеров эстафеты на стометровке.



Обгоняя секунды: Данил Росляков

Звезда спортивной карьеры взошла над горизонтом Данила совсем недавно – менее шести лет назад. В детстве все началось с секции по плаванию и футболу, а к старшим классам прыгучий мальчик оказался защитником в школьной баскетбольной команде «В 9 классе выступал на городских соревнованиях за школу, - рассказывает Данил, - Там меня и заметил Александр Дантонович Синицкий, пригласил попробовать заниматься легкой атлетикой».

Попасть к заслуженному тренеру России, воспитавшему целую плеяду именитых

спринтеров, было огромной удачей. Поэтому еще в 10 и 11 классах школы Данил приступил к тренировкам: «Сразу же начал бегать короткие дистанции, они у меня получались. Тогда еще была 60-метровая на улице – сейчас только в помещении». Первый успех пришел на городских соревнованиях, а затем Данил начал выступать в регионах и выполнил кандидатские и мастерские нормативы.

Войдя во вкус, спортсмен начал пополнять свою коллекцию наград. Призовые места принесли ему выступления на окружных первенствах и чемпионатах России. Если взгля-

нуть на график прогресса Данила Рослякова, можно видеть взлеты и падения, но прослеживается общая тенденция улучшать свой результат. В 2017 году в Саранске на молодежном первенстве России Данил занял первое место в дистанции 200 метров и второе – в эстафете. А чуть ранее в этом году спортсмен завоевал еще две медали на первенстве России по легкой атлетике среди юниоров и юниорок до 23 лет: в беге на дистанции 100 м у мужчин занял второе место с результатом 10.52 секунды, а на дистанции 200 м среди юниоров замкнул тройку лидеров с результатом 21.05 секунды.

Как рассказал Данил, к Спартакиаде он подошел уверенным в своих силах, дав себе установку «выбежать из 21 секунды», не теряя головы и сохраняя техничность. По сравнению с первенствами в этом состязании участвовали и спортсмены более высокого уровня, так что пришлось конкурировать. Возможно, именно это помогло сконцентрировать все внимание и реализовать задуманное. На сегодняшний день на дистанции 200 метров лишь две сотые секунды отделяют Данила Рослякова от первой строчки в общем рейтинге российских бегунов, а на стометровке он входит в ТОП-10.

«Вообще это самый успешный сезон за мою карьеру», - подытоживает спортсмен. В будущем же сезоне наш земляк-атлет намерен удерживать за собой призовые места, невозмутимо отмечая, что у него достаточно времени для тренировок и ничто не мешает ему сохранять прекрасную форму. Физическая подготовка, по мнению Данила, - это 80 процентов победы, остальные 20 процентов – психологическая составляющая. И этот аспект, похоже, дается Данилу сам собой. А иногда... даже погода помогает.

«Все рекорды я показал в дождь, - улыбается спортсмен. - Люблю воду. Хотел дождь и в Челябинске, и в Казани. Ненавижу жару во всех её проявлениях».



Юный спортсмен



2012 год. Хорватия



Областные соревнования на призы газеты «Красный Север»



Итоги спортивного праздника в рамках XXIX Всероссийского Олимпийского дня, посвященного Юношеским Олимпийским играм 2018 года в г. Буэнос-Айресе (Аргентина)

30 июня в Череповце, на центральной арене одного из старейших спортивных сооружений города, популярном месте активного отдыха череповчан, стадионе «Металлург», муниципального автономного учреждения «Спортивный клуб Череповец», прошел спортивный праздник в рамках XXIX Всероссийского Олимпийского дня.

Мероприятие проводилось с целью:

- привлечения горожан к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни;
 - пропаганды Олимпийского движения
- Основой мероприятия стали соревнования по бегу на скорость – эстафета 10x200 метров, а так же забег на Олимпийскую милю.

В эстафете приняли участие команды:

- команда Центра развития футбола МАУ «Спортивный клуб Череповец»,
- команда отделения гиревого спорта ДЮСШ №3,
- команда отделения бокса ДЮСШ №3,
- сборная команда отделений лыжных гонок и биатлона ДЮСШ №4,
- сборная команда отделений спортивного ориентирования и шахмат ДЮСШ №4,
- команда отделения конькобежного спорта ДЮСШ №2,
- 2 команды отделения легкой атлетики ДЮСШ №2,
- команда ДЮСШ №9 по конному спорту,
- команда СДЮСШОР по волейболу.

Призовые места распределились следующим образом:

3 место – команда отделения конькобежного спорта ДЮСШ № 2.

2 место – команда № 2 отделения легкой атлетики ДСШ № 2.

Победителями эстафеты стала команда № 1 отделения легкой атлетики ДСШ № 2.

По итогам спортивного праздника в рамках XXIX Всероссийского Олимпийского дня все участники получили сертификаты участников соревнований.

В забеге на Олимпийскую милю приняли участие ветераны спорта, спортсмены спортивных отделений детско-юношеских спортивных школ города и просто горожане, любители бега

Возглавили забег:

– Мастер спорта международного класса по конькобежному спорту, участник Зимних Олимпийских игр 2014 года, победитель и призер Кубка Мира, многократный призер Чемпионатов России по конькобежному спорту, победитель Кубка России, серебряный призер Кубка Мира сезона 2017\18 гг. **Артем Кузнецов.**

– Мастер спорта России по конькобежному спорту, серебряный призер первенства России, победитель Спартакиады учащихся России в личном и командном зачете, победитель Всероссийских соревнований **Артем Арефьев.**

– Мастер спорта России по биатлону, призер чемпионата мира по летнему биатлону, многократный победитель и призер международных и всероссийских соревнований по биатлону **Анна Бойцова.**

– Мастер спорта международного класса по полиатлону, абсолютная чемпионка мира **Маргарита Вершинина.**

– Мастер спорта международного класса по полиатлону, абсолютный чемпион мира **Иван Вершинин.**

– Мастер спорта по лыжным гонкам, мастер спорта по спасательному спорту, многократный победитель областных марафонов по лыжным гонкам, победитель чемпионата Северо-Запада по спасательному спорту **Андрей Румянцев.**

Хорошее настроение на протяжении всего праздника всем собравшимся создавали участницы группы поддержки Континентальной Хоккейной Лиги, чирлидеры MaRHINOS и MaRHINOS юниор.



Начальник Департамента физической культуры и спорта Сергей Фокичев



Награды



Сергей Селюцкий, Илья Беляев, Кирилл Лужинский, Алексей Никитин, Надежда Кузьминская

Поздравляем победителей и призеров соревнований!

Вологжане завоевали медали Чемпионата России по лёгкой атлетике



С 19 по 22 июля в Казани прошел 99-ый Чемпионат России по легкой атлетике, в котором участвовали более 800 спортсменов из 64 регионов страны. По итогам соревнований череповецкие спортсмены отделения легкой атлетики «ДЮСШ № 2» завоевали пять медалей: 2 – золота, 3 – бронзы.

Екатерина Коршунова завоевала две золотые медали на всероссийских соревнованиях

В с. Игнатово Московской области с 28 августа по 4 сентября прошли Кубок России по стрельбе из малокалиберного оружия и Всероссийские соревнования по стрельбе из пневматического оружия на призы Президента Стрелкового Союза России. В упражнении МПП-60 (стрельба из произвольного пистолета на дистанции 50 метров) среди женщин Екатерина Коршунова с результатом 543 очков поднялась на I ступень пьедестала. В упражнении ПП-60 Екатерина показала лучший результат 577 очков и заняла первое место.



Дважды поднималась на бронзовую ступень пьедестала Черняева Елена - на дистанциях 100 м. - 11.51 сек. и 200 м. - 23.53 сек., так же Елена стала Чемпионом России в эстафете 4x100 м - 44.93 сек.

Чемпионом России в эстафете 4x400 м стал Максим Рафилович с результатом 3 мин.04.90сек.

Дмитрий Шкуропатов в эстафете 4x100 м. завоевал бронзовую медаль, его результат – 39.86 сек.

Спортсменов готовили тренеры Смелов Николай Анатольевич и Селюцкий Сергей Анатольевич. Поздравляем спортсменов и их тренеров с отличным результатом.



Команда Вологодской области - вице-чемпион командных соревнований 25-го Международного шахматного фестиваля «Кубок Волги-2018».

626 спортсменов из стран ближнего и дальнего зарубежья и регионов России приняли участие в 25-м юбилейном Международном шахматном фестивале «Кубок Волги» с зачетом Детского Кубка РФ, прошедшем в Костроме со 2-го по 12 июля.

Более двух десятков вологжан представили нашу область, в основном учащиеся ДЮСШ «Спартак» и череповецкой «ДЮСШ-4». Личные достижения вологжан: 3 место у Михаила Суринова (среди мальчиков до 9 лет) и 1 место у Валерия Морозова (среди юношей до 17 лет); у череповчан: третьи места у Владимира Счетчикова (среди ветеранов 65+), у Артемия Гоголева (среди мужчин в «быстрые» шахматы) и у Александра Тимошкина (среди юношей до 17 лет).

В командном зачете сборная области в составе вологжан Михаила Суринова, Константина Жукова, Валерия Морозова, а также череповчанина Руслана Яроша завоевала второе место, уступив одно очко Московской области. На третьем месте - команда Москвы.

Поздравляем спортсменов и тренеров А.Н. Поникаровского и В.А. Казакова с блестящим выступлением!



Сборная Вологодской области - серебряный призёр Чемпионата России по городскому спорту.

11 июля сборная Вологодской области заняла второе место на Чемпионате России по городскому спорту, в группе, обыграла команду Крыма в 1/4 финале и вышла в полуфинал. 12 июля состоялись решающие игры Чемпионата России. Не хватило чуть-чуть до чемпионов. Мы вторые. С одной стороны приятно занять призовое место (последний раз мы были вторыми в 2001 году), с другой стороны не покидает ощущение, что «могли бы». Тем не менее, поздравляем спортсменов с успехом, желаем дальнейших побед!



Команда Вологодской области - серебряный призёр Первенства России по ловле поплавочной удочкой.

Поздравляем команду Вологодской области в составе Пономарева Виталия и Петряшова Владислава, которые стали серебряными призёрами в командном зачете на Первенстве России по ловле поплавочной удочкой в Нижнем Новгороде!



Вологжанки завоевали медали на Кубке России по легкой атлетике.

В июле 2018 года в Жуковском, на стадионе «Метеор», прошел Кубок России по легкой атлетике. В беге на 100 м лучшей среди женщин стала Кристина Сивкова с результатом 11.48 сек. Второй к финишу за 11.64 сек прибежала Анастасия Григорьева. Третье место заняла Елена Черняева (11.65 сек.) Вологодская область. 1500 м быстрее всех пробежала Елена Мурашова (4.10.41) Вологодская область - тренер - Бусырев Александр Васильевич. Второй финишировала Инесса Гуса-



рова (4.10.93), третьей – Екатерина Соколова (4.12.48). На дистанции 200 метров Елена завоевала серебро с хорошим результатом - 23.48 сек.

Елизавета Юрченко и лошадь по кличке Гульничка - бронзовые призёры Всероссийских соревнований по конному спорту.

В Москве, 5-7 июля, прошли соревнования по выездке - Летний кубок Федерации конного спорта. В соревнованиях приняли участие более 70 пар всадников из Москвы, Московской, Вологодской, Ростовской, Свердловской областей.

Вологодскую область представляла Елизавета Юрченко (г. Череповец), выступавшая на лошади по кличке «Гульничка». Лиза выступала по программе юношеских езд. Конкуренция в конном спорте, особенно в Москве очень высокая, но череповецкая спортсменка справилась с поставленной задачей и показала высокий уровень. По итогам соревнования Елизавета Юрченко заняла 11 место из 20 участников в программе «Предварительный приз» с результатом 62,111 % и 10 место из 14 участников в программе «Командный приз» с результатом 61,111 % . Кроме этого Елизавета



приняла участие в Летнем Кубке КСК «Пегас» (г.Москва) и заняла 3 место по программе «Командный приз» юнши с результатом 63,8 % Поздравляем спортсменку с достойным выступлением.

Дмитрий Широков - бронзовый призёр Чемпионата России по кроссу на квадроциклах 2018 года

7-8 июля на специально подготовленной спортивной трассе в г. Кириллов, Вологодская область состоялся Чемпионат России по кроссу на квадроциклах 2018 года – Финал. В соревнованиях приняли участие 160 спортсменов из 40 городов России. Поздравляем Широкова Дмитрия с итоговым 3-м местом в Чемпионате России по кроссу на квадроциклах 2018 года, которое он завоевал в упорной борьбе, заняв 2-е место на 2 этапе.



Четыре медали завоевал Илья Марсов на Кубке мира по пулевой стрельбе.

В г. Зуль (Германия) с 22 по 29 июня проходил Кубок мира среди юниоров по пулевой и стендовой стрельбе. В пулевой стрельбе юниоры разыграли медали в неолимпийском упражнении «малокалиберная винтовка, стрельба из положения «лёжа» на дистанции 50 метров». Мастер спорта международного класса из Вологодской области Илья Марсов завоевал личную «бронзу», попав 620.7 очка. В командном зачёте россияне Илья Марсов, Артём Филиппов и Григорий Шамаков одержали победу среди 15 команд из 14 стран мира. Марсов, Филиппов и Шамаков показали результат 1856.8 очка. В олимпийском упражнении «пневматическая винтовка, стрельба на дистанции 10 метров» россияне завоевали командное «серебро», в командном зачёте принимали участие 20 сборных из 18 стран, и команда России в составе Ильи Марсова, Григория Шамакова и Дениса Гончаренко заняла второе место. Марсов, Шамаков и Гончаренко попали 1873.4 очка, уступив лидерам всего 1.9 очка.



В олимпийском упражнении «малокалиберная винтовка, стрельба из трёх положений на дистанции 50 метров», в командном зачёте россияне Артём Филиппов, Илья Марсов и Григорий Шамаков также заняли второе место, попав 3459 очков из 3600 возможных.

Поздравляем Илью и его личного тренера Веру Владимировну Милостную с блестящим результатом!

Елизавета и Спартак Бенидзе - победители первенства Европы по гиревому спорту

29 июня в г. Гарлява (Литва) стартовало открытое первенство Европы по гиревому спорту среди юношей и девушек (2000 года рождения и моложе). В соревнованиях гиревиков приняли участие спортсмены из 9 стран: Россия, Литва, Латвия, Украина, Казахстан, Англия, Белоруссия, Ирландия и Эстония. В младшей возрастной группе до 16 лет, в весовой категории до 58 кг не было равных Бенидзе Спартаку. Его результат 317,5 подъемов. В возрастной категории до 18 лет спортсмены выступали на гирях весом 24 кг. В весовой категории свыше 58 кг – победитель - Бенидзе Елизавета, результат 267 подъемов (вес гири 12 кг). Поздравляем наших спортсменов и желаем новых побед!



Сборная команда России – победитель чемпионата мира по голболу

С 30 мая по 09 июня 2018 года в Швеции (г. Мальмё) проходил чемпионат мира по голболу – спорт слепых среди женских и мужских команд.

За победу на чемпионате мира среди женских команд боролись 12 стран: Россия, Из-

раиль, Китай, Бразилия, Канада, Турция, США, Япония, Алжир, Греция, Швеция и Австралия.

Команды были разбиты на две подгруппы C и D. В подгруппу C, где играла наша команда, вошли самые сильные команды – победители предыдущих чемпионатов мира и Паралимпийских Игр, но сборная России не уступила ни одной из них, только сыграв в ничью с ко-



мандой Японии, в итоге вышла в ¼ финала, став первой в своей подгруппе:

Россия – Израиль	8:1
Россия – Турция	7:5
Россия – Япония	4:4
Россия – Швеция	10:0
Россия – Австралия	11:1

В четвертьфинал также вышли команды Алжира, Турции, Японии, Австралии, Бразилии, Канады и США. Нашим соперником стала команда Алжира, с которой сыграли со счетом 5:1 в пользу России, тем самым обеспечив путевку в полуфинал, в который вышли Канада, Турция, Бразилия. В полуфинале команда России выиграла со счетом 11:5 у команды Канады, а команда Турции со счетом 5:2 обыграла команду Бразилии, обеспечив себе выход в финал.

Достижение Михаила Сурикова включено в Книгу рекордов России

Напомним, что в апреле текущего года вологжанин Михаил Суриков отстаивал честь нашей страны на чемпионате мира по смешанным единоборствам в итальянском Милане.

Михаил заявился на соревнования в 6 разных дисциплинах и в итоге завоевал 7 медалей: 3 бронзовых, 2 серебряных и 2 золотых.

Результат нашего земляка оказался рекордным: он – первый россиянин, получивший такое количество наград в рамках одного турнира по смешанным единоборствам.

Михаил принял решение направить запрос на включение своего достижения в Книгу рекордов России и получил положительный ответ. Информация о его триумфальном выступлении на соревнованиях будет размещена на официальном сайте КРР. Отныне вологжанин – полноправный обладатель рекорда «Наибольшее количество медалей, завоеванных на чемпионате мира по смешанным единоборствам».

Первый тайм финальной игры закончился со счетом 2:0 в пользу России, два мяча забила Ирина Арестова (Краснодарский край). Во втором тайме еще одно очко принесла в копилку сборной спортсменка Вологодской области Анна Шевченко, но соперники смогли сравнять счет. Окончательный счет в матче установила еще одна наша землячка Арина Герасимова, принесла команде четвертое очко. В итоге сборная команда России стала чемпионом мира, обыграв команду Турции со счетом 4:3.

Поздравляем сборную команду России и наших спортсменов Арину Герасимову и Анну Шевченко с победой, желаем дальнейших спортивных успехов. Эта победа дала путевку на Паралимпийские Игры – 2020.

Фото из группы Вконтакте «Голбол России»:
<https://vk.com/goalballrussiaofficialgrup>.



«Это признание очень важно для меня, ведь это признание моей любимой страны!» - говорит спортсмен.

Поздравляем Михаила Сурикова с включением его достижения в Книгу рекордов России, желаем ему новых побед в спорте и успехов во всех начинаниях!



Путь через тернии к звездам у каждого спортсмена свой. Но порой тернии на этом пути встают будто бы непреодолимой стеной. Вот когда по-настоящему проявляется человек, совершая выбор и узнавая нечто важное о самом себе.

Прошел урок – идешь дальше

Более десяти лет череповчанин Александр Беляев шел проторенной дорожкой к своему будущему пьедесталу, всё как у всех: от детской секции по плаванию до серьезных тренировок и первых успехов на соревнованиях, от наивных ожиданий до накопившихся проблем. Такая жизнь закончилась для него в один миг: в 2011 году на отдыхе с друзьями молодой человек неудачно нырнул в озеро и... сломал шею.

А весной 2018 года Александр привез домой пополнение в свою коллекцию спортивных медалей и новый титул. В стиле баттерфляй на дистанции 50 метров он не только завоевал первое место в чемпионате России по плаванию среди спортсменов с ПОДА (поражение опорно-двигательного аппарата), но и побил мировой рекорд, который до этого никто не мог превзойти целых шесть лет. Заплыв на спине принес очередную серебряную медаль, и останавливаться на этом спортсмен не собирается, хотя уже шесть лет передвигается

в инвалидной коляске.

Такой «монтаж» - от трагедии до победы – конечно же, возможен только в пересказе, а в реальности Александру пришлось день за днем, час за часом пройти все испытания: болью, унынием, отчаянием. В реабилитационный период для него весьма ощутимой оказалась помощь друзей и родных, которые поддерживали не только финансово, но и морально. Надо было где-то найти в себе оптимизм и вкус к жизни, и Александр начал с мысли о том, что вообще-то при таких травмах мало кто выживает, а он – выжил. Значит, на что-то еще сгодится.

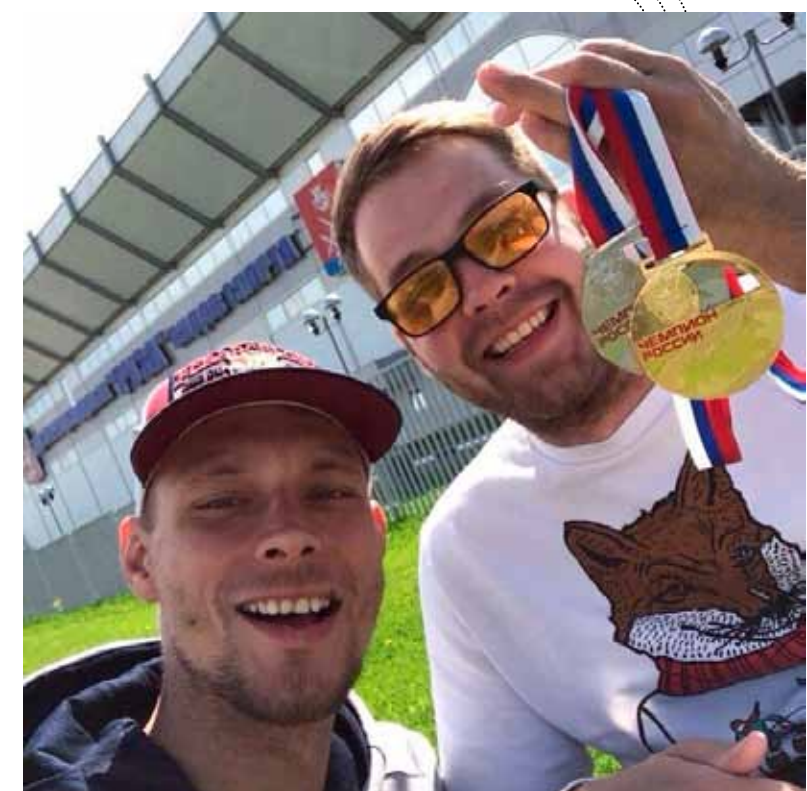
Понимая, что пора возвращаться к активной жизни, Александр купил хороший микрофон и необходимое оборудование и стал пробовать себя в качестве диктора. Очень помогла врожденная предприимчивость, способность загораться, увлекаться новым делом, находить учителей и совершенствоваться. Время шло, и через четыре года после

получения травмы Александр уже знал о себе нечто такое, что помогло сделать следующий шаг. Благодаря помощи своего товарища по спортшколе Ивана Ильичева он вернулся в плавание и начал всё с чистого листа.

Иван стал тренировать друга в бассейне аквапарка «Радужный», три раза в неделю по полтора часа. Александр признаётся, что практически заново учился плавать, ведь наработанная за десять лет техника оказалась практически бесполезной после травмы.

Пришлось искать новые ресурсы, и здесь большим подспорьем для нашего земляка оказались аутотренинг и медитация. В период восстановления у Александра, по его собственному признанию, появилось много времени, чтобы заглянуть внутрь себя, что-то переосмыслить. Не являлась исключением и сама тренировка: плавание Александр сравнивает с полетом и находит его подходящим для погружения в медитацию: «Тренировки в бассейне располагают к этому, поскольку задания, как правило, монотонные, с повторяющимися движениями. Я часто «отсутствую» в своем теле, находясь в воде». По словам Александра, он и ранее в каком-то смысле неосознанно применял эти практики, а за последние три года продвинулся настолько, что результаты отражаются не только в плане духовного саморазвития, но и в более очевидном для всех физическом аспекте, например, возвращается чувствительность пальцев ног!

И конечно же, такие навыки нашли свое применение в спорте. «Во время соревнований, выходя на старт, я настраиваюсь определенным образом, - рассказал Александр. - Когда ищешь ответы на тревожащие вопросы, рано или поздно получаешь ответ. Это касается предстартового волнения и тремора. Уверен, каждый спортсмен сталкивается с ними постоянно. Я нашел решение, благодаря которому сумел справиться с этой проблемой - избавился от волнения перед стартом. Мне достаточно пяти минут». В подробности пловец



Мировой рекорд

не вдается, потому что, по его словам, каждый должен пройти свой путь и заплатить за полученные знания свою цену.

Как бы то ни было, новый взгляд на мир, упорство и усердный труд принесли свои плоды и уже через год с небольшим после начала тренировок открыли Александру дорогу в сборную России для пловцов с ПОДА, а в 2015 году состоялся и первый ответственный старт – IWAS, Всемирные игры Международной спортивной федерации колясочников и ампутантов, где состязались представители тридцати стран. Две бронзовые медали, привезенные оттуда, подействовали очень вдохновляюще.

Ожила и забытая было мечта, которая должна подпитывать любого спортсмена – попасть на Олимпиаду, доказать всему миру, чего ты стоишь. В 2016 году на всероссийском отбо-



На дистанции



Перерыв



Ловись, рыбка

рочном чемпионате наш земляк выполнил норматив на нескольких дистанциях и попал в ТОП-10, оказавшись таким образом в резерве сборной России, которая должна была поехать на Паралимпиаду в Рио-де-Жанейро.

Надежда не сбылась - помешал допинговый скандал, но и это не повод опускать руки. Сегодня Александр может похвалиться даже более высокими результатами: «В этом году я дважды обновил рекорд мира на дистанции 50 метров баттерфляй. Именно обновил, а не установил. Разница лишь в том, что результаты эти не пойдут в официальный международный зачет, в силу отстранения нашей федерации плавания с ПОДА из международного пула. Я уверен, Вы знаете об этой неприятной ситуации, связанной с отстранением огромного количества олимпийских и паралимпийских атлетов. Мои результаты говорят о большом потенциале, который я смогу раскрыть к Олимпиаде 2020 года в Токио. Конечно же, мы готовимся, вся сборная. В июле у нас были сборы в Крыму, затем в Подмосковье. Все пашут. У всех спортсменов главная мечта в спорте - это поехать на Олимпиаду и отработать «за всю боль». Я не исключение. Будем надеяться, что в начале 2019 года появятся хорошие новости, и мы все же поедем в Токио».

Вместе с Александром на это надеется, без преувеличения, вся вологодчина и вся Россия.

Спорт высших достижений – это всегда истории о подвиге духа. Зачастую преодолеть необходимо не только дистанцию, препятствия или обстоятельства, но и себя. Пожалуй, только с таким подходом возможно двигаться вперед, не пеняя на случай или злой рок, не считая выпавшие на твою долю испытания несправедливым наказанием. «Наказание от слова «наказ». А наказ – это урок, учение, - написал однажды у себя на странице в соцсети Александр Беляев. – Достаточно понять это, чтобы перестать жалеть себя, страдать и виновных искать. Прошел урок – идешь дальше. Все просто».

Подводный мир привлекает человека с незапамятных времен. Еще не было изобретено колесо и освоен металл, а люди пробовали покорять глубину, ныряя на задержке дыхания. Но задержать дыхание даже тренированный ныряльщик способен лишь на несколько минут. Одним из ярких примеров погружений на задержке дыхания являются ныряльщики за жемчугом. Древние подводные охотники привязывали пальмовые ветви к ногам, их хватало на несколько нырков и потом необходимо использовать новые, так появилось первое подобие ласт. Несмотря на, казалось бы, длительную связь человека с водой на протяжении сотен лет подводный спорт, как спорт образовался совсем недавно по сравнению, например, с баскетболом или лыжным спортом.

Удивительный мир ПОДВОДНОГО СПОРТА

Автор: **Артём Чистяков**

Фото: автора

Для длительного пребывания под водой нужны специальные приспособления. В 20 веке научно-технический прогресс подарил человеку возможность находиться под водой часами. Однако, водная среда все же не является «родной» для человека. Под водой он всецело зависит от специального снаряжения, а использование такого снаряжения требует от человека особых знаний и навыков.

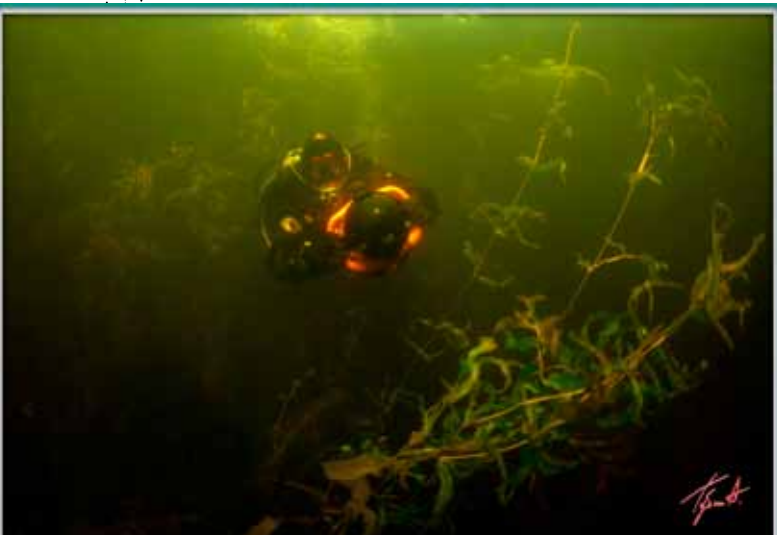
Люди, занимаясь подводной охотой и дайвингом, развивая свои навыки и умения, со

временем пришли к тому, что захотелось выяснить кто же «быстрее, выше, сильнее», а в цивилизованном мире есть только один способ - это соревнования. Так постепенно стали появляться различные дисциплины подводного спорта.

Дисциплины подводного спорта:

- Апноэ (фридайвинг) – группа дисциплин подводного спорта, требующих, в отличие от традиционного дайвинга, выполнения определенных упражнений или преодоления дистанции спортсменом на задержке дыхания.

- Подводная охота - дисциплина подводного спорта, проводимая на открытых водоемах. Задача спортсмена – добыть определен-



ные виды рыбы, ныряя на задержке дыхания и используя для добычи специальное подводное ружье или арбалет. Использование дыхательных аппаратов не допускается. Цель — добыча максимального количества определенных видов рыб за ограниченный промежуток времени на заданном участке акватории.

- Спортивный дайвинг - группа дисциплин подводного спорта, проводимых в бассейне, требующих наличия специально снаряжения и навыков управления им. Цель — преодоление дистанции спортсменами и выполнения определенных упражнений за наименьшее время.

- Акватлон (подводная борьба) (от лат. «aqua» - вода, др.-греч. αθλον — состязание, борьба) — дисциплина подводного спорта. Акватлон представляет собой состязание двух спортсменов, находящихся в воде, их цель — в ходе схватки в воде и под водой (на задержке дыхания) завладеть лентой соперника, закрепленной на его щиколотке.

- Ориентирование - ряд дисциплин подводного спорта, проводимых на открытых водоемах спортсменом или группой спортсменов. Для подводного ориентирования применяется автономный дыхательный аппарат, магнитный компас, лаг (счетчик расстояний) и глубиномер. Задача спортсмена — пройти специально обозначенную дистанцию по компасу с максимальной точностью и за наименьшее время.

- Плавание в ластах - ряд дисциплин подводного спорта. Задача спортсмена заключается в преодолении дистанции по/под поверхностью воды с помощью мускульной силы без применения каких-либо механизмов. Снаряжение спортсмена: плавательный костюм, маска, биласты или моноласты. Цель соревнований — преодоление различных по длине дистанций за наименьшее время. В этой группе дисциплин существует очень большое количество соревновательных дистанций, ряд которых преодолевается с использованием автономного дыхательного аппарата.

- Спортивная подводная стрельба - группа дисциплин подводного спорта, проводимых в бассейне. Задача спортсмена - выполнить ныряние на задержке дыхания, в ходе которого с определенного расстояния произвести выстрел по мишени из подводного ружья. Оцениваются точность выстрела, чистота выхода на рубеж и скорость выполнения.

- Хоккей - дисциплина подводного спорта. В ходе состязания (игры) соревнуются две команды спортсменов, каждая из которых состоит из 6 игроков, экипированных ластами, масками, трубками и клюшками. Цель игры — забить шайбу, проталкивая ее по дну бассейна к воротам противника.

- Регби - дисциплина подводного спорта. Соревнования проводятся под водой в бассейне с участием двух команд спортсменов, каждая из которых состоит из 6 игроков, экипированных ластами, масками и трубками. Цель соревнования — забить специальный мяч, обладающий отрицательной плавучестью, в корзину соперника, расположенную на дне бассейна.

Сейчас проводятся чемпионаты России, чемпионаты Европы, чемпионат мира по подводному спорту и в некоторых из них спортсмены из России занимают лидирующие позиции. Примечательно, что впервые за короткое время существования Федерации подводного спорта Вологодской области, два наших земляка в 2018 году в составе сборных команд России примут участие в чемпионатах мира. Богдашкин Александр в ЧМ (чемпионате мира) по фридайвингу в Сербии в июне, а Черкасских Олег в ЧМ по подводной охоте в Португалии в августе-сентябре.

Наша планета на 3/4 покрыта водой и поэтому человека всегда интересовало, какие красоты и тайны скрывает вода и поэтому многих увлекает в той или иной степени водная стихия. Под водой каждый человек найдёт занятие, которое ему нравится и подходит. Кому-то нравится открывать новые глубины и новые места погружения переезжая



из страны в страну от водоема к водоёму погружаясь с баллонами. Кто-то любит наслаждаться подводным разнообразием и тишиной подводного мира на задержке дыхания. Кому-то нравится выслеживать, догонять и добывать трофейных рыб на задержке дыхания. Помимо этих трёх наиболее известных направлений подводной деятельности, на которых базируется подводный спорт, есть большое разнообразие подводной деятельности. Любому желающему познакомиться с подводным миром и открыть его для себя сможет это сделать, так как это доступно, увлекательно при наличии всего лишь желания. После освоения и наработки необходимых навыков и умений можно попробовать себя в соревновательных дисциплинах.





Школа тхэквудо Березина - Школа чемпионов!

Руководитель – Евгений Александрович Березин, многократный чемпион России, Европы и мира, обладатель черного пояса, мастер спорта международного класса, тренер с 16-летним стажем.

Школа тхэквудо Березина - Школа чемпионов! Этот лозунг Евгений Березин и его воспитанники регулярно подтверждают своими победами на различных соревнованиях. Несмотря на то, что школа тхэквудо существует в Вологде чуть меньше 7 лет, в копилке спортсменов уже множество наград – кубков и медалей разного достоинства. Ни с одного соревнования Вологодская команда еще не вернулась без побед.

В Вологде, на пошехонском шоссе открыт специализированный зал «Тай-до центр», оборудованный специально для занятий тхэквудо. Такой центр - первый и пока единственный в Вологодской области. Сейчас его посещают как дети так и взрослые в возрасте от 4 до 57 лет. Среди них - воспитанники детских садов, школьники, студенты, люди разных профессий и даже пенсионеры. Все они выбрали тхэквудо – корейское боевое искусство, в котором большое внимание уделяется технике ударов ногами. Тхэквудо - это система духовной тренировки и техника самообороны без оружия. Тренер Евгений Березин, за плечами которого большой опыт успешной работы, уважает бо-

гую историю этого вида спорта, при этом работает по своей методике. Она приносит его воспитанникам не только победы на соревнованиях, но и хорошие оценки в школе. Ответственность и стремление к знаниям всегда помогут в спортивной карьере и в жизни – уверен Евгений Березин.

Новый спортивный сезон Вологодская школа тхэквудо начинает с большими планами - выезды на первенство и чемпионат России, а также на международные соревнования. И реализовать эти планы поможет второй тренер. Чемпион мира, Европы и многократный чемпион России, обладатель черного пояса, мастер спорта международного класса Попов Николай Владимирович приехал в Вологду из Нарьян-Мара год назад, влюбился в наш город и решил остаться здесь воспитывать будущих чемпионов.

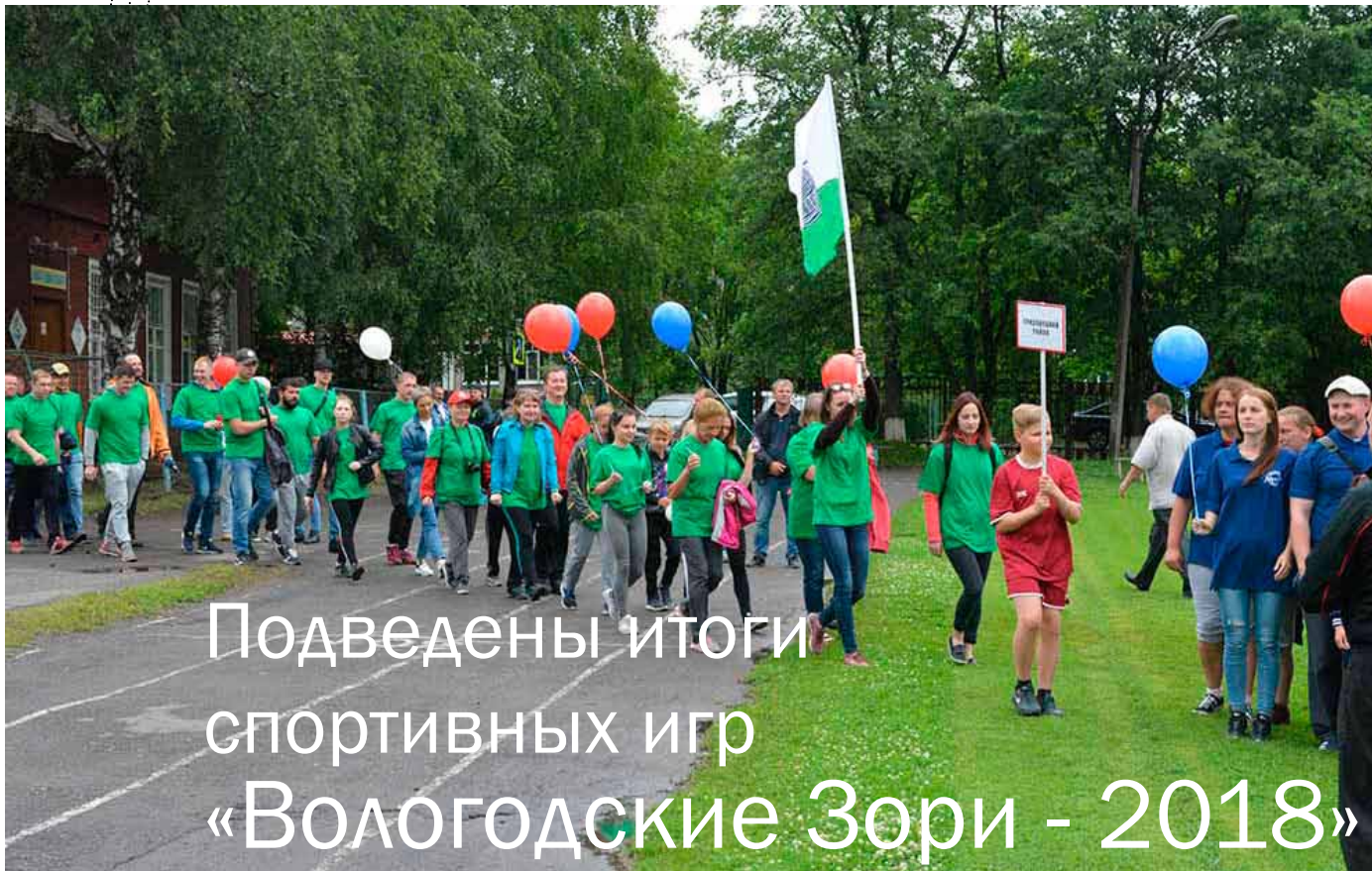
Юные вологодские тхэквондисты постоянно повышают свой уровень подготовки. В июне этого года они побывали на спортивных сборах на Средиземном море, где сочетали занятия спортом с купанием и солнечными ваннами. Каждое утро ребята начинали с зарядки, каждый день у них было две тренировки. При этом вологодские спортсмены успевали отдыхать, принимать участие в мероприятиях и не раз становились победителями конкурсов, причем не только спортивных, но и многих других.

Так же в это лето прошли на базе специализированного зала две городских площадки, через неделю команда уезжает на двухнедельные сборы в Болгарию.

На этой неделе, 22-27 июля, спортсмен «Школы тхэквудо Березина» вернулся с Первенства России по кадетам (12-14 лет), где принимал участие впервые. К сожалению, пришлось только один круг и отступить на последних секундах с малейшим отрывом, в связи с нехваткой опыта участия на турнирах такого уровня.

На предстоящий сезон у Евгения Березина и его воспитанников большие планы выступления на соревнованиях международного и всероссийского уровня.





Подведены итоги спортивных игр «Вологодские Зори - 2018»

Открытие игр

С 6 по 8 июля 2018 года в Грязовце прошли XI летние сельские спортивные игры «Вологодские Зори-2018», посвященные 238-ой годовщине со дня основания города Грязовца.

Торжественная церемония открытия Сельских игр состоялась 7 июля 2018 года на городском стадионе Грязовца. С приветственными словами к участникам соревнований обратились: глава администрации района Казунин А.В., заместитель начальника Департамента физической культуры и спорта области В.П. Ковалев и председатель общественного совета при Департаменте физической культуры и спорта области Е.Е. Столяров

В течение трех дней более 150 спортсменов, представляющих сельские поселения муниципальных районов области, боролись

за победу в соревнованиях по волейболу, баскетболу, армрестлингу, настольному теннису, легкой атлетике, гиревому спорту, в перетягивании каната, в соревнованиях спортивных семей.

Победителями в новом для сельских игр виде программе – армрестлинге – стали представители Междуреченского района. Семья Марковых из Грязовецкого района стала победителем в соревнованиях спортивных семей.

В перетягивании каната одержали победу спортсмены Кичменгско-Городецкого муниципального района.

В общекомандном первенстве призовые места распределились следующим образом:
1 место – Грязовецкий муниципальный район;

2 место – Шекснинский муниципальный район;

3 место – Кичменгско-Городецкий муниципальный район.



Армрестлинг



Перетягивание каната



Гиревика



Призёры пляжного волейбола



На финишной прямой



Награждение в смешанной легкоатлетической эстафете

ОТДЫХ ПО-СПОРТИВНОМУ

Для спортсмена перерыв между турами в соревновательный период – не повод бездельничать, а время, когда можно приятно и с пользой для дела отдохнуть, готовясь при этом к будущим выступлениям.

Специально для таких целей организуются кратковременные сборы, где наилучшим образом сочетаются тренировки, восстановительные мероприятия и сбалансированный режим. Длятся они от 7 до 20 дней. Здесь не ставится цель подготовить спортсменов к конкретному соревнованию. Основной акцент делается на исправлении ошибок, отработке техник и тактик, оттачивании персональных навыков и подготовке к аттестации на очередную техническую ступень. В это время открыт простор для экспериментов и поиска новых перспектив.

Каждый год с мая по июль воспитанники спортивных школ Вологодской области выезжают на подобные тренировочные сборы. Этим летом в них приняли участие баскет-



больные и волейбольные команды юношей и девушек, пловцы и фехтовальщики, легкоатлеты и скалолазы, биатлонисты, лыжники и конькобежцы, фигуристы и пауэрлифтеры. Причем значительная часть таких мероприятий проводится для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата или органов зрения. Список мест проведения не ограничивается вологодским и московским регионами, многие сборы состоялись в Краснодарском крае и Крыму.

Сопровождают спортсменов не только тренеры, но также врачи и научные работники, от которых требуется совместный творческий труд: перед ними стоит задача правильно организовать эту часть круглогодичного тренировочного процесса, грамотно чередуя нагрузки и восстановление.

В таком окружении ничто не отвлекает от работы, режим и питание налажены идеально. Все домашние проблемы, которые порой мешают спортсмену сосредоточиться на своих задачах, остаются далеко. Да и психологически проще настроиться на тренировки, сменив обстановку. Нагрузки просчитанной интенсивности, отдых и хороший сон – все то, чего часто не хватает, чтобы отлично выступить на соревнованиях. По признаниям опытных спортсменов и их тренеров, эффект от сборов сравним с парой месяцев тренировок в обычном режиме.

Ежегодно во вторую субботу августа в России отмечается День физкультурника

Этот праздник был установлен на основании Указа Президиума Верховного Совета СССР от 1 октября 1980 года «О праздничных и памятных днях», в редакции Указа Верховного Совета СССР от 1 ноября 1988 года «О внесении изменений в законодательство СССР о праздничных и памятных днях».

История этого праздника уходит своими корнями в довоенные годы, когда 16 июня 1939 года Совет Народных Комиссаров СССР принял постановление об учреждении Всесоюзного дня физкультурника. Первый День физкультурника прошел 18 июля 1939 года.

С тех пор День физкультурника отмечают спортсмены, тренеры, преподаватели физической культуры, ветераны спорта, все, для кого занятия физкультурой и спортом неотделимы от крепкого здоровья и отличного настроения, от возможности развивать свои способности и волю к победе.

**ПОЗДРАВЛЯЕМ
С ДНЕМ ФИЗКУЛЬТУРНИКА!**



Уважаемые спортсмены и тренеры,
ветераны спорта и любители
физической культуры!

**От всей души поздравляем вас с праздником спорта и здоровья –
Днем физкультурника!**

Развитие физической культуры, массового спорта – залог здорового общества. Наш регион славится своими спортивными традициями, которые сегодня хранят ветераны спортивного движения и продолжает активная молодежь.

Наша особая гордость – это спортсмены, представляющие Вологодчину на Всероссийских и международных соревнованиях. В основании этих побед добрые традиции вологодского спорта, частью которых являются областные соревнования. Именно они дают возможность проявить себя начинающим спортсменам и физкультурникам из самых разных уголков области.

От всей души желаем всем крепкого здоровья, добра, любви и радости в семьях, спортивного долголетия, оптимизма и новых побед на спортивных аренах!