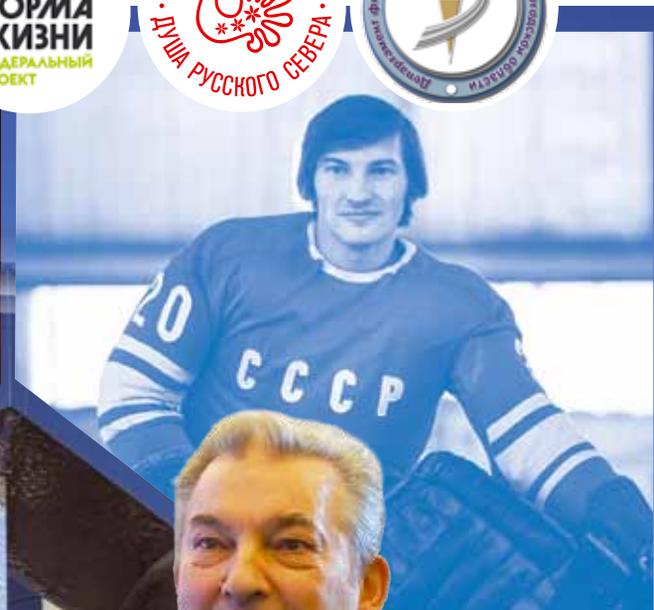
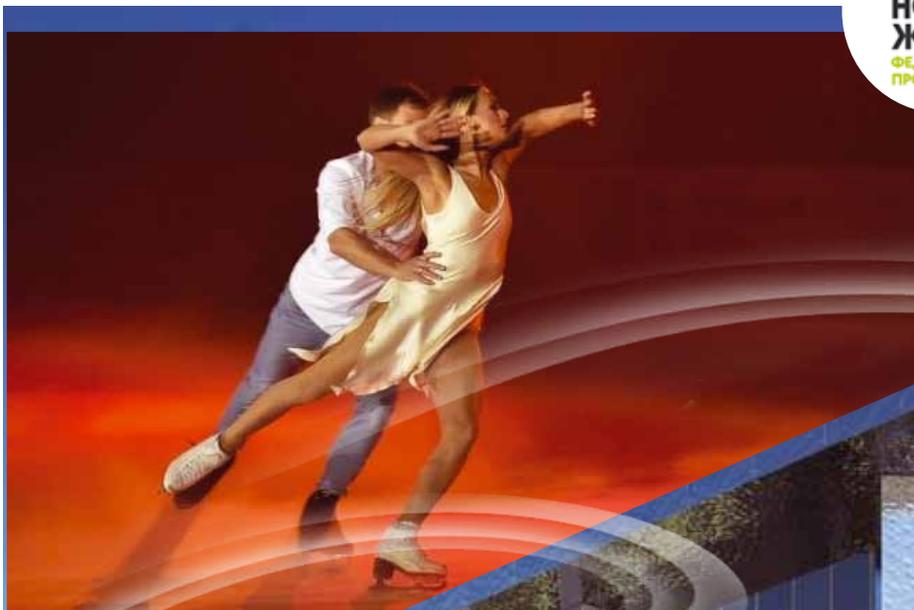


ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

НАШ СПОРТ

МАРТ 2023, № 22

СПОРТ
НОРМА
ЖИЗНИ
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ
ПРОЕКТ



Читайте в номере:

Министерству спорта Российской Федерации – 100 лет!

Ледовый дворец «ВологдАрена» открыт

Родительская работа

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

Редактор:

Татьяна Яковлева

Редакционный совет:

Сергей Фокичев,
начальник Департамента ФКиС ВО,
Владимир Ковалев

Журналисты:

Вероника Колоскова,
Мария Куликова

Дизайнер:

Елена Владимировна

Фотографы:

Сергей Юров,
Екатерина Старостина,
Анастасия Решетова

Фото с квадрокоптера.
Автор Михаил Овчинников

Фото на обложке:

Ледовый дворец «ВологдАрена»,
Владислав Третьяк, Виктория Синицина
и Никита Кацалапов

Тираж 450 экз.

Отпечатано:
ООО «Полиграф-Периодика»
160001, г. Вологда, ул. Челюскинцев, д. 3

**Дорогие читатели!**

Наш журнал, как всегда, верен традициям: обычно весенний выпуск мы посвящаем самым важным спортивным событиям минувшей зимы.

В 2023 году отмечается 100-летие Министерства спорта Российской Федерации как государственного органа управления в сфере физической культуры и спорта. В связи с этим мы вместе с вами совершим небольшой экскурс в историю.

Вы узнаете также об итогах ежегодных региональных конкурсов «Лучший спортсмен», «Лучший тренер», «Лучший судья», а также о победах вологжан на международных стартах.

Мы расскажем о том, как в Вологодской области продолжает активно развиваться массовый спорт, как в занятия физической культурой вовлекаются люди самого разного возраста.

Совсем недавно состоялся запуск ледовых дворцов в Вологде и Соколе. Открытие катка с искусственным льдом «ВологдАрена» на улице Поэта Романова стало первой площадкой для проведения масштабного ледового шоу с участием звезд отечественного фигурного катания.

Об этом и многом другом читайте в новом выпуске нашего журнала.

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



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



3 ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО

6 НОВОСТИ МИНИСТЕРСТВА СПОРТА РОССИИ

- Министерству спорта Российской Федерации – 100 лет

12 НОВОСТИ ДЕПАРТАМЕНТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- Долгожданный крытый каток на улице Поэта Александра Романова в Вологде наконец заработал
- В Соколе открыт современный спортивный объект – ледовый дворец «Сокол-Арена»

16 ОЛИМПЕЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

- Родительская работа
- Борис Васильковский: «Нам повезло, что коньками пришел руководить Николай Гуляев»

24 СПОРТСМЕНЫ ВОЛОГОДЧИНЫ

- Российско-китайские молодежные игры-2022. Вологжане - с медалями
- Только быстрые и взвешенные решения
- Сборная Вологодской области завоевала 10 медалей на Единых играх Специальной Олимпиады

32 ИТОГИ ГОДА

- Номинация «Лучший спортсмен года» «Олимпийские, Паралимпийские и сурдлимпийские виды спорта»
- Номинация «Лучший спортсмен года» «Неолимпийские виды спорта»
- Команда народных тренеров на Вологодчине в 2023 году увеличится вдвое
- Итоги областного конкурса «Лучший тренер года»
- Итоги областного конкурса «Лучший спортивный судья года»

40 МАССОВЫЙ СПОРТ

- Всероссийские зимние сельские спортивные игры
- В Вологодской области состоялась традиционная Декада спорта и здоровья
- 13 тысяч вологжан приняли участие в ежегодных стартах «Лыжня России»

47 СПОРТИВНЫЕ ФЕДЕРАЦИИ

- Нет недосягаемых высот
- Зимнее плавание – новый вид спорта России

58 ЮБИЛЕЙ

- Приз от олимпийского чемпиона





В 2023 году отмечается 100-летие Минспорта России как государственного органа управления в сфере физической культуры и спорта.

Министерству спорта Российской Федерации – 100 лет!



Алексей Дмитриевич Бутовский

История Министерства начинается в 20-х гг. XX века, когда был образован Высший совет физической культуры. Орган на протяжении всей истории трансформировался в зависимости от потребностей государства. В 2004 году был преобразован в Федеральное агентство по физической культуре и спорту (Росспорт) вплоть до 2008 года, когда его функции были переданы Министерству спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации. В 2012 году образовалась современная структура.

В конце девятнадцатого века в крупных городах Российской империи активно развивался любительский спорт. В то же время на мировой арене полным ходом шла подготовка к первым Играм в Афинах 1896 года – начиналось мощное олимпийское движение. Наш соотечественник **А. Д. Бутовский**, несмотря на неодобрение высших российских кругов, был избран членом Международного олимпийского комитета (МОК) от России. Он стал страстным пропагандистом идей соревнований, пытаясь привлечь внимание элиты к проблеме физического воспитания в России. Однако друг за другом первая, вторая и третья Олимпиады завершаются без участия в них российских спортсменов и в условиях полного безразличия властей к спорту и Играм.

Коренным образом ситуация изменилась спустя 13 лет, когда в 1909 году по инициативе члена Российского олимпийского комитета **Владимира Николаевича Воейкова** было утверждено Временное положение о Главной гимнастическо-фехтовальной школе, ставшей ведущим центром армейского спорта, а впоследствии и тренировочной базой для подготовки наших олимпийцев.

Еще через несколько лет – 7 июня 1913 года – Императором Николаем II была создана Канцелярия Главного наблюдателя за физическим развитием народонаселения Российской империи во главе с генералом Воейковым. Первоначально проект Канцелярии задумывался им как Министерство спорта Российской империи. Однако инициативу не поддержал председатель Совета министров, чем вызвал небывалое возмущение в общественных кругах. По воле самого Императора проект отправили на доработку с последующим его рассмотрением в Совете.

Именно с именем Воейкова связаны кардинальные преобразования в отечественном спорте – формирование системы физической культуры и спорта, внедрение учебно-тренировочных сборов и создание резервных кадров для фронта и нормативной спортивной базы, организация и проведение всероссийских олимпиад, внимание к спортивным объектам. Благодаря генералу наша страна наконец влилась в мировое олимпийское движение.

После Октябрьской революции 1917 года эстафету развития спорта приняло Главное управление Всеобщего военного обучения. 22 апреля 1918 года был издан Декрет «Об обязательном обучении военному искусству», кото-



Владимир Николаевич Воейков



рый обязывал трудящихся в возрасте 18–40 лет пройти военную подготовку без отрыва от производства – таким образом создавался мобилизационный резерв Красной армии. То есть развитие спорта было стратегически важным в Советской России.





Николай Александрович Семашко

Василий Николаевич Мачуга

Валерий Сергеевич Сысоев

Юрий Михайлович Портнов

При Всеобуче в 1920 году появляется Высший совет физической культуры (ВСФК). А спустя три года, 27 июня 1923 года, Всероссийский центральный исполнительный комитет (ВЦИК) РСФСР принимает постановление о создании ВСФК как самостоятельного органа при ВЦИК и его местных подразделениях. Этим же постановлением распущены спортивные общества, клубы, комитеты, созданные до октября 1917 года. На ВСФК возлагается объединение научной, учебной и организационной деятельности различных ведомств и организаций по физическому воспитанию.

Председателем ВСФК становится народный комиссар здравоохранения, видный специалист в области социальной гигиены **Николай Александрович Семашко**. Ему принадлежит важная роль в научном обосновании советской системы физического воспитания. В состав ВСФК вошли также представители государственных и общественных организаций, военного ведомства.

Создание ВСФК стало важным шагом на пути организации единой системы государственного управления физкультурным движением.

Ровно 100 лет назад в тогда уже Советской России появилось то, что сегодня мы называем органами исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта. Однако история их становления была отнюдь не простой.

Создание системы руководства спортом в стране началось с образования Комитета содействия олимпийскому движению при Правительстве Российской Федерации. Комитет был образован указом Президента России Бориса Николаевича Ельцина 28 ноября 1991 года. Его основной задачей была организация подготов-

ки российских спортсменов к зимней и летней Олимпиадам 1992 года.

С 1990 г. в российских ведомствах, отвечающих за государственную политику в области спорта, сменилось девять руководителей.

С 8 сентября 1990 г. по 5 декабря 1991 г. Государственный комитет РСФСР по физической культуре и спорту возглавлял **Василий Николаевич Мачуга**. Перед назначением в Правительство он занимал пост председателя Краснодарского краевого спортивного комитета. Заслуженный мастер спорта СССР по спортивной акробатике в 1978 и 1980 гг. Мачуга был чемпионом мира в этом виде спорта.

После ликвидации Госкомитета он в 1991–1992 гг. руководил Комитетом по содействию олимпийскому движению при Правительстве России. Позднее, оставив государственную службу, Мачуга был главой акционерного общества «Спортинтерпром», которое занималось производством спортивной одежды. 4 января 1996 г. скоропостижно скончался в Краснодаре.

27 ноября 1992 г. руководителем созданного в структуре Правительства Комитета РФ по физической культуре стал генерал-майор госбезопасности в отставке, председатель Центрального совета спортивного общества «Динамо» **Валерий Сергеевич Сысоев**. Эту должность он занимал до 10 января 1994 г.

Кроме того, в июне–ноябре 1992 г. Сысоев возглавлял Координационный совет по физической культуре и спорту при Правительстве РФ. После ухода с госслужбы работал начальником отдела по связям с общественностью московского подразделения компании Mercedes.

С 1996 г. по 1998 г. был председателем Федерации велосипедного спорта России. В 2005–2011 гг. – вице-президент Всероссийской ассоциации летних олимпийских видов спорта. В настоящее время – почетный президент российской Федерации велосипедного спорта.

10 января 1994 г. в составе Кабинета министров был создан Комитет РФ по делам молодежи, физической культуре и туризму (с 30 мая того же года – по физической культуре и туризму). До 1 июля 1994 г. им руководил специалист в области теории и методики спорта **Юрий Михайлович Портнов**.

В последующие годы он преподавал в Российской государственной академии физической культуры (ныне Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма). Также занимал должность заведующего сектором физической культуры и спорта Российской академии образования.

С 12 июля 1994 г. по 1 ноября 1996 г. Комитет РФ по физической культуре и туризму (с 3 августа 1994 г. – одноименный Госкомитет) возглавлял бывший руководитель советской и российской сборных по теннису **Шамиль Анвярович Тарпищев**. После того, как он оставил свой пост, стал председателем совета директоров теннисного турнира «Кубок Кремля» и советником по спорту мэра Москвы Юрия Лужкова, в 1997 г. – капитан российской команды на Кубке Дэвиса. С 1999 г. по настоящее время является президентом Федерации тенниса России (до 2002 г. – Всероссийская теннисная ассоциация).

2 ноября 1996 г. на пост главы ГКФТ был назначен руководитель национальной Федерации горнолыжного спорта России **Леонид Васильевич Тягачев**. Он возглавлял ведомство до июня 1999 г., когда Госкомитет был преобразован в Министерство РФ по физической культуре, спорту и туризму. После увольнения с государственной службы Леонид Васильевич стал первым вице-президентом, а с 2001 г. по 2010 г. – президентом Олимпийского комитета России. С 2013 г. по настоящее время – член Совета Федерации РФ от законодательного органа Ростовской области.

24 июня 1999 г. первым министром РФ по физической культуре, спорту и туризму был назначен мастер спорта по греко-римской борьбе, президент подольского спортивного клуба «Витязь» **Борис Викторович Иванюженков**.

Он руководил ведомством до 28 июня 2000 г.

После отставки занимает должности вице-президента Паралимпийского комитета РФ и президента Федерации бокса России. В 2011–2016 гг. – депутат Государственной думы РФ шестого созыва, член фракции КПРФ.

С 15 июня 2000 г. по 29 апреля 2002 г. председателем Госкомитета РФ по физической культуре, спорту и туризму был **Павел Алексеевич Рожков**. Мастер спорта СССР по греко-римской борьбе, в 1992–1996 гг. Рожков был старшим тренером сборной российских борцов.

В 1997–1999 гг. возглавлял туристическую фирму «Олимп-Тур». В 1999 г. стал заместителем министра спорта Бориса Иванюженкова. После назначения в апреле 2002 г. главой Госкомитета Вячеслава Фетисова Рожков стал его первым замом. В настоящее время – председатель исполкома, первый вице-президент Паралимпийского комитета РФ.



Шамиль Анвярович Тарпищев



Леонид Васильевич Тягачев



Борис Викторович Иванюженков



Павел Алексеевич Рожков



Вячеслав Александрович
Фетисов

С 29 апреля 2002 г. по 19 ноября 2008 г. Госкомитетом РФ по физической культуре и спорту (с 9 марта 2004 г. – Федеральное агентство по физической культуре, спорту и туризму, с ноября 2004 г. – по физической культуре и спорту) руководил **Вячеслав Александрович Фетисов**. В прошлом известный советский хоккеист, в 1998–2002 гг. он был помощником главного тренера клуба Национальной хоккейной лиги New Jersey (США). В период, когда он возглавлял агентство, было значительно увеличено государственное финансирование спорта, принята федеральная целевая программа на 2006–2015 гг. объемом в 107 млрд. руб.

По инициативе В. А. Фетисова, после неудачных выступлений национальных сборных команд на международных турнирах, проведены серьезные кадровые усиления в ряде ведущих всероссийских спортивных федераций, в том числе футбола и хоккея. Далее Вячеслав Александрович в 2008–2012 гг. занимал пост председателя совета директоров Континентальной хоккейной лиги, в 2009–2012 гг. – президента хоккейного клуба ЦСКА.

С 2011 г. являлся сенатором от Законодательного собрания Приморского края, первым заместителем председателя комитета Совета Федерации РФ по социальной политике. В настоящее время – депутат Государственной думы Федерального собрания Российской Федерации, первый заместитель председателя комитета ГД по физической культуре, спорту, туризму и делам молодежи.

12 мая 2008 г. в Правительстве было создано Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ (с 21 мая 2012 г. – Минспорта РФ), которое возглавил президент Российского футбольного союза **Виталий Леонтьевич Мутко**. По его словам, в 2010 г. руководством страны было принято решение о концентрации основных ресурсов в сфере спорта высших достижений. В том же году Россия получила право на проведение чемпионата мира по футболу 2018 г. В годы руководства Министерством спорта В. Л. Мутко сборная России вышла в полуфинал чемпионата Европы по футболу 2008 года, успешно проведены крупнейшие международные соревнования – зимние Олимпийские и Паралимпийские игры 2014 года в г. Сочи, чемпионат мира по футболу 2018 года.

С 2016 года ведомство возглавил министр **Колобков Павел Анатольевич**, заслуженный мастер спорта, олимпийский чемпион по фехтованию. Ранее он был заместителем главы ведомства. И первоочередные задачи, которые поставлены перед новым министром, уже обсудили на встрече с главой государства. Приоритеты – дальнейшее развитие массового спорта и спорта высших достижений. Павел Анатольевич – член правления, заместитель генерального директора ПАО «Газпром нефть» со 2 марта 2020 года.

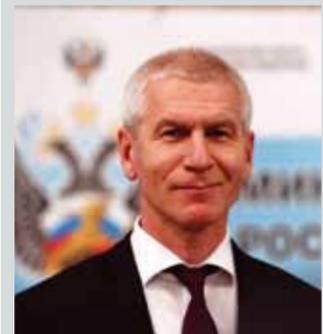
21 января 2020 года Указом Президента России Владимира Путина министром спорта Российской Федерации назначен **Олег Васильевич Матыцин**, сменив на этом посту Павла Колобкова. Курирует ведомство вице-премьер Дмитрий Чернышенко. Ранее О. В. Матыцин на протяжении пяти лет возглавлял Международную федерацию студенческого спорта.



Виталий Леонтьевич Мутко



Павел Анатольевич Колобков



Олег Васильевич Матыцин



Здание Министерства спорта
Российской Федерации
(в 1801–1803 гг. – усадьба Разумовского)

Министерство спорта РФ – это федеральное ведомство, занимающееся вопросами физкультуры, здорового образа жизни, спортивной подготовки и образования, допинг-контролем и прочими услугами в заданной сфере. Орган активно внедряет проект «Спорт – норма жизни».

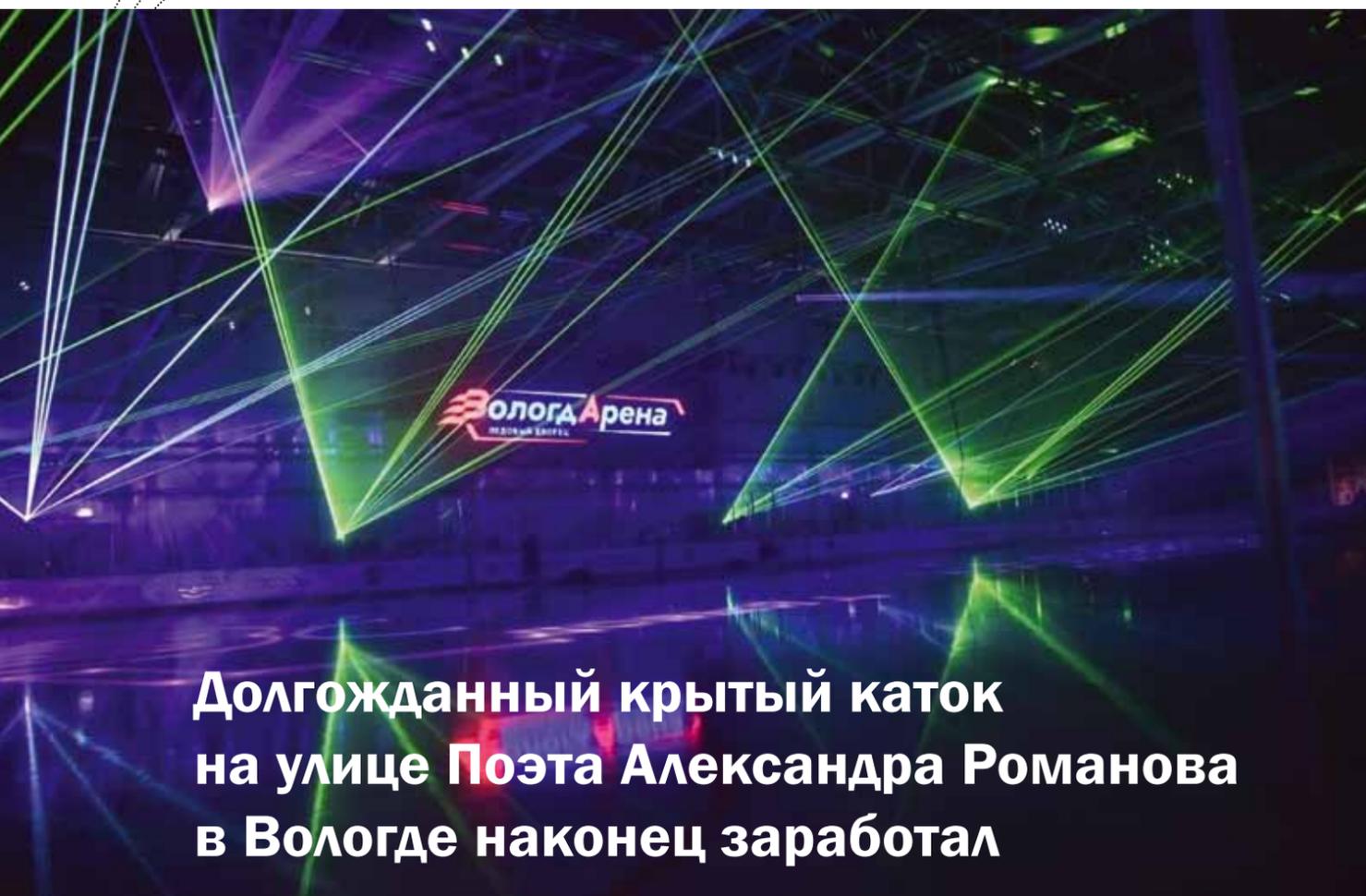
Тренера череповецкой «СШОР по волейболу» наградила Президент России

НАШИ ПОБЕДЫ

Почетной грамотой Президента Российской Федерации «За заслуги в развитии физической культуры и спорта, многолетнюю добросовестную работу» награждена старший тренер череповецкой «СШОР по волейболу» Татьяна Борисовна Мясникова.

Поздравляем!





Долгожданный крытый каток на улице Поэта Александра Романова в Вологде наконец заработал

Автор: **Вероника Колоскова**

Разговоры о нем не умолкали в течение двух последних лет. Название и даже место строительства нового спортивного центра выбирали сами жители города: варианты обсуждались путем народного голосования. Об этапах строительства мы часто писали в нашем журнале. И вот председатель подрядчика Маргарита Богданова вручила юным фигуристам и хоккеистам символический ключ от Ледового дворца «ВологдаРена». Обычная дата – 17 февраля – в этом году стала праздничной: в этот день состоялось торжественное открытие, которое оставило яркие впечатления и приятные воспоминания у всех присутствовавших.



Символический ключ от дворца «ВологдаРена» передан юным спортсменам



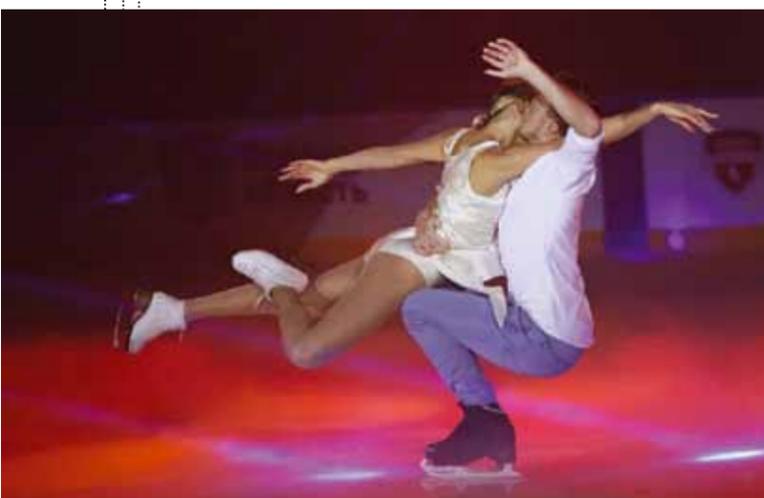
Руководители области и официальные лица на открытии ледового дворца «ВологдаРена»

«ВологдаРена» — масштабное сооружение площадью более девяти тысяч квадратных метров, возведенное по последнему слову техники и оснащенное самыми современными инженерными системами. Помимо ледового поля размером 60 на 28 метров и трибун на 800 мест, здание вмещает в себя большой тренажерный и хореографический залы, кафе, раздевалки и многое другое. В недалеком будущем здесь появится даже музей спорта. Конечно, все помещения оборудованы для маломобильных граждан.

На ледовой арене будут проходить соревнования разного уровня, а также зрелищные мероприятия для вологжан. Оценить возможности «ВологдаРены» смогли гости и зрители торжественной церемонии открытия: безупречно подготовленная программа включала в себя лазерное шоу, выступление знаменитых фигуристов и творческую постановку совсем еще юных спортсменов — надежды российского спорта. Новый каток показал, каким фантастически красивым он может быть.



Владислав Третьяк — легендарный хоккеист, вратарь, трехкратный олимпийский чемпион, президент Федерации хоккея России и депутат Госдумы



Виктория Синицина и Никита Кацалапов



Софья Самоделкина



Александр Самарин

Набор в детские группы по хоккею и фигурному катанию, которые примет в своих стенах «Вологда Арена», начался еще до официального ввода катка в эксплуатацию — этим продолжает заниматься школа олимпийского резерва «Витязь». Впрочем, помимо тренировок для спортсменов, Ледовый дворец обеспечит и массовые катания. «Учитывая, какими темпами развивается внутренний туризм в стране, надеемся, что не только жители нашего города, но и его гости будут проводить здесь свой досуг, занимаясь спортом круглогодично», — заметил руководитель спортивного Департамента Сергей Фокичев.

Качество льда отвечает самым высоким стандартам. В числе первых это оценили наши выдающиеся фигуристы, приехавшие в Вологду для участия в шоу на торжественном открытии. Свое мастерство на вологодском льду продемонстрировали победительница и призер соревнований среди юниоров Софья Самоделкина, обладатель многих титулов и один из лучших фигуристов в мужском одиночном катании Александр Самарин, а также Виктория Синицина и Никита Кацалапов — олимпийские чемпионы последней Олимпиады, лучшие в мире среди танцевальных дуэтов.

Впервые на льду «Вологда Арены» встретились представители команд Национальной молодежной хоккейной лиги — «Металлург» (Череповец) и «Брянск». Официальный хоккейный матч с их участием состоялся во второй части праздничной программы. За молодыми спортсменами наблюдал Владислав Третьяк — легендарный хоккеист, вратарь, трехкратный олимпийский чемпион, президент Федерации хоккея России и депутат Госдумы.

Поздравить вологжан с открытием Ледового дворца приехали представители государственных органов, в том числе первые лица области: Губернатор Олег Кувшинников, заместитель министра спорта РФ Алексей Морозов, заместитель Председателя Совета Федерации, Герой России Юрий Воробьев, начальник Департамента спорта, олимпийский чемпион Сергей Фокичев, мэр города Сергей Воропанов, председатель Законодательного собрания области Андрей Луценко и другие почетные гости.

В самый торжественный момент церемонии под сводами «Вологда Арены» прозвучал Гимн России в исполнении хора Вологодской филармонии, а в это время с большого экрана смотрели лица наших прославленных атлетов, олимпийских чемпионов и призеров крупнейших соревнований, каждый из которых в свои годы отстаивал честь страны на мировой арене. Теперь на смену им должно прийти новое поколение спортсменов, чьи имена будут так же громко звучать и радовать соотечественников. В этом выразил свою уверенность Губернатор Олег Кувшинников: «Сегодня здесь начнется спортивная олимпийская история Вологды. Именно здесь будут воспитываться чемпионы мира, чемпионы Олимпийских игр, те «звезды», которые будут через несколько лет прославлять нашу Вологодскую область, нашу страну».



Игра МХК «Металлург» – МХК «Брянск»



Родительская работа

Вологда

«Устали немножко от Москвы. Хоть и любим нашу столицу, но иногда хочется отвлечься и уехать в другой город, сменить обстановку. Когда выпала такая возможность, с удовольствием ею воспользовались. Хотелось посмотреть, как открывается каток. Приехали специально за день до этого события, чтобы увидеть еще и город.

В Вологде мы впервые и были просто потрясены. Архитектура невысоких зданий завораживает, особенно понравились деревянные дома: каждый из тех, что мы видели, был неповторим. Мы часами ходили по улицам, несмотря на прохладную погоду, наслаждались колоритом.

Открытие «ВологдАрены» было просто сумасшедшей красоты, и очень понравился каток своими масштабами. Выступления ребят ждала с замиранием сердца. Я смотрела с огромным удовольствием, но и с волнением, ведь олимпийскую короткую программу они не «катали» с прошлого года. Я так люблю смотреть на Вику и Никиту, они меня зачаровывают своим катанием, какой-то легкостью, нежностью...»



Надежда и Александр Сеницины на открытии ледового дворца «ВологдАрена»

Автор: **Вероника Колоскова**

Фото: из семейного архива Сенициных

Олимпийские чемпионы **Виктория Сеницина** и **Никита Кацалапов** «открывали» каток в «ВологдАрене». Фигуристов всегда спрашивают: «Ну как лед?» Спросили и **Викторию**. «Очень хорошего качества лед, — честно ответила она. — Нам понравился сразу, как только мы вышли на разминку».

За их танцем с трибун следили сотни зрителей, а также дорогие и близкие люди — родители. Пока на льду под прекрасную музыку летали наши олимпийские «звезды», мы поговорили с мамой **Вики Сенициной** — **Надеждой**.

Как правило, на страницах нашего журнала мы даем слово самим спортсменам, их коллегам, тренерам — в общем, лицам, напрямую связанным со спортом. Довольно редко интервью берут у родителей, а ведь их вклад в успехи чемпиона не менее важен, а иногда — просто незаменим.

Надежда Сеницина однажды, много лет назад, когда хотелось опустить руки и все бросить, сказала себе: «Нет. Мы пройдем этот путь до конца». Ее рассказ, на наш взгляд, получился проникновенным, живым и очень ценным для тех, кто, возможно, прямо сейчас ведет за ручку своего малыша по пути к спортивной мечте.

Выбор

«Спорт для **Вики** мы выбрали не случайно, на самом деле. Я вспомнила, что в детстве очень любила проводить время на катке, ходила туда каждый вечер. У меня болели ноги, но я упорно шла на следующий день. Я жила в маленьком городке в Подмоскovie и каталась на массовом льду — для меня это было самое большое развлечение. Еще с удовольствием смотрела по телевизору на фигуристов, правда, мало что в этом понимала тогда, но очень нравилось.

Были, конечно, попытки уговорить родителей отдать меня в этот спорт, но не получилось. Когда муж предложил фигурное катание для нашей младшей дочери, я даже обрадовалась. Вообще семья у нас спортивная. Я бегала на лыжах — у меня есть много грамот, занимала первые, вторые места. Играла в баскетбол за сборную школы, с удовольствием ходила на тренировки. Муж был гимнастом — с красивой фигурой, спорт его очень украшал. В его семье не пропускали ни одной олимпиады, ни одного хоккейного матча — смотрели по телевизору... Правда, несмотря на большой интерес к спорту, родители считали, что сын все-таки должен больше уделять внимания учебе, и не поддержали его стремлений стать выдающимся спортсменом. Ну, а потом он заболел, и это не позволило ему тренироваться дальше.

Когда **Вике** исполнилось три года, мы начали задумываться: что-то она у нас часто болеет, наверно, нужно познакомить ее со спортом. Рядом с метро «Водный стадион» есть детский клуб «Вымпел» — вот туда и пошли. Там открытый каток, зимой заливали лед, было ОФП, хореография. Первым нашим тренером стала **Алла Станиславовна Дымская**. **Вика** как-то сразу проявила себя — быстро схватывала. Запоминала движения прекрасно: как потопать, как похлопать, куда повернуться, когда там «пяточка — носочек», и так далее, хотя ей было всего три с половиной года».



Танцевальный номер «Кнопочки». Внимание на **Викку!**



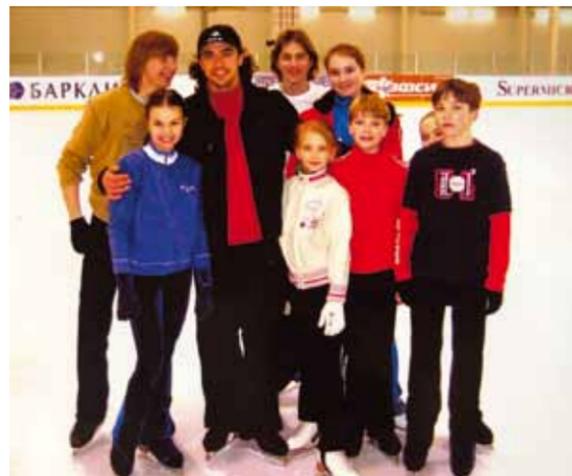
Спортивный клуб «Вымпел». Зачет по ОФП



Первые победы. **Вика** на пьедестале (справа)



В школе олимпийского резерва на стадионе Юных пионеров(СЮП)



В школе фигурного катания Ирины Лобачевой и Ильи Авербуха



Олимпийское «серебро» на вес золота

Угадали

«Вспоминаю смешной эпизод. Дети выступали в мэрии, их танцевальный номер назывался «Кнопочки». Вышли на сцену в красивых нарядах, девочки в кокошниках. Русский народный танец им придумала хореограф. А чтобы все прошло без ошибок, она поставила Вику на сцене впереди и велела всем остальным артистам смотреть на ее ноги. Когда проходило это выступление, зал смеялся, потому что все двадцать детей, стоявших сзади, — мальчики, девочки — сосредоточенно повторяли за Викторией движения, не сводя глаз с ее ног.

Одним словом, Вика влилась. Такая была энтузиастка, у нее все получалось очень хорошо и легко, с улыбкой всегда — как солнышко...

Дальше — больше. Захотелось все это развивать, и мы пришли на стадион Юных пионеров. Я в то время думала, что дочь еще может переключиться на учебу, что коньки останутся как хобби. Но ее просто затянуло в спорт.

Я смотрела на ребенка — ребенок мне говорил: «Я хочу. Я буду». И у нее получалось, она это делала с таким огромным удовольствием, что было просто невозможно сказать ей: «Нет, ты больше не будешь заниматься». Хотя мы оставили ей стимул и для учебы: мол, если хочешь идти на тренировку, надо сделать все уроки и, вообще, учиться нормально».

Тернии

«Такая нагрузка, как у нас была — по две тренировки в день, требовала от всей семьи очень большого ресурса. Это и финансы — конечно, мы покупали все за свой счет, оплачивали дополнительные тренировки, «подкатки». К тому же у нас не одна дочь, а две, и обеим нужно обеспечить образование, и все прочее. Я плотно работала и подстраивала свой график, иногда просила бабушку, чтобы в один из дней отвела Вику на каток. Муж возил по субботам.

Очень важно было соблюдать режим: например, маленькой Вике требовался дневной сон между утренней и вечерней тренировкой. Я ее научила просто ложиться и засыпать: «Нужно — так нужно!» Воспитательница в детском саду приходила от этого в восторг. Конечно, такой навык очень помогал потом Вике.

Травмы были. К счастью, не такие значительные. Ушибы от падений, столкновений с другими спортсменами... Слава Богу, все обошлось.

Забавная история вышла с подбором коньков. Вике было года четыре-пять. Я решила сэкономить и купила ей коньки на вырост. И она стояла на льду такая смешная: с тоненькими ножка-

ми, худенькая — и большие-большие коньки! Конечно, потом узнала, что это неправильно. Естественно, все родители, ничего не понимая в спорте, делают такие ошибки».

Родительское сердце

«Как понять, что твой ребенок именно в этом спорте добьется успеха? Как правильно выбрать цель? Считаю, что правильно делала, когда слушала детей: что они хотят, что им нравится? Говорила так: «Если ты этим не хочешь заниматься, ну и хорошо. Только выбери что-то другое». Если ребенок чего-то не хочет, его заставлять, мне кажется, нельзя. Если не хотят родители, то не будет толку из этого ребенка. Например, родители должны следить, чтобы все требования тренера были соблюдены. Игорь Сергеевич Русаков, у которого мы занимались дополнительно, так нам сказал: «Мне от вас ничего не надо, только коньки купите, какие я вам скажу». Значит, нужно пойти и купить эти коньки. Тут должно быть такое огромное желание у всех — у детей, у родителей!

Конечно, мы делали какие-то ошибки в принятии решений, колебались туда-сюда. Например, долго не хотели уходить из одиночного катания. Но потом послушали свою дочь, а она сказала про танцы на льду: «Мам, а мне вроде понравилось»... Мы все любим своих детей, это понятно. Но надо еще и адекватно оценивать ребенка, его и свои возможности, желания — помогать ему делать выбор. Из-под палки не будет толку».

Риски и правила игры

«Еще, конечно, должна сказать, что в спорте нужно быть готовым к тому, что ничего не получится. Ты идешь, идешь к какой-то цели, а потом — раз! и в один момент... не сложилось. Кого-то

здоровье подвело... Хотя видела, как сами родители иногда гробили своих детей — «убивали» колени, заставляя больше тренироваться. А ребенок еще не понимает, что уже много часов на льду, ему говорят: «Давай, давай!», и ему кажется, что все хорошо...

Нужно быть готовым и к тому, что ребенок в какой-то момент забросит спорт и захочет переключиться на что-то другое. Ведь нужно тренировки совмещать с учебной, как минимум. Бывает, что на все сил не хватает и приходится выбирать. У нас неплохо получалось со школой совмещать до восьмого класса, дальше — да, сложнее. Конечно, многие родители берут на себя. Мы нанимали преподавателей, сами помогали чем могли. Вика, к счастью, хорошо сдала и ГИА, и ЕГЭ.

А еще, по возможности, нужно, чтобы было какое-то увлечение. Вике, например, очень нравилось готовить. И в перерывах между занятиями спортом мы с ней что-нибудь обязательно пекли, выдумывали, в общем, кашеварили — это было так здорово».

Свободное плавание

«Когда ребята становятся более взрослыми, они сами лучше разбираются в ситуации и в том, чего хотят: попробовать что-то новое, пойти тренироваться в другое место, сменить тренера и так далее. Вика всегда приходила за советом, мы могли что-то с ней обсудить, но принимала решение она всегда сама. Упрекнуть ей нас не в чем, и мы рады, что не «сломали» ее, только поддерживали. Это очень большая родительская работа: когда ребенку трудно, подставить плечо, помочь пережить стресс. А дальше они сами».



Золотые медали Олимпиады-2022 в Пекине

В Соколе открыт современный спортивный объект – ледовый дворец «Сокол-Арена»



Новые спортивные достижения ждут Сокольский округ. Свои двери в городе бумажников в декабре открыл ледовый дворец «Сокол-Арена». Первыми лед на корте опробовали фигуристы, хоккейная команда Правительства области, капитаном которой является Губернатор Олег Кувшинников, и команда Сокольского округа.



Стоители вручили директору Дворца Светлане Васильевой символическую клюшку

Решение о строительстве ледового дворца приняли на Градостроительном совете вместе с жителями. В июле прошлого года была забита первая свая в основание здания. На строительство выделили более 400 миллионов рублей.

«Знаменательный день для спортивной общественности области. Прошло менее полутора лет с момента старта строительства, и вот современный ледовый дворец открыт. Мы выполнили обещание, данное сокольчанам. В Соколе начнется новая спортивная эпоха олимпийских зимних видов спорта. Дворец будет работать круглогодично, воспитывать новых чемпионов», – отметил Губернатор области Олег Кувшинников.



Олег Кувшинников поставил автограф на фотографии сокольской хоккейной команды

Ледовый дворец стал первым в округе крытым катком с искусственным льдом. В здании располагается хоккейный корт размерами 58*26 метров, трибуны, рассчитанные на 73 человека, из них два места оборудованы для маломобильных граждан. В ледовом дворце также есть фитнес-зал и буфет.

«Таких крытых катков с искусственным льдом немного в области, большая часть из них расположена в Вологде и Череповце. Современный ледовый дворец теперь появился и в Соколе. Здесь проживает много людей, которые любят зимние виды спорта. Уверена, «Сокол-Арена» будет востребована», – рассказала депутат Государственной думы Валентина Артамонова.

Название дворцу выбирали сами жители путем голосования.



Сергей Фокичев и Светлана Васильева

«Несмотря на трудности, мы построили ледовый дворец. Благодарю за поддержку Губернатора области Олега Кувшинникова, а за качественно выполненную работу – подрядчика», – добавил глава Сокольского округа Юрий Васин.



«Красивым праздником началась история активной жизни ледового дворца «Сокол-Арена». Спортсмены продолжают ее своими победами, а все, кто любит лед, будут просто радоваться жизни и укреплять здоровье на главной спортивной арене города!» – поделился начальник Департамента физической культуры и спорта Вологодской области Сергей Фокичев.

Планируется, что на ледовой арене будут проходить тренировки по фигурному катанию и хоккею, спортивные соревнования. В свободное от занятий время дворец будет открыт для массового катания. Для удобства организован прокат катков. Приобрести можно как разовый билет, так и абонемент.

«В Соколе давние хоккейные традиции. Еще в 70-х годах вместе с районной командой мы ездили на финал первенства России по хоккею в Гусь-Хрустальный. Конечно, в конце 90-х – начале 2000-х годов занятия практически прекратились. И мы ждали, когда же уже появится ледовый дво-

рец. Открытие «Сокол-Арены» будет способствовать возрождению лучших традиций по хоккею в Соколе», – поделился тренер хоккейной команды в Соколе Леонид Шмелев.

После официального открытия состоялся товарищеский матч между хоккейными командами Правительства области и Сокольского округа. Соревнование завершилось со счетом 4:3 в пользу регионального Правительства.

Открытие ледового дворца в Соколе было наполнено и чудесами. Сегодня Губернатор Олег Кувшинников исполнил заветные желания детей семьи Лунковых, чей шарик снял на «Елке желаний». Валерии подарил коньки, на них она сможет кататься в «Сокол-Арене», Александру – лыжи, а Милане – надувные санки. Теперь, по словам родителей, дети смогут еще больше внимания уделять зимним видам спорта.

Добавим, «Сокол-Арена» стала девятым крытым спортивным объектом с искусственным льдом в Вологодской области.



Товарищеский матч



Хоккейное мастерство продемонстрировали «Северянка» из Череповца и сокольская «Звезда»

Юные сокольские хоккеисты

Российско-китайские молодежные игры-2022. Вологжане – с медалями



В декабре 2022 года в городе Чанчунь (КНР) прошли III Российско-китайские молодежные игры. В спортивную программу были включены семь видов спорта: лыжные гонки, горнолыжный спорт, сноуборд, конькобежный спорт (включая шорт-трек), фигурное катание на коньках, фристайл и керлинг. Сборная команда нашей страны привезла домой 93 медали (31 золотая, 31 серебряная и 31 бронзовая). Россияне собрали весь комплект наград в горнолыжном спорте, сноуборде и фигурном катании на коньках. Больше всего медалей у сборной России в конькобежном спорте (25 медалей).

У сборной Китая 31 медаль (15 золотых, 12 серебряных и 4 бронзовые).

Копилку российской сборной пополнили и вологжане.

Вологодскую область представляли две лыжницы — Арина Каличева и Алина Пеклецова, а также конькобежец Семен Аверин. Наши земляки привезли на родину четыре медали. У Алины Пеклецовой (тренер Ирина Соколова) «золото» в командной эстафете и «бронза» на дистанции 10 км свободным стилем. «Серебро» в лыжной гонке досталось череповчанке Арине Каличевой (тренер Андрей Зорин). Семен Аверин (тренер Илья Невский) получил бронзовую медаль в командном спринте.

Некоторые из наших спортсменов согласились рассказать подробнее о том, как проходили соревнования.



Пьедестал конькобежцев

Андрей Зорин и Арина Каличева



Золото российских лыжниц



Семен Аверин:

«Было волнительно, когда сдавались тесты на ковид, многих ребят отсеяли, но мне повезло, и я был допущен к соревнованиям. Очень рад медали в командном спринте, хотя мы могли показать результат и лучше, но третьему месту я тоже был рад. К сожалению, в личном забеге моя любимая дистанция 500 метров мне не удалась: я пробежал чуть хуже, чем в Коломне, и занял лишь четвертое место. Зато на дистанции 1000 метров, которая у меня вообще никогда не получалась, потому что обычно не удавалось справиться с ногами на втором круге, я вдруг улучшил свое время на целых две секунды. В коньках это очень много, и, мне кажется, я понял, как нужно эту дистанцию бегать. Надеюсь, в ближайшем будущем потренируюсь, поработаю над техникой и буду тоже хорошо бежать «тысячу», как и «пятисотку».

Встретили нас радушно, очень понравилось открытие. Китайские спортсмены дружелюбные, мы знакомились, обменивались спортивной одеждой. И вообще, это был хороший опыт выступления на международном уровне. Пожалуй, единственный минус: не велась трансляция во время конькобежных забегов. Например, на соревнованиях по шорт-треку она проходила, насколько я знаю, но вот конькобежцы свое выступление пересмотреть не могли».



Семен Аверин



Алина Пеклецова:

«Для меня эти соревнования стали первым международным стартом и, вообще, первой заграничной поездкой. И я очень рада, что попала в состав команды и поехала, потому что такой шанс выпадает не часто.

Сейчас соревнования уже прошли... О состоянии трассы говорилось много, она просто не соответствует никаким стандартам: крутые спуски и резкие повороты при очень твердом, ледяном снеге — это ужас. На первой гонке я дважды упала — не вписалась в поворот, вылетела в кусты (снега вокруг трассы нет) и пока вылезала, потеряла время.

Алина Пеклецова

На следующий день у нас была эстафета. До соревнований я думала, что меня в нее не возьмут, но по итогу первой гонки — прошла. В эстафете уже все было очевидно, бежали две команды. А в команде Китая еще и на третьем этапе девочка упала и сломала лыжу. Несмотря на большой отрыв, мы все равно работали на максимум.

Больше всего я довольна последней гонкой, для меня она прошла хорошо, на этот раз без падений. Что интересно, запускали со старта даже без электронного табло, просто по секундомеру у судьи: он кричал, видимо, обратный отсчет цифр по-китайски, а я не понимала, что он говорит, и когда мне стартовать. Поехала только тогда, когда он закричал: «Go, go, go!»

Погода все эти дни стояла морозная и солнечная. Больше всего мне понравилась организация игр в целом. Несмотря на ограничения по ковиду, проведены торжественные церемонии открытия и закрытия, прекрасное размещение, хорошее отношение ко всем спортсменам со стороны спортивных судей, спортсменов из Китая, волонтеров, персонала. Все нам были рады.

Я видела, что многие сейчас пишут в соцсетях о том, что эти соревнования проведены бесполезно, потому что участвовали только две страны, так мало спортсменов и что, мол, мы здесь соревнуемся только между собой, но я так не считаю.

Например, в других видах спорта китайские спортсмены составили нашим хорошую конкуренцию и завоевали медали. Главные слоганы этих соревнований — дружба и спортивный дух. Мне они дали возможность поучаствовать впервые в международном старте и получить опыт, а помимо этого — познакомиться с иностранными спортсменами, посмотреть, как они тренируются, сравнить уровень развития спорта и лыжных гонок с нашим».



Гуляев Николай - заслуженный мастер спорта СССР по конькобежному спорту, олимпийский чемпион 1988 г. в Калгари на дистанции 1000 метров, абсолютный чемпион мира и Европы, рекордсмен мира



Вологда, стадион «Динамо». На дистанции отец – Гуляев Алексей Иванович (фото из семейного архива)

Борис Васильковский: «Нам повезло, что коньками пришел руководить Николай Гуляев»

Автор: Вероника Колоскова

10 декабря исполнилось десять лет конькобежным стартам на призы олимпийского чемпиона Николая Гуляева. По традиции в последний месяц года в Вологду съезжаются гости из разных уголков страны. В этот раз приехали спортсмены из 12 регионов, и общее число соревнующихся достигло 160 человек. Престиж этих всероссийских соревнований постоянно растет, а в новом сезоне изменяется и статус — они перешли в ранг международных.

Николай Гуляев — это имя громко прозвучало в спортивном мире. Он родился 1 января 1966 года, рос и воспитывался в семье спортсменов. Отец, Алексей Иванович Гуляев — мастер спорта по конькам, чемпион и рекордсмен области в многоборье, участник многих республиканских и всесоюзных соревнований. Мать, Маргарита Константиновна — известная в прошлом легкоатлетка. Их сын начал заниматься коньками в 1976 году в детско-юношеской спортивной школе, и его первым наставником стал Юрий Николаевич Осадкин, заслуженный тренер СССР. В составе сборной страны в 1988 году на Олимпиаде в Калгари Николай Гуляев получил золотую медаль за победу на дистанции 1000 метров. За год до этого он завоевал звание чемпиона мира и Европы в классическом многоборье. Сегодня титулованный спортсмен возглавляет Федерацию конькобежного спорта. Его имя носит вологодская спортшкола.

Соревнования на призы Николая Гуляева проходят начиная с 2012 года, когда состоялось открытие катка на стадионе «Локомотив». С тех пор в декабре здесь особенно «звездно»: можно встретить не только больших поклонников конькобежного спорта, но и ветеранов, чемпионов и призеров разных лет, выдающихся тренеров, прочих представителей спортивной элиты.

В этом году среди почетных гостей, вновь приехавших поддержать именитого спортсмена, — Борис Михайлович Васильковский, наставник, старший тренер сборной СССР. Он готовил спортсменов в нашей стране и за рубежом: в Польше,

Китае и Казахстане. Благодаря его опыту и знаниям сборные этих стран достигли немалых успехов в коньках на мировой арене. В тренерском арсенале Бориса Васильковского есть и собственная книга «Просто о сложном. Диалоги. (Тренировки конькобежцев)», которая в спортивных кругах пользуется большой популярностью.

После соревнований мы обратились к Борису Михайловичу с просьбой рассказать о Николае Гуляеве. Он охотно согласился, с большой теплотой отзываясь о своем подопечном.

— Борис Михайлович, какое впечатление на вас произвел Николай Гуляев при первом знакомстве?

— В 1983 году Коля выступал за «Буревестник», учился в ГЦОЛИФК (ныне это Российский университет спорта). Я его увидел как-то на соревнованиях и решил, что это очень достойный спортсмен, который может быть приглашен в сборную команду СССР.

И вот Николай пришел в нашу команду, будучи таким высоким и достаточно худым. Удивительно, что при почти двухметровом росте он очень твердо стоял на коньках. Никуда не сваливался, как обычно бывает: чем выше рост, тем сложнее держать центр тяжести. Он был очень координированный для коньков. Но, самое главное, он был человеком неспорченным. Приехал из Вологды, где тренер Осадкин в него очень много вложил. Коля никогда, конечно, не имел таких условий, какие ему предложили в сборной команде страны, никогда не был, например, на Медео — это знаменитый каток, и я бы сказал, с благоговением относился к тренировкам. Очень хотел кататься и ценил то, что имелось вокруг — хороший лед, хороший инвентарь, да и тренер я был более-менее известный. Коля был любопытным, а я старался ему объяснить все с точки зрения физиологии, биомеханики и так далее. Вообще, весь принцип тренировки у меня, особенно с молодыми спортсменами, строился на научном объяснении того, что мы делаем: почему надо идти именно на этой скорости, почему интервалы отдыха такие, а не больше, почему важны показатели потребления кислорода, пороговой скорости, пульс и так далее. Коля был из тех, кто не просто механически что-то выполнял, а спрашивал, интересовался, анализировал.

— Как у него складывались отношения в команде?

— Я считаю, что положительную роль в карьере Николая сыграл Олег Божьев. Он был старше на пять лет, в 1984 году стал чемпионом мира в многоборье, и Коля, попав в команду, старался кататься в паре с Олегом. Несмотря на то, что они очень разные по антропометрии — у Олега рост



Борис Васильковский — заслуженный тренер СССР и России, кандидат педагогических наук, доцент кафедры конькобежного спорта Российского государственного университета физической культуры



Николай Гуляев, Борис Васильковский и Сергей Фокичев на чемпионате мира по конькобежному спорту 1987 года на крытом катке Тиалф в Херенвене (Нидерланды)



Николай Гуляев



Олег Божьев. Заслуженный мастер спорта СССР по конькобежному спорту (1984). Чемпион мира в классическом многоборье (1984). Заслуженный тренер России (1999)



Борис Васильковский, тренер чемпионов - Николая Гуляева и Олега Божьева



Олег Божьев, Николай Гуляев и Андрей Бахвалов награждают победителей и призеров соревнований. Вологда. Стадион «Локомотив». Декабрь 2022 года

178 сантиметров, у Коли – 190 сантиметров, Коля всячески стремился кататься с сильнейшим спортсменом, а я это поощрял. Решил так: Олег – лидер, катается правильно, и новичок с ним почувствует все тонкости. И вот однажды, после одной из совместных тренировок, мне Олег говорит: «Борис Михайлович, вот увидите, через два года Коля станет чемпионом мира». Я говорю: «С чего ты взял, почему?» А Олег: «Ну вот увидите..., когда уже я не могу, он еще может, и он не ломается, ни технически, никак».

Сам Олег стал чемпионом мира в классическом многоборье спустя 21 год после последней победы нашего спортсмена Виктора Косичкина в 1962 году. Произвел фурор в стране: для всех было неожиданным, что какой-то москвич Олег Божьев спустя столько лет завоевал титул нового чемпиона мира в классическом многоборье. Ну, а потом пришло время Гуляева, и уже Коля становится первым, а Олег – вторым. И они стояли на пьедестале почета рядом.

— **А какими были их отношения в жизни?**

— Самыми теплыми. Во-первых, Коля – добрейшей души человек. Это видно по его лицу. Он – такой типичный русский парень, большой, незапуганный и добрый. И эти качества ему, в общем-то, и карьеру сделали, кроме коньков. Все-таки он был руководителем московского департамента, то есть министром спорта Москвы. А сейчас он – президент Федерации конькобежного спорта. Все человеческие качества, которые у него проявлялись еще в спорте, остались и в обычной жизни. Кто с ним общался по работе, всегда отмечали его доброту, справедливость, желание помочь всем, кому можно. Пример тому – эти сегодняшние соревнования. Вы посмотрите, ведь каждый год малышам, молодым спортсменам вручают призы, вплоть до коньков, а они ведь очень дорого стоят, это же голландская экипировка...

— **В чем секрет Николая Гуляева как спортсмена? Что сделало его чемпионом?**

— Воля к победе, потому что очень тяжелые были тренировки. И опять-таки я ему объяснял: вот эта будет тяжелая, а другая – не очень, и надо себя преодолеть на этих тренировках. Такое понимание тренера и ответная реакция спортсмена и продвигали Колю Гуляева очень быстро по ступеням мастерства. Буквально через год он выполнил норматив международного мастера спорта, потом стал чемпионом СССР, потом чемпионом Европы, потом чемпионом мира. Причем на чемпионате мира, а это был первый чемпионат мира на крытом катке, проходил в Голландии – Николай не только установил мировой рекорд и победил, но еще и стал дважды мировым рекордсменом на дистанции 1500 метров в сумме многоборья.



Венец его карьеры – победа на Олимпиаде в следующем году. И заметьте, какой диапазон успешных выступлений: на тысяче метров – олимпийский чемпион, на «полutorке» – мировой рекорд и титул чемпиона мира и в сумме многоборья (а это пять, десять и полторы тысячи километров) – тоже чемпион мира.

— **Но ведь с таким потенциалом он мог бы и дальше выступать, почему решил не продолжать?**

— Начались проблемы со спиной. Хорошо еще, что Олимпиаду успел выиграть. Он потерял тактильную чувствительность – его можно было колоть, он не ощущал, а это означало, что с позвоночником что-то не так. Для обычной жизни вроде бы нормально, но когда идут очень высокие нагрузки, организм не выдерживает. Мы повсюду пытались его вылечить, однако многоборье он уже бежать не мог.

— **Поэтому на своей коронной дистанции ему не удалось завоевать олимпийское «золото»?**

— Дело в том, что на первой дистанции 500 метров он упал, когда мы отбирались «дома», в СССР, пришел вторым. На Олимпиаду поехал на «пятисотку» и «полutorку». Тысячу метров мы не планировали, потому что это не его дистанция – ведь раньше на чемпионатах мира было только многоборье, куда эта дистанция не входила, и он ее очень редко бегал. Но тем не менее на Олим-

пиаду отобрался и на 1000 метров. У него был мировой рекорд в «полutorке» – на серьезных соревнованиях на этой дистанции Николай никому никогда не проигрывал. Все решили, что именно на ней он и покажет высший класс.

И вот мы приехали на Олимпиаду. А там программа такая: 500 метров, потом отдых два дня, потом 1000 метров, опять отдых два дня, потом «полutorка». Мы подумали: пробежим «тысячу» – так, между делом, а уж «полutorку» дадим как следует. И вдруг Коля выиграл на тысяче метров! Это была сенсация для всего мира. Начались пресс-конференции, на него навалилось столько журналистов и наших, и иностранных, он все время давал какие-то интервью, а ведь оставалось два дня до «полutorки». И я, очевидно, не рассчитал, а он уж тем более, что это подействует отрицатель-





Николай Гуляев – президент общероссийской общественной организации конькобежного спорта «Союз конькобежцев России»

но. И на своей коронной дистанции Коля пришел четвертым!.. Вот как подействовала вся эта шумиха. В конце концов, результаты, которые показывает спортсмен, всегда от головы идут. Люди порой не понимают, как это может быть связано: ведь такие мышцы, такая физическая форма хорошая!.. А все от головы зависит. Его, Колю, буквально на части разрывали, приходилось запереться в номере. Обидно, да.

– **Расскажите о своей книге, пожалуйста. Она ведь разлетелась не только в России, но и за рубежом, верно?**

– По поводу книги: ее издали в Казахстане, маленьким тиражом, всего 350 экземпляров, поэтому она быстро разошлась. А сейчас Николай ее здесь размножил — сделал еще 200 экземпляров. Не сам, конечно, а Федерация, но это же от президента зависит. Почему бывший президент не был заинтересован? Потому что он не понимал конькобежный спорт, пришел совсем со стороны.

Эта книга заставляет тренеров разбираться в сути тренировок. В ней есть объяснения для спортсменов с точки зрения науки, чтобы все делать осознанно. По экземпляру раздадим каждому тренеру, чтобы повысить уровень знаний. Те, кто катается на крытых катках, получат колоссальную возможность использовать научные открытия из циклических видов спорта, которые я перенес и на коньки. Сюда, в Вологду, я тоже привез часть тиража, будем раздавать тренерам и квалифицированным спортсменам, которые понимают тонкости. Не детям, конечно, чтобы эту книжку прочитать, нужно иметь спортивное образование. Чем она еще хороша — так это рассказом, как не делать лишнего. Во введении звучит мысль о том, что любой прогресс в любом деле сводится к экономии времени в достижении цели.

Я диссертацию защитил и считаю, что тренироваться надо меньше, чем сборная тренировалась. У меня за плечами работа тренером сначала сборной профсоюзов, затем сборной СССР. Но вот сборная профсоюзов стала обыгрывать сборную СССР: возьмем, к примеру, Олега Божьева, он ведь какое-то время у меня в «профсоюзах» выступал.

Ключевая мысль всей книги: тренироваться надо меньше, но по-умному. На мой взгляд, если тренер не очень силен в методике, он это компенсирует огромной нагрузкой для спортсменов. И когда они у него «не бегут», он говорит, мол, «материал не тот». В своей книжке я и объясняю, что надо понимать. Зачем должны быть определенные интервалы отдыха, для чего в сборной команде требуется биохимик: он утром из пальчика кровь берет и показывает тренеру, что происходит с организмом, а тренер решает, давать нагрузку или не давать. Этому отдыхать, этому работать. Одному надо бегать короткие дистанции сегодня, а другому длинные. Конечно, обязательно иметь образование, чтобы понимать, что обозначают цифры.

На обложке книги есть фото, где Коля бежит с парашютом. Парашют, конечно, не мое изобретение, но я первый придумал, как конькобежец должен работать с парашютом, как и когда отцеплять его для резкого ускорения. Конечно, Николай Гуляев не случайно стал чемпионом Олимпийских игр.

– **Борис Михайлович, несмотря на свои 84 года, вы по-прежнему в строю. Над чем сейчас работаете?**

– Раньше часто проводилась так называемая защита тренировочных программ. Каждый тренер сборной страны на ней должен был представить свою методическую систему. Так мы обсуждали главные вопросы, не наказывая тренера, а помогая ему, так сказать, поспорить творчески. В этом плане у меня опыт богатый, я все-таки живу долго. Николай сейчас возрождает такой методический совет, и я считаю, что это очень поможет всем в работе.

Возьмем, например, детский спорт: в нем тоже многое можно делать по-другому, более целенаправленно прилагать тренерские усилия для достижения определенных результатов. В детской школе внимание надо обращать не столько на объемы, сколько на технику, координацию. Многие тренеры за счет развития физических данных воспитанника форсируют события. Вот юный спортсмен вроде бы побеждает своих сверстников, а потом те подрастают, но катаются уже технически более правильно и начинают «давить» своего соперника, а для недавнего лидера это часто приговор...

Очень много работы и проблем у тренеров, и поэтому Николай Алексеевич поддерживает возрождение такого методического совета. Считаю, что это здорово. Вот здесь я могу помогать. В принципе, я уже помогаю тренерам, особенно тем, которые освоили мою книгу. У них много вопросов. Потому мы ее и размножили, а то мне либо домой звонят, либо на почту пишут, спрашивают, где ее достать. Вот теперь она будет у всех. И я рад, что у нас общий язык с президентом Федерации конькобежцев.

– **Как вы оцениваете вклад Николая Гуляева в развитие конькобежного спорта?**

– Считаю, нам повезло, что коньками пришел руководить Николай Гуляев. Сейчас трудные времена в стране, у нас нет международного календаря из-за санкций. Тем не менее, что касается конькобежного спорта, открылись еще два крытых катка: один в Кемерове, другой в Иркутске. Прекрасные катки для скоростного бега на коньках, и хорошо, что в Сибири, а то в основном соревнования проходят в Коломне, Москве, Челябинске. Я побывал в Кемерове, поговорил с губернатором: так вот, теперь будут проводить чемпионат России на этом новом катке. Николай пока первый год на своем посту, до него был не имеющий отношения к спорту человек, может, и неплохой, довольно умный, но он был занят своим бизнесом, никуда не ездил, даже на соревнования по России. А Николай уже побывал во многих городах, даже у белорусов, и в Сочи, где проводились соревнования по шорт-треку, то есть он занимается очень активно тем, чем должен заниматься президент.

Сейчас сохраняется проблема у московских конькобежцев: знаменитый каток в Крылатском отдали под ковидную больницу и до сих пор еще не вернули обратно, вот уже три года прошло. Ребятам-то заливают каточек искусственный, 333 метра, в Лужниках, но там можно кататься совсем юным, а спортсменам уровня Николая Гуляева, Сергея Фокичева и так далее — им подходит только крытый каток, где постоянные условия, это

очень важно. На улице может быть ветер, дождь, оттепель — для детишек это допустимо, пока они растут, а когда вырастают, нужны «быстрые коньки». Николай уже потратил много сил, чтобы московский каток вернули конькобежцам.

А если по-честному, то в Москве нет ни одного катка, где разрешают кататься на беговых коньках — только на фигурных или хоккейных. Почему? Я, заслуженный тренер, понять не могу. Говорят, опасно: вдруг проткнут друг друга коньками. Что за глупость! всю жизнь катались, а сейчас стало опасно. Катков много, действительно: и ВДНХ, и Парк культуры, и других с искусственным льдом, но туда беговые коньки не пускают. От этого конькобежный спорт в Москве теряет позиции — нет притока. Побегал, научился, а дальше что? Вот человек стал мастером спорта, ему уже на открытых катках нечего делать, нужны крытые — соревноваться на чемпионатах мира, кубках мира. Но этого нет! Те же ребята, которые здесь выросли, которые выдают отличные результаты — и Лаленкова, и Арефьев, они все с Вологодчины, прошли хорошую спортивную школу...

Так что, чтобы поддержать конькобежный спорт, в том числе и на своей родине, Николай приходится сейчас прикладывать большие усилия. И приятно осознавать: много хорошего происходит при нем. Ведь в спортивном мире он имеет неоспоримый вес — олимпийский чемпион из Вологды.



Номинация «Лучший спортсмен года»

«Олимпийские, Паралимпийские и сурдлимпийские виды спорта»

Департаментом физической культуры и спорта региона определены победитель и лауреаты конкурса по итогам выступления вологодских спортсменов в 2022 году.



**Цветков
Максим**

Победитель – Цветков Максим, заслуженный мастер спорта по биатлону, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, бронзовый призер XXIV Олимпийских игр 2022 года в Пекине; победитель VI этапа Кубка мира-2021/2022, г. Рупольдинг, Германия; победитель II этапа Кубка Содружества по биатлону-2022/2023, г. Раубичи, Республика Беларусь; серебряный призер IV этапа Кубка России.

Лауреаты конкурса

Арефьев Артем, мастер спорта международного класса по конькобежному спорту, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, участник XXIV Олимпийских игр 2022 года в Пекине, серебряный и бронзовый призер чемпионатов России по конькобежному спорту.



Головин Макар, мастер спорта по каратэ, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, победитель международных соревнований по каратэ среди юношей, девушек, juniоров, juniорок, мужчин, женщин, г. Ереван, Армения; победитель и серебряный призер всероссийских соревнований и турнира по каратэ.



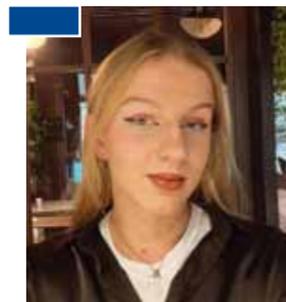
Коршунова Екатерина, мастер спорта международного класса по пулевой стрельбе, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, серебряный призер I Всероссийской Спартакиады между субъектами РФ по летним видам спорта среди сильнейших спортсменов 2022 года, призер Открытого Кубка России, победитель и призер этапов Кубка России по пулевой стрельбе.



Лаленкова Евгения, заслуженный мастер спорта по конькобежному спорту, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, участник XXIV Олимпийских игр 2022 года в Пекине; бронзовый призер чемпионата Европы по конькобежному спорту, г. Херенвен, Нидерланды; победитель и призер чемпионатов, Кубков России, победитель и призер всероссийских соревнований по конькобежному спорту.



Маркова Анастасия, мастер спорта международного класса по плаванию, член сборной команды Вологодской области, член юниорской сборной команды Российской Федерации, победитель и серебряный призер международных соревнований по плаванию «Кубок Владимира Сальникова», победитель и бронзовый призер I Всероссийской Спартакиады между субъектами РФ по летним видам спорта среди сильнейших спортсменов 2022 года, победитель и серебряный призер чемпионатов и Кубка России по плаванию.



Марсов Илья, мастер спорта международного класса по пулевой стрельбе, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, победитель и бронзовый призер Гран-при ISSF по стрельбе из пневматического оружия, г. Осиеке, Хорватия; серебряный и бронзовый призер Кубка и этапов Кубка России по пулевой стрельбе.



Мельников Данил, кандидат в мастера спорта по каратэ, член сборной Вологодской области, бронзовый призер всероссийского турнира по каратэ «Кубок Памяти».



Рафилович Максим, мастер спорта России по легкой атлетике, член сборной команды Вологодской области, бронзовый призер чемпионата России по легкой атлетике, серебряный призер всероссийских соревнований по легкой атлетике.

Шкарин Андрей, кандидат в мастера спорта по конному спорту, член сборной команды Вологодской области, победитель чемпионата и первенства России по вольтижерке.



Только быстрые и взвешенные решения



Автор: Мария Куликова

Скорость, сообразительность и исключительная память – неизменные качества ориентировщиков, вызывающие восхищение зрителей. Вологжанин Степан Малиновский – победитель III зимних Всемирных военных игр в составе ЦСКА, призер этапов Кубка мира, чемпион России по спортивному ориентированию на лыжах, как никто другой знает, каково это – всего за несколько секунд до старта увидеть карту и выбрать оптимальный маршрут, чтобы прийти первым. О том, как развивалась спортивная карьера Степана, какие трудности появлялись на его пути, что дает для развития личности спортивное ориентирование, – в нашем материале.

– Степан, почему вы выбрали этот вид спорта и как в него попали?

– В спортивное ориентирование я попал, можно сказать, случайно. У меня спортивная семья, поэтому с самого детства катался на лыжах с родителями. В один прекрасный день к нам пришел друг дедушки и сказал: «Я заявил Степу на соревнования по спортивному ориентированию». На тот момент мне было семь лет, до этого никогда не слышал о таком виде спорта. Ну, заявил, надо ехать.... Это было лыжное ориентирование, маркированная трасса. Я проехал по разметке, угадал ноль местоположений контрольных пунктов и занял почетное последнее место. Нас было трое в возрастной группе, поэтому меня все равно наградили. Признаться, тогда желания ходить в секцию не появилось. Только через год я начал регулярно заниматься спортивным ориентированием под руководством первого тренера Ирины Геннадьевны Майоровой. Мне всегда было интересно, а что за тем поворотом, куда ведет эта тропинка. Наверное, это стало решающим в выборе вида спорта, так как на тот момент я уже успешно конкурировал в своем возрасте среди городских лыжников-гонщиков.

– Поделитесь вашей историей становления как спортсмена: все ли получалось, как справлялись с трудностями, какие соревнования стали основными в карьере.

– Я пришел в спортивное ориентирование в возрасте восьми лет. Это был 2001 год. Меня очень задевало то, что я ходил в «младшую» груп-



Пятилетний Степа с мамой на пути в Шайму



Степан с мамой на лыжном стадионе в Череповце, 17 лет

Спортивное ориентирование на лыжах относится к неолимпийским видам спорта. Ориентировщики проходят неизвестную им ранее трассу, используя карту и компас. Дистанция состоит из контрольных пунктов. Помимо лыжного ориентирования, есть бег, гонки на горном велосипеде и трейл-о (участвуют люди с инвалидностью). А в лыжном ориентировании существует два основных вида гонок – маркированная трасса и заданное направление.

Заданное направление – международная дисциплина, которая используется на всех мировых соревнованиях. На старте спортсмен получает карту с незнакомой трассой, также на ней указаны все лыжни. Участникам нужно выбрать самый быстрый маршрут до контрольных пунктов. Их порядок указан на карте. На местности могут быть контрольные пункты, которые не нужны спортсмену.

Маркированная трасса проводится только в России. На старте спортсмены получают пустую карту, и их главная задача – правильно заполнить ее, потратив меньше времени, чем соперники. На местности сделана разметка, на нее ориентируются участники. Как только на пути спортсмена встречается контрольный пункт, он должен указать его местонахождение на карте. Всего на дистанции от 15 до 20 пунктов. На финише судья проверяет правильность расстановки контрольных пунктов. Каждое неправильное указание – штраф на одну минуту.



пу и меня не берут на тренировочные сборы с более взрослыми ребятами. И так вышло, что весь детский период я стремился к этому и выступал с теми, кто старше меня. В группах юноши и юниоры доходило до того, что разница с соперниками составляла пять лет. Это было сложно, но в каком-то смысле мотивировало развиваться. Также помогла конкуренция внутри команды: друзья-ровесники не давали расслабляться на соревнованиях любого уровня.

В детском спорте я всегда был на лидирующих позициях с точки зрения физики, а вот ориентироваться без ошибок получалось далеко не всегда. Часто не удавалось компенсировать скоростью все допущенные ошибки. Не хватало хладнокровия в принятии решений во время гонки.

В 2008 году в возрасте 15 лет попал первый раз в состав юношеской сборной России, и с того момента выступаю за сборную. Был несколько раз призером первенства Европы среди юно-



На первенстве мира по спортивному ориентированию в Румынии, 2010 год



Сергей Торопов, Артем Ровкин, Малиновский Степан, Малиновский Владимир



Команда Вологодской области на первенстве России в г. Дзержинск



шей, в 2010 году стал чемпионом мира среди юниоров. В 2012 году пришло время выступать со взрослыми. Это было сложно – очень большая разница в скорости и уровне соперников. С того времени получилось занять 7 место на чемпионате Европы, 11 место на чемпионате мира, стать призером этапов Кубка мира, чемпионом России, победителем Кубка России, также являюсь победителем III зимних Всемирных военных игр в составе команды ЦСКА.

– Как проходят тренировки? Возможно ли развить навык ориентирования или это талант?

– Я тренируюсь круглогодично. На протяжении последних десяти лет не было периода более четырех дней без физической активности, если я здоров, разумеется. Летом бегаю и катаюсь на лыжероллерах, а зимой вся подготовка проходит на лыжах.

Развить навык ориентирования можно. Мгновенное принятие решения по выбору и реализации варианта движения на соревнованиях вырабатывается годами, лишь единицам это дается с первых тренировок. Да, в какой-то мере талант может быть, но, я считаю, есть возможность у любого человека довести этот навык до автоматизма. Вопрос времени и желания.

– Что вам дает спортивное ориентирование не только как спортсмену, но и как личности? Пригодятся ли навыки в жизни?

– Спортивное ориентирование часто сравнивают с шахматами. Решения нужно принимать быстро, и они должны быть взвешенными. Этот навык постоянно применяется в разных сферах жизни. А еще у спортсменов хорошо развивается зрительная память. Я бы хотел, чтобы мои дети занимались спортивным ориентированием и не для достижения высоких результатов, а для саморазвития.

– Вы заняли призовые места на Кубке России и чемпионате России в сезоне 2022/2023. Как оцениваете текущий этап спортивной карьеры? Легко ли было добиться таких результатов?

– Этот подготовительный сезон как физически, так и психологически, пожалуй, был самым сложным в моей жизни. В апреле я сделал плановую операцию ахиллова сухожилия и не мог выполнять профильную нагрузку вплоть до августа. Только к октябрю я начал понимать, что способен выйти на старт как участник, но даже речи не могло быть о призовых местах. Были стадии и ярости, и опустошения, и смирения.

В конце октября я начал жить по принципу «делай, что возможно, а там будь что будет». В декабре, приехав на первый Кубок России, я выбрал установку «будет здорово, если я выступлю на всех стартах в районе десятого места». То, что произошло, было полнейшим удивлением для самого себя. Я стал призером всех шести личных гонок! Никогда даже и близко к этому результату не выступал в декабре на российском уровне. Видимо, отпустив ситуацию, я раскрепостился и начал действовать по обстоятельствам. Признаться, даже сейчас не способен выполнить многие упражнения, ежедневно работаю над этим.

Соревнования в январе на Кубке России подтвердили, что декабрь не был случайностью, и я физически могу составлять конкуренцию ребятам. Ближайший крупный старт – чемпионат России – планируется в марте, все силы направлены на подготовку к нему, а дальше – завершение сезона, небольшой отпуск, ежегодное взвешивание всех «за» и «против» продолжения выступлений, поиск мотивации. На мой взгляд, этот год будет особенно трудным для принятия решения.



Степан Малиновский занял второе место в общем зачете российского рейтинга Кубка АКФА сезона 2022/23. Награждение. Архангельск, 17 марта 2023 года

– Профессиональный спортсмен, на мой взгляд, становится примером для подрастающего поколения. Что вы думаете по этому поводу? Планируете ли стать тренером и делиться опытом с юными спортсменами?

– Я всегда рад помочь молодым спортсменам советом, наставлением. Уже несколько лет курирую подготовку небольшого круга спортсменов. Мне интересно заниматься с людьми, которые знают, чего хотят, если я понимаю, что способен им помочь. Это дает возможность взглянуть на себя со стороны. Некоторые выводы я уже сделал.

На первенстве России, прошедшем уже после интервью, Степан забрал серебряную и золотую медали.

В 2023 году спортивному ориентированию в России исполняется 60 лет. Оно активно развивается в стране и в области, а вологжане показывают достойные результаты на соревнованиях. Степан Малиновский – успешный и титулованный спортсмен, который уже внес большой вклад в историю вологодского спортивного ориентирования. Желаем Степану дальнейших побед!

Номинация «Лучший спортсмен года» «Неолимпийские виды спорта»

Департаментом физической культуры и спорта региона определены победитель и лауреаты конкурса по итогам выступления вологодских спортсменов в 2022 году.

**Ламов
Андрей**



Победитель – Ламов Андрей, заслуженный мастер спорта России по спортивному ориентированию (лыжные дисциплины), член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, победитель и призер чемпионата Европы по спортивному ориентированию, Болгария; серебряный призер Кубка мира, победитель и серебряный призер Кубка России и всероссийских соревнований по спортивному ориентированию.

Лауреаты конкурса

Архипов Иван, кандидат в мастера спорта по кикбоксингу, член сборной команды Вологодской области, сборной команды Российской Федерации, победитель и серебряный призер международных соревнований «Россия – спортивная держава», победитель и призер Кубка России и всероссийских соревнований по кикбоксингу.



Кузнецова Ольга, кандидат в мастера спорта по кикбоксингу, член сборной команды Вологодской области, победитель международных соревнований «Россия – спортивная держава», победитель Кубка России и всероссийских соревнований по кикбоксингу.

Малиновский Степан, мастер спорта, член сборной команды Вологодской области по спортивному ориентированию, член сборной команды Российской Федерации, победитель и призер чемпионатов, Кубков России и всероссийских соревнований по спортивному ориентированию.



Понурин Анастасия, мастер спорта по восточному боевому единоборству, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, бронзовый призер чемпионата и первенства России, бронзовый призер Кубка России и всероссийских соревнований по восточному боевому единоборству.



Седов Константин, кандидат в мастера спорта по восточному боевому единоборству, член сборной команды Вологодской области, член сборной Российской Федерации, бронзовый призер чемпионата и первенства России, бронзовый призер Кубка России и всероссийских соревнований по восточному боевому единоборству.



Сидоров Михаил, мастер спорта, член сборной Вологодской области, сборной команды Российской Федерации по ездovому спорту, победитель этапа Кубка России по ездovому спорту (беснежные дисциплины) «Весенний драйв-2022», серебряный призер этапа Кубка России по ездovому спорту «Белые ночи».



Тихомиров Владимир, мастер спорта по городoшному спорту, член сборной команды Вологодской области, член сборной команды Российской Федерации, победитель VIII чемпионата мира по городoшному спорту.



Удальцова Алина, мастер спорта по пауэрлифтингу, член сборной команды Вологодской области, член юниорской сборной команды Российской Федерации, серебряный призер международных спортивных соревнований по пауэрлифтингу «Открытый турнир «Содружество наций», победитель чемпионатов и первенств России, серебряный призер Кубка России, победитель и призер всероссийских соревнований по пауэрлифтингу.



Шибяев Александр, мастер спорта по кикбоксингу, член сборной команды Вологодской области, сборной команды Российской Федерации, серебряный призер международных соревнований «Россия – спортивная держава», победитель и бронзовый призер Кубка России и всероссийских соревнований по кикбоксингу.





Всероссийские зимние сельские спортивные игры



Команда Вологодской области – серебряный призер соревнований

С 16 по 20 марта 2023 года в Череповце прошли XI Всероссийские зимние сельские спортивные игры.

Три соревновательных дня 627 участников из 49 регионов России выявляли сильнейших в семи дисциплинах: лыжные гонки, полиатлон, шахматы и шашки, соревнования спортивных семей, троеборье дояров, троеборье механизаторов.

Абсолютным победителем стала команда Пермского края, на втором месте команда Курганской области, на третьем – Челябинской. Чемпионы в соревновании среди механизаторов и дояров получили памятные награды от РСМ: участники индивидуального и командного зачета – дипломы и медали, а участники троеборья – переходящий кубок Победителя.

По итогам XI Всероссийских сельских спортивных игр команда Вологодской области завоевала второе место в группе субъектов РФ с численностью сельского населения до 350 тысяч человек.

«Очень приятно, что на сельских спортивных площадках соревнуются не только спортсмены-любители, но и все больше молодежи, сделавшей



выбор к здоровому образу жизни», – подчеркнула Юлия Оглоблина, депутат Госдумы и лидер РСМ. Она также отметила, что сельская молодежь систематически участвует в развитии культуры спорта на селе. Так, благодаря активистам молодежного объединения были проведены XIII летние сельские спортивные игры в Омской области; Фестиваль семейного спорта России и Беларуси в Республике Мордовия; 4 конференции «Спорт – в село!» и 2 семинара-практикума. С каждым годом Союз все больше популяризирует занятия физической культурой на сельских территориях, а количество участников проектов растет.

Сельские спортивные игры проводятся в рамках федеральной программы «Демография» при поддержке проекта РСМ «Спорт на селе». Проект реализуется при поддержке Минспорта России, Минсельхоза России, Департамента физической культуры и спорта Вологодской области, Правительства Вологодской области.





Команда народных тренеров на Вологодчине в 2023 году увеличится вдвое

С этого года в каждом муниципалитете вместо одной ставки народного наставника будет две. А в Вологде и Череповце, где бесплатные тренировки организовывали по четыре народных тренера, решено увеличить каждую городскую команду до восьми спортивных наставников.

Увеличение тренерского состава связано с большой популярностью проекта «Народный тренер», который реализуется по инициативе Губернатора Олега Кувшинникова. Для многих вологжан тренировки стали частью повседневной жизни. По итогам 2022 года проектом охвачено уже более 5,5 тысячи жителей.

Включение в проект новых наставников существенно расширит возможности наших земляков заниматься спортом совершенно бесплатно.

Вологодская область входит в число лучших регионов страны по вовлечению населения в систематические занятия физической культурой и спортом. Подводя итоги развития спортивной отрасли



в 2022 году, Минспорт отметил несколько областей по вовлеченности населения. Лучшие показатели демонстрируют Москва, Белгородская, Вологодская, Воронежская и Тамбовская области, а также Приморский край.

В нашем регионе доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, по итогам 2022 года превысила 52%.

Стратегический проект «Здоровый образ жизни. Народный тренер» является продолжением федерального проекта «Спорт – норма жизни» нацпроекта «Демография».



Итоги областного конкурса «Лучший тренер года»

В номинации «Лучший тренер года» «Неолимпийские виды спорта» победу одержал Чижов Роман Олегович – тренер высшей категории по кикбоксингу, подготовил победителей и призеров международных соревнований по кикбоксингу 2022 года.

Лауреаты конкурса, вошедшие в десятку лучших в номинации «Лучший тренер года» «Неолимпийские виды спорта»:

Вольхин Николай Александрович
Баев Иван Вячеславович
Заборин Денис Александрович
Папук Сергей Иванович
Шадровцев Алексей Александрович
Агафонов Иван Юрьевич
Беляев Дмитрий Владимирович
Шемякин Олег Леонидович
Горних Сергей Сергеевич



Итоги областного конкурса «Лучший спортивный судья года»

В номинации «Лучший спортивный судья года» победу одержала Емельянова Наталья Валентиновна – судья первой категории по спортивному туризму, главный секретарь всех региональных соревнований по спортивному туризму, заместитель главного судьи чемпионата России, Кубка России, первенства России, всероссийских соревнований по спортивному туризму, чемпионата и первенства СЗФО России по спортивному туризму 2022 года.

В номинации «Лучший тренер года» «Олимпийские, Паралимпийские и сурдлимпийские виды спорта» победу одержал Рошупкин Олег Олегович – тренер высшей категории по пулевой стрельбе, подготовил серебряных и бронзовых призеров первенства России по пулевой стрельбе 2022 года.

Лауреаты конкурса, вошедшие в десятку лучших в номинации «Лучший тренер года» «Олимпийские, Паралимпийские и сурдлимпийские виды спорта»:

Рамазанов Физули Мухтарович
Алешин Андрей Львович
Калинин Александр Александрович
Мясникова Татьяна Борисовна
Орлов Андрей Сергеевич
Мосина Светлана Альбертовна
Соколова Ирина Валериевна
Невский Илья Валерьевич
Смелов Николай Анатольевич
Поздравляем победителей и призеров конкурса!

Лауреаты конкурса, вошедшие в десятку лучших в номинации «Лучший спортивный судья года»:

Шаравина Татьяна Алексеевна
Гасанов Яшар Мирзагасан оглы
Максимов Александр Викторович
Петрушин Алексей Евстафьевич
Ведерников Михаил Владимирович
Шатилов Евгений Валерьевич
Найденко Андрей Сергеевич
Смышляев Эдуард Юрьевич
Чудинов Кирилл Константинович



Сборная Вологодской области завоевала 10 медалей на Единых играх Специальной Олимпиады

Единые игры Специальной Олимпиады – это соревнования нового формата, которые включают в себя 18 видов спорта. В столицу Татарстана прибыли более полутора тысяч спортсменов из 59 регионов.



В эстафете 4×100 м команда завоевала золотые медали



19 вологжан выступили в четырех дисциплинах – лыжи, бег на снегоступах, легкая атлетика и мини-футбол и в каждом виде «взяли» медали.

Александра Попова завоевала золотую медаль в беге на дистанции 60 метров.

Алексей Лоскутов – серебро в толкании ядра. Вологодская команда завоевала золотые медали в легкоатлетической эстафете 4×100 м.

Алексей Киселев «взял» золото на дистанции 200 метров в беге на снегоступах, **Александра Бушманова** – серебро на 100-метровке.

Команда по бегу на снегоступах завоевала бронзовую медаль в эстафете 4×100 м.

Команда по мини-футболу – серебряная медаль.

Команда лыжников в эстафете 4×1000 м завоевала бронзовые медали.

На дистанции 2,5 километра отличилась **Александра Бакулина** – у нее бронза.

Очень многим нашим спортсменам не хватило буквально чуть-чуть до пьедестала. В прыжках в длину 4 место у **Надежды Стариковой** и **Ивана Расторгуева**. В беге на снегоступах в своих дистанциях: **Арина Романова** – пятое место, **Егор Алферьев** – четвертый. **Алексей Ковалев** – 4 место.

В лыжной гонке на дистанции 5 километров наши спортсмены **Анна Чупрова** и **Егор Неспанов** стали четвертыми, **Владислав Новосельцев** – 5 место.



Команда Вологодской области в беге на снегоступах на 200 м



Команда лыжников в эстафете 4×1000 м завоевала бронзовые медали



Команда по легкой атлетике стартовала на Единых играх Специальной Олимпиады



Сборная команда по мини-футболу



Тренерский состав команды Вологодской области



Прекрасный результат совместной работы спортсменов и наставников!

Тренеры, подготовившие такую сильную команду: старший тренер команды Вологодского Специального Олимпийского Комитета Татьяна Шаравина, а также наставники Елена Масликова, Николай Лешуков, Сергей Куликов и их помощники Игорь Кабаков и Варвара Виноградова.

Участники Единых игр Специальной Олимпиады отмечают, что четыре дня соревнований пролетели незаметно, уезжать из Казани никому не хотелось.

Единые игры Специальной Олимпиады проходили в Казани с 22 по 27 января. В программу Игр вошли 18 видов спорта, включая летние и зимние дисциплины. Это первое мероприятие в России такого формата. В общекомандном зачете лидерами стали спортсмены из Санкт-Петербурга, Москвы и Республики Башкортостан. В соревнованиях приняли участие 2154 спортсмена и члена делегаций из 59 регионов России и Республики Беларусь.

Россияне с большим интересом следили за ходом Игр. Это наглядно демонстрируют цифры: на трибунах спортсменов поддерживали почти девять тысяч болельщиков, а трансляцию яркой и трогательной церемонии открытия на телеканале «Матч ТВ» посмотрели более двух миллионов зрителей.

Большой вклад в организацию мероприятия внесли волонтеры. 896 добровольцев из 36 регионов России ежедневно заботились об участниках и гостях соревнований.

«Единые игры являются нашим большим совместным успехом и важным шагом вперед как для инклюзивного сообщества России, так и для общества в целом. Люди с интеллектуальными нарушениями заслуживают счастливую, полноценную жизнь. Наши Игры – это не обычные соревнования, это торжество любви и добра. Мы стремимся улучшить жизнь людей с интеллектуальными нарушениями, а они делятся с нами своей чистотой и искренностью. Всем нам этот спортивный праздник запомнится на всю жизнь», – сказала президент Специальной Олимпиады Ольга Слуцкер.

Нет недосягаемых высот



Автор: Елена Житкова

«Инвалидность и экстремальные виды спорта не совместимы», – говорили нам многие специалисты. Мы доказали обратное.

Адаптивное скалолазание в нашей области – молодой и перспективный вид спорта для инвалидов. В европейских странах он давно уже признан параспортом и является средством реабилитации для людей с такими особенностями, как: ДЦП, РАС, генетические заболевания, нарушение ОДА, нарушение слуха и зрения.

В Нижнем Новгороде, в ННГУ им. Н. И. Лобачевского, на кафедре физкультуры и спорта открылось обучение по адаптивному и спортивному скалолазанию. Тренер скалодрома «Гора» Анна Кошкина получила профессиональное образование в университете и смогла воплотить свои знания в программах, реализуемых Федерацией скалолазания Вологодской области.

Федерация в рамках проектов с 2021 года организует и проводит для семей, воспитывающих детей с ОВЗ и инвалидностью, физкультурно-реабилитационные занятия по скалолазанию на базе Центра высотных приключений – скалодром

«Гора». Данный Центр – единственный в Череповце оборудован для реализации интегрированных программ с доказанной эффективностью по физической реабилитации детей с ОВЗ.

Проект «Развитие адаптивного скалолазания для детей с ОВЗ» является результатом слаженной работы команды Федерации скалолазания в течение 2 лет. Он социально значимый, так как помогает решить ряд острых вопросов на данный момент социальных проблем.

Основная проблема связана с недостаточным уровнем оказания реабилитационных услуг для детей и подростков с ОВЗ, чьи родители не имеют возможности получать технологичные методы. Многолетние исследования Института реабилитации и здоровья человека Нижегородского государственного университета им. Лобачевского подтверждают вывод о том, что занятия по скалолазанию, спланированные с учетом особенностей физической подготовленности и функциональных нарушений занимающихся позволяют повысить уровень развития физических качеств детей и подростков с инвалидностью, улучшают их физическое развитие и социальное самочувствие семьи с ребенком-инвалидом.

Однозначным успехом проекта за последние годы является то, что команда проекта смогла приучить экстремальный характер дисциплины и сделать ее массовой, безопасной, тиражируемой. На проекте работают квалифицированные инструктора, имеющие специальное обучение. Все оборудование проходит постоянный контроль и имеет сертификаты качества – это веревки, страховочные устройства.

Паттерн физической активности формируется в раннем возрасте и закладывает фундамент на всю жизнь. Дети, которые попадают на занятия по адаптивному скалолазанию, выполняют такие движения, которые не могли осуществить ранее, расширяют репертуар движений и развивают мышцы, необходимые для удержания тела в вертикальном положении, формирования правильной осанки и укрепления позвоночника. Таким образом, скалолазание с инструктором является одним из наиболее ресурсных методов реабилитации для детей с ОВЗ, позволяет им лучше держать равновесие, делать правильные хваты руками, ставить ноги, подтягиваться.



Спортсмены секции скалолазания



Анна Кошкина и Данила Лисозков



Тренировочный процесс на скалодроме «Гора»

Награждение Савелия Поповича

Тренировка в физкультурно-спортивном Центре – мощный фактор социализации для детей с ОВЗ. Зачастую ввиду того что занятия спортом стоят больших денег или проходят для детей по праздникам, дети с ОВЗ и их родители крайне редко выходят из дома.

На основании проведенных в 2021 г. исследований Приволжским исследовательским медицинским университетом Минздрава России среди основных выводов можно выделить то, что занятия данным видом адаптивной физической культуры способствуют моторному и когнитивному развитию детей и могут обеспечить укрепление их социальной интеграции. Адаптивное скалолазание является эффективным мотивирующим методом физической культуры, способным изменить взгляд пациента на традиционную терапию, поскольку многие стандартные упражнения, используемые в медицинской реабилитации, не приносят должного эффекта в связи с отсутствием сотрудничества со стороны пациента.

За 2 года работы проекта занятия смогли посетить более 400 детей с различными нозологиями. Некоторые ребята боялись даже потрогать зацепы. Некоторые не могли довериться инструктору и подняться до верха. Но уже спустя полгода ребята с легкостью преодолевают предложенные им трассы скалодрома на высоту 6 метров.



Участник группы адаптивного скалолазания Ксения Хухарева



Знакомство со страховочной системой. Пимушкина Анна

Отзывы родителей:

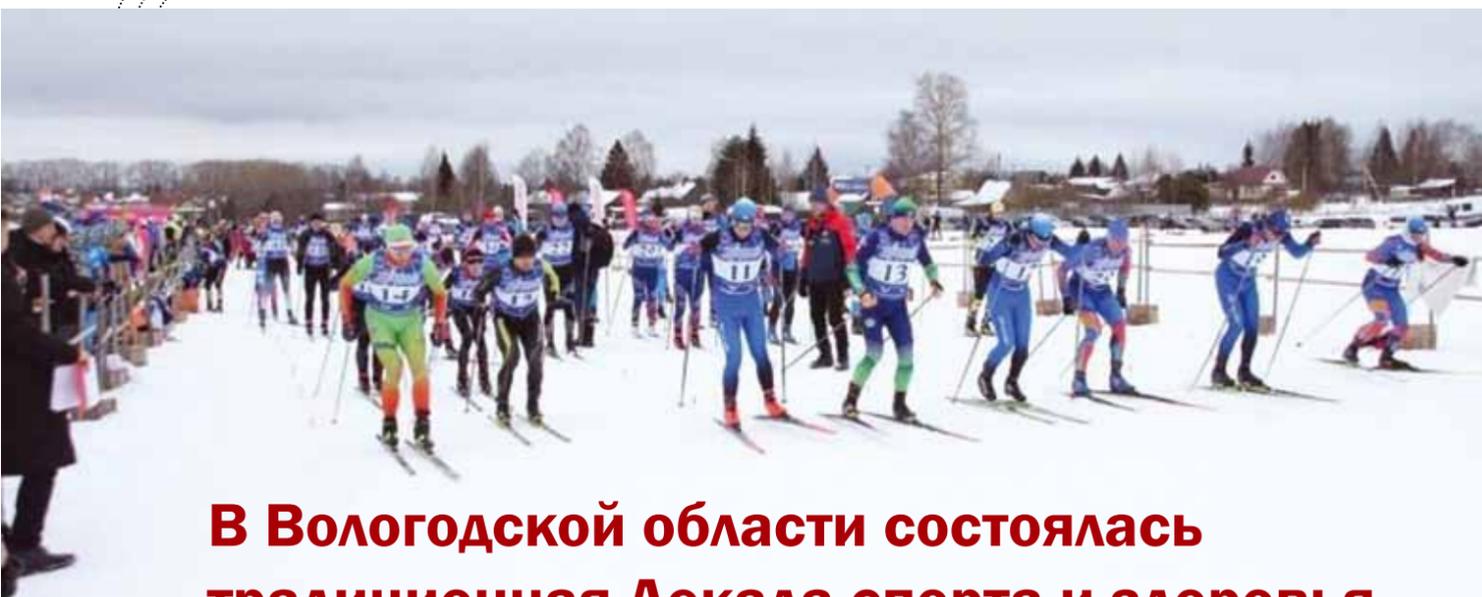
– Благодарность на самом деле большая. Когда мы кому-то рассказываем об этих занятиях, многие удивляются, что у нас в городе есть такое, что можно адаптировать к навыкам скалолазания людей с ОВЗ, например, с ДЦП, как в нашем случае. Это именно та лазейка, которой можно воспользоваться, чтобы у ребенка сформировались какие-то функции, которые утеряны.

– Огромнейшее спасибо тренерам за занятия, Илья ходил с удовольствием, очень нужные и полезные навыки, помогают разработать суставы пальцев ног и рук, хорошо укрепляют спину, помогают развить координацию движений и улучшить гибкость, избавиться от страхов и приучают к дисциплине. Очень надеемся, что занятия продолжатся.

– Спасибо, вам за ваш труд! Проект учит детей преодолевать трудности, преодолевать себя. Это важно, особенно для детей с ограниченными возможностями. Огромная благодарность тренеру за терпение! Анне очень нравилось ходить на занятия, надеемся на продолжение проекта!



Тренировочный процесс на скалодроме «Гора»



В Вологодской области состоялась традиционная Декада спорта и здоровья

В дни новогодних каникул на Вологодчине состоялась традиционная Декада спорта и здоровья. В ее рамках прошли спортивные соревнования и массовые физкультурные мероприятия, включая спартакиады, фестивали, детские старты, также вологжане выполняли нормативы комплекса «Готов к труду и обороне».

Более 18 тысяч вологжан разных возрастов объединила Декада спорта и здоровья.

145 спортивных событий прошли в Вологодской области в первую декаду января. Самые популярные у вологжан – лыжные гонки, фигурное катание, хоккей, мини-футбол, баскетбол, волейбол, плавание, настольный теннис, шахматы, армреслинг.



Для детей во всех округах и районах области организованы спортивные игры и мероприятия: детский спортивный праздник «Зимние забавы», спортивные игровые программы, дискотека на льду и бенгальские забеги в Бабаевском муниципальном округе, соревнования «Финки-саночки» в Чагодощенском муниципальном округе, Кубок по плаванию в Тотемском физкультурно-оздоровительном комплексе.

Для старшего поколения любителей спорта прошли «Веселые старты», пешие и лыжные прогулки.

Традиционно большой популярностью у вологжан пользуются лыжные трассы и ледовые арены. Массовые катания собирают сотни любителей зимних видов спорта. Востребованы как крупные трассы, такие, как лыжная база «Орленок» в Вологодском районе, так и неболь-

шие трассы, как тропа здоровья в центральном парке Чагоде.

В новогодние каникулы была организована работа всех ледовых комплексов, открытых ледовых площадок и оборудованных лыжных трасс.

В Вологодской области создаются условия для занятий спортом: ведется обновление спортивных объектов, масштабное строительство новых точек притяжения для любителей здорового образа жизни – от дворовых площадок до дворцов спорта международного уровня.

Декада спорта и здоровья направлена на массовое привлечение вологжан к занятиям физической культурой и спортом.

Она проходит ежегодно в новогодние выходные в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография».



ЗИМНЕЕ ПЛАВАНИЕ – НОВЫЙ ВИД СПОРТА В РОССИИ



Еще древние философы считали элемент воды как первооснову вещей, исходное состояние всего сущего. Они говорили, что жизнь – это вода, время – это вода, вечность – это вода. Также они считали, что вода все питает, растворяет и очищает. При этом одновременно она ассоциируется с понятиями «холод», «исчезновение» и «страх».

Автор: **Дмитрий Светлов**

Сейчас, когда мы живем в эпоху глобальных изменений, многие люди открыли для себя дверь в мир холода. Возможно, поэтому сейчас наблюдается массовое увлечение людей закаливанием и зимним плаванием. Люди начинают понимать, что холодная вода является источником благ и энергетических ресурсов, помогает человеку повысить его иммунитет, стать более здоровым и бодрым.

Любая деятельность может быть экстремальной, а может быть и обычной. Поэтому для кого-то холодная вода – это стресс со знаком «–», а для кого-то – со знаком «+». Когда мы говорим о ме-

роприятиях закаливания водой, то речь идет о дозированной, кратковременном стрессе. Мера «холодового стресса» бывает разной и определяется временем (от нескольких секунд до нескольких минут), объемом и количеством. Например, «бодрящий стресс» может находиться в ведре или тапике, при быстром погружении в ледяной бассейн или при заплыве на определенное расстояние. И каждый раз «холодовой стресс» запускает выброс гормонов-нейромедиаторов, которые называются «эндорфинами». Они помогают переживать трудности, сохранять мотивацию и наслаждаться жизнью.

Плавание как вид соревновательной деятельности изначально не имело установленных температурных регламентов. Первые соревнования по

плаванию в проходили в Афинах 11 апреля 1896 года в открытой морской воде температурой от +12°C до +14°C, а это – среда для занятий и проведения соревнований заявляемого вида спорта «Зимнее плавание».

В России зимнее плавание долгие годы было в почете, в СССР движению моржей уделялось очень большое внимание и придавалось огромное значение как основе развития здорового человека.

В июне 2016 года в г. Тюмени была образована Федерация зимнего плавания России, президентом которой был избран адмирал Сиденко Константин Семенович.

Зимнее плавание как вид спорта появился в России 23 декабря 2021 года.

Именно в этот день завершилось заседание комиссии Министерства спорта Российской Федерации по признанию зимнего плавания видом спорта.

12 апреля 2022 года зимнее плавание было официально внесено в реестр спортивных направлений (приказ Минспорта № 333).

Зимнее плавание активно развивается почти на всех континентах мира. Независимо от возраста интерес к этому уникальному процессу увеличивается с каждым годом. Этот вид спорта привлекает своей особенностью в любом возрасте плавать в любое время года в природном водоеме, плавать одному или в группе единомышленников.

Как и у всех видов спорта, в зимнем плавании есть свои особенности и свои правила. Также важно знать и соблюдать технику безопасности.

Самые важные моменты, присутствующие в правилах зимнего плавания, прежде всего, то, что это вид соревновательной деятельности на открытом воздухе, заключающийся в преодолении вплавь без средств утепления в воде температурой ниже +16°C за наименьшее время различных дистанций, ограниченных по температуре воды и по возрасту участников.

Спортсмены разных городов на Кубке Большой Невы, г. Санкт-Петербург, 24 февраля 2022 года



2-й этап Кубка России по зимнему плаванию, 21.01.2023, г. Хабаровск



1960 год, река Вологда, заплывы моржей



На фото справа: президент ФЗПР Сиденко К. С., слева: член правления ФЗПР Докучаев О. Е.





Бассейн для зимнего плавания представляет собой участок акватории открытого природного водоема, поверхность которого ограничена периметром изо льда (прорубь), понтонов или свайных конструкций длиной 25 метров, с обеих сторон оборудованный лестницами и щитами для разворота.

Есть установленная категория воды (А, В, С, D), преодоление дистанций (25, 50, 100, 200, 400, 800 м) в которых зависит от ее температуры. Сезон в зимнем плавании – это календарный год с 1 ноября по 31 октября. Участники делятся по возрасту и полу. Спортсмены плавают различными стилями – это вольный стиль, брасс и баттерфляй, смешанные стили и эстафеты. Соревнования классифицируются по виду, статусу, способу проведения и возрастному делению участников. Возраст спортсменов не ограничивается, но различается по возрастным группам, либо проводится в абсолютном зачете. Кроме того, проводятся заплывы среди людей с ограниченными возможностями.

Старт в заплывах осуществляется из воды от стартовых лестниц. Запрещаются развороты саль-



Пловец с ограниченными возможностями на Кубке Большой Невы, 2022 год

то, плавание на спине и полное погружение в воду.

На данный момент в Российской Федерации насчитывается более 70 региональных федераций зимнего плавания.

Федерация зимнего плавания Вологодской области была образована в июле 2022 года единомышленниками и любителями моржевания и зимнего плавания из г. Вологды и получила статус спортивной 11 ноября 2022 года. Председателем является Сыроватский Дмитрий Владимирович.

Федерация зимнего плавания Вологодской области объединила активных людей, занимающихся моржеванием, закаливанием, зимним плаванием, поддерживающих здоровый образ жизни. Силами Федерации проводятся спортивные фестивали, мероприятия и акции, направленные на популяризацию и продвижение зимнего плавания как перспективного вида спорта, закалывания, моржевания и поддержания здорового образа жизни в целом у себя в регионе.

На данный момент Федерация зимнего плавания Вологодской области включает в себя спортсменов из разных городов региона, которые выступают на соревнованиях общероссийского уровня с 2020 года. Это выступления на Кубках Большой Невы в г. Санкт-Петербург.

Также в декабре 2022 года спортсмены из Вологды принимали участие в криатлоне в г. Нижний Новгород, включавшем в себя закал-забег, поднятие гирей и плавание.

В 2023 году планируются соревнования в Санкт-Петербург и г. Иваново. В декабре 2023 года пройдут первые в истории Вологодской области региональные соревнования по зимнему плаванию в г. Вологде.



Эмблема Федерации зимнего плавания Вологодской области, председатель – Сыроватский Д. В.



Участники ежегодной общероссийской акции-флэшмоба «Закаленная Россия – сильная страна!»



Спортсмены г. Вологды по зимнему плаванию, декабрь 2022 г.

Как показывает практика, развитие зимнего плавания идет очень большими темпами в России, а его необычный экстремальный формат привлекает взгляды общественности.

Для достижения высоких результатов в зимнем плавании требуется создание современного центра зимнего плавания, в котором будут готовиться спортсмены для участия во всероссийских и международных соревнованиях по зимнему плаванию, а также будут проводиться занятия по закаливанию и моржеванию для всех желающих.



Друзья! Если вы хорошо плаваете, занимаетесь моржеванием, закаляйтесь, или только планируете этим заняться, заявите о себе!

Вступайте в нашу Федерацию, докажите всем, что вы сильные люди, способные на большие свершения!

<https://vk.com/fedzimplav35>

Телефон, Telegram, WhatsApp 89115490663



Спортсмены из ФЗПВО на канале ГТРК «Вологда»: Кашинцев Анатолий, Сыроватский Дмитрий, Ситников Сергей



Слева направо: спортсмены из г. Вологды на Кубке Большой Невы 2022 – Ахалкаци Георгий, Волков Александр, Умницин Александр, Кочкарев Иван



Спортсмены из г. Вологды на чемпионате России по зимнему плаванию, г. Петрозаводск, апрель 2022 г.: Коновалов Александр, Кашинцев Анатолий, Сыроватский Дмитрий

13 тысяч вологжан приняли участие в ежегодных стартах «Лыжня России»



11 февраля в регионах нашей страны прошла 41-я Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России»

Губернатор Олег Кувшинников отметил, что эта лыжная гонка уже много лет объединяет как профессионалов, так и любителей зимнего спорта страны. Соревнования ежегодно проводятся с 1982 года, в этом году – 41-й раз. К Всероссийскому массовому старту традиционно присоединяется и Вологодчина.

Забег прошел в Череповце, в Кириках-Улитах, селе Молочное, на базе спортивного центра «Орленок» и во всех муниципалитетах региона. Более 13 тысяч человек подали заявки на участие в спортивном празднике.

«В этом году центральной площадкой проведения мероприятия стал стадион «Локомотив» в Вологде. Вологжане продемонстрировали выносливый характер и северную удаль на двух дистанциях: пять километров и специальном забеге. Все участники получили памятные сувениры от Министерства спорта РФ – шапки, личные номера и сертификаты участника», – сообщил Олег Кувшинников.

В Вологде мероприятие на стадионе «Локомотив» началось со спартакиады трудовых коллективов. Затем с 10:30 стартовали спортивные забеги. Сначала пять километров на лыжах бежали девушки, потом юноши.

В областной столице также организовали массовые забеги на дистанцию 2023 метра: отдельно для детей и отдельно для взрослых.

4487 череповчан стали участниками спортивного праздника в рамках 41-й Всероссийской лыжной гонки «Лыжня России-2023».

Стартовали все – и дети, и взрослые. На трассы, подготовленные в двух районах города (лыжный стадион за ТЦ «Аксон» и за ул. Олимпийской), вышли 4487 участников разного возраста и уровня подготовки.

На трассе за ул. Олимпийской приняли участие в гонке 2389 человек; на лыжном стадионе – 2098 человек. Вместе с сопровождающими спортивный праздник «Лыжня России-2023» собрал 6000 горожан.

Участники массовых забегов выбирали сильную для себя дистанцию и скорость передвижения по лыжне. Ведь самое главное для них – стать участником Всероссийской акции.

Массовые забеги проходили без определения победителей. Для участников организаторами была подготовлена сувенирная продукция с символикой мероприятия – свидетельство участника и магниты.

«Лыжня России» на протяжении многих лет является самым масштабным по количеству участников и географическому охвату зимним спортивным мероприятием в мире и проводится в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография», задачей которого является увеличение количества людей, занимающихся физической культурой и спортом.

Организаторами мероприятия выступают Министерство спорта Российской Федерации и Федерация лыжных гонок России при поддержке органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта.



Приз от олимпийского чемпиона

Автор: **Екатерина Старостина**

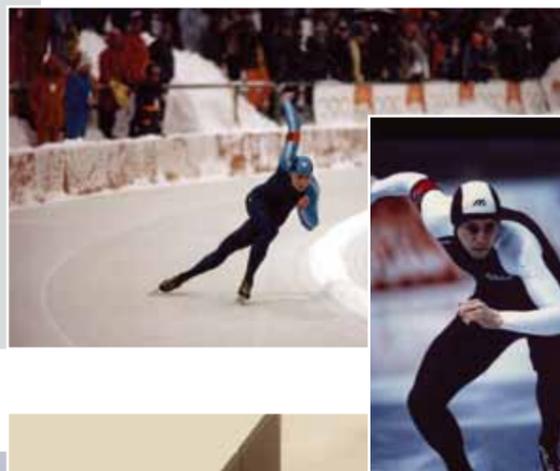
Есть хорошее высказывание о том, что «можно стать примером, и тогда те, кому надо, научатся сами, подражая». У вологодских конькобежцев – начинающих и достигших разных спортивных высот есть прекрасные примеры для подражания – олимпийские чемпионы.

Начальник Департамента физической культуры и спорта Вологодской области Сергей Фокичев – заслуженный мастер спорта СССР и обладатель золотой медали XIV Олимпийских зимних игр, которые проходили с 8 по 19 февраля 1984 года в Сараево, Югославия.

21-летний конькобежец Сергей Фокичев, уроженец Череповца, прошел дистанцию 500 метров с результатом 38,19 секунды. Никто из участников последующих 19 забегов не смог превзойти его! В том же 1984 году на чемпионате мира по спринтерскому многоборью в Тронхейме, Норвегия, он завоевал две малые золотые медали и установил рекорд СССР для равнинных катков. В 1985 году Сергей Фокичев стал чемпионом СССР и мира на дистанции 500 метров.



4 февраля 2023 года Сергей Фокичев отметил день рождения в Череповце



Воспитанники Александра Калинина вышли на лед поздравить Сергея Фокичева с юбилеем



От благодарного тренера – благодарному ученику

Ежегодно в феврале-марте в Череповце проводятся Всероссийские соревнования по конькобежному спорту «На призы олимпийского чемпиона С. Р. Фокичева». В этом году торжественная церемония их открытия состоялась в юбилейный день рождения Сергея Ростиславовича – 4 февраля. На лед стадиона «Металлург», чтобы поздравить юбиляра, вышли его товарищи по спортивной школе.

Все они тренировались у легендарного тренера Александра Калинина и сейчас, как много лет назад, надели коньки и устроили забег. Такой сюрприз впечатлил не только того, кому предназначался, но и всех остальных. Для школьников он стал примером спортивной сплоченности, пронесенной через всю жизнь, и роли тренера в ней.

Всероссийские соревнования по конькобежному спорту «На призы олимпийского чемпиона С. Р. Фокичева» проходят в рамках реализации федерального проекта «Спорт – норма жизни» в целях развития конькобежного спорта в Российской Федерации. Основные задачи их проведения – популяризация конькобежного спорта в Российской Федерации и пропаганда здорового образа жизни среди молодежи.

Открывая соревнования, Сергей Фокичев подчеркнул то, что в Вологодской области существует преемственность поколений в конькобежном спорте, и региону есть кем гордиться. Сегодня это и участники XXIV Олимпийских зимних Игр-2022 в Пекине (КНР) – Евгения Лаленкова и Артем

Арефьев, и бронзовый призер мужского командного спринта III Российско-китайских молодежных зимних игр-2022 в Чанчуне (КНР) Семен Аверин, и другие конькобежцы, представляющие Вологодчину.

В этот раз соревнования собрали 100 участников разного возраста – от 12 лет и старше. Для одних участие в них – новый опыт, для других – еще одна победа в копилку спортивных достижений. Свои призы конькобежцы получили из рук олимпийского чемпиона, на память также остались автографы и общий снимок.

Максим Волков, конькобежец СШОР «Витязь»: «Участвовал в соревнованиях «На призы олимпийского чемпиона С. Р. Фокичева» три раза: начал со среднего возраста и два раза по юниорам. Благодаря этому в свое время получил возможность поехать на сборы в другие города. Сейчас участие дает дополнительный опыт на дистанциях. К тому же есть возможность пообщаться с Сергеем Ростиславовичем: поинтересоваться, как было в то время, или спросить, чего не хватает в беге на дистанции».

Общее руководство организацией соревнований – Министерство спорта Российской Федерации, Общероссийская общественная организация «Союз конькобежцев России» при поддержке Департамента физической культуры и спорта Вологодской области и комитета по физической культуре и спорту мэрии города Череповца. Непосредственное проведение соревнований – Спортивная школа олимпийского резерва «Витязь».



