



ГЛАВНАЯ ■ О НАС ■ РЕКЛАМА ■ ПОДПИСКА ■ ПОЛИГРАФИЯ ■ КОНТАКТЫ

ПОИСК

lpgzt.ru - Спорт

Карта сайта | Обратная связь | Подписаться на издание

ВЛАСТЬ

ПОЛИТИКА

ЭКОНОМИКА

СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

РОДНАЯ ЗЕМЛЯ

ОБЩЕСТВО

ЮРФАК

СОЦИАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

ПРОИСШЕСТВИЯ

ПЕРСОНА

КУЛЬТУРА

ОБРАЗОВАНИЕ

ЗДОРОВЬЕ

ИСТОРИЯ

СПОРТ

НАЙДИ МЕНЯ, МАМА!

ФОТОГАЛЕРЕЯ

3 октября 2013г.

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

БЛОГИ АВТОРОВ



20.09.2013
Виктор Страхов
[Ау. Ломоносовы и Капицы...](#)



18.09.2013
Виктор Грибачев
[Сказка о мертвой ветке](#)



17.09.2013
Александр Косьякин
[Молитва о Маалюле](#)



11.09.2013
Александр Косьякин
[Срочно требуется героизм?](#)



06.09.2013
И. Неверов
[Будет тебе и кофе, и какао...](#)

СПОРТ

Зарядка от и для чемпионов

03.10.2013 "Молодежный вестник". Олеся БОЛЫШОВА
// Спорт



Фото А. ЮШКОВА



Стуров, мастер спорта по легкой атлетике.

После физкультминутки от чемпионов и рассказа об истории современных Олимпийских игр участники встречи смогли задать гостям вопросы. Из первых уст школьники узнали об особенностях тренировок и соревнований. Так, Михаил Лейбо озвучил режим дня: пять часов уходит на стрелковую и еще два – на общую подготовку. В комплекс включены упражнения на гибкость и растяжку, работа на тренажерах.

Участник трех Олимпиад Виталий Фокеев признался, почему на Играх в Лондоне стал лишь пятым: не хватило одной мишени, чтобы завоевать «бронзу». И обозначил свою позицию: везде есть шансы на успех, и нужно бороться за победу, не опуская рук. С улыбкой встретила Татьяна Барсук вопрос, почему она не смогла добиться медали Олимпиады. На самом деле девушке не удалось отобраться на главные соревнования: ее дисциплину должна была представлять всего одна спортсменка от страны. Однако Тане выпала честь стать дублером – и тренироваться к Играм в том же режиме, что и лидер. Если бы по каким-то причинам «номер один» не смогла выступить в соревнованиях, ее заменила бы липчанка.

Спортсмены также поделились, как они выбрали стендовую стрельбу. Фокеева привел в секцию отец, заядлый охотник. А вот успехи Виталия вдохновили на занятия Татьяну Барсук – оказывается, он ее крестный. Антон Астахов, прежде чем прийти к стендовой стрельбе, перепробовал десятки видов – от гимнастики до баскетбола.

Олимпийский урок пришелся по душе всем: и спортсменам, и школьникам, и педагогам.

– Представляя город, область, страну на соревнованиях – большая ответственность, – признался Роман Загуменнов. – Надеюсь, наши победы вдохновят сегодняшних школьников на занятия спортом.

– Уверен, урок для ребят не пройдет даром, – подвел итог учитель физкультуры школы № 20 Станислав Кораблин, к слову мастер спорта международного класса по сверхмарафонскому бегу. – Знакомство с именитыми спортсменами и их личный пример будут им полезны. Ежегодно выезжаем со школьниками на стрельбище, где каждый может попробовать себя в этом виде. После поездки некоторые записываются в секцию. И тоже стремятся к победам. Так, сейчас большие надежды в этом виде подают Игорь Комольев и Дмитрий Усенко. Настя Азарова, участница чемпионата мира на открытой воде, в свои 16 лет показала лучший результат среди россиянок на 5-километровой дистанции. Учитесь у нас и теннисистка Настя Бочарова, уже мастер спорта.

Цифры и факты

– «Домашняя», 22-я по счету, зимняя Олимпиада пройдет 7–23 февраля 2014 года в Сочи, там же состоятся 11-е Паралимпийские игры – с 7 по 16 марта. В последних спортсмены будут состязаться в шести видах, один из которых – парасноубордлинг – впервые заявлен в программе Игр.

– В Олимпиаде-2014 примут участие 5,5 тысячи спортсменов из более чем 80 стран. Они разыграют 98 комплектов наград в семи видах спорта.

Приглашает спорт на урок

– Настоящие! Они – настоящие спортсмены! – радостно верещала девочка, размахивая только что полученным автографом.

– А меня самый красивый на руки взял – маме фотографию подарю, – хвалилась ей вторая.

Рядом обсуждали «улов» мальчишки: одному удалось собрать подписи всех гостей, а у другого на листе бумаги красовался капанлашный отпечаток. только что снятый с медали. В

Пятница, 4 октября 2013 г.

ЛЕНТА НОВОСТЕЙ



[В сентябре в областном центре на свет появились 529 младенцев](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[В Ярлуково зарезан 9-летний мальчик](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[На холод в квартирах липчане могут пожаловаться в государственную жилищную инспекцию](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Более трехсот жителей Липецкой области остались без газа из-за долгов](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Липецкая молодежь реализует проект «Турник в каждый двор»](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[В Усмани привезли сто будущих врачей](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Четыре тысячи писем пожилым людям написали липчане во время акции «Ты – не один!»](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Долгоруковская агрофирма обеспечит картошкой производителей чипсов](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Завод по производству инулина в Данковском районе начнут строить уже в октябре](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)



[Около железнодорожного вокзала Липецка теплотрасса обогревает воздух](#)
04.10.2013 // [lipetskmedia.ru](#)

Все новости

FACEBOOK

Найдите нас на Facebook



Журнал "ЛГ: итоги недели"

Нравится

136 пользователей нравится Журнал "ЛГ: итоги недели".



Социальный плагин Facebook

Доллар, ЦБ РФ 31.2014 -0.2137% 14/10

Евро, ЦБ РФ 43.0236 +0.1451% 14/10

другие на лице были улыбки, предельно напряженным от напряжения, а в глазах ребят столько радости, и как-то не сразу вспоминается, что они приехали в оздоровительный комплекс «Лесная сказка» не от хорошей жизни. Все 90 мальчишек и девочек родом из Приамурья, и на их малой родине сейчас большая беда. Встреча с именитыми спортсменами в рамках Олимпийского урока позволила на время отвлечь их от тяжелых мыслей.

ЧТО ДЕЛАЮТ ГРЕБЦЫ ЗИМОЙ

В гости к ребятам приехали представители академической гребли, которые успешно выступают на соревнованиях разного уровня. Задать настроение встрече они решили олимпийской зарядкой – и ребята с удовольствием повторяли движения. К примеру, вслед за Виталием Бадулиным девочки и мальчишки пытались соединить руки за спиной, вместе с Александром Зюзиным приседали с прямой спиной, следя за осанкой. Согласитесь, приятно, когда на месте учителя физкультуры – мастера спорта России и международного класса, участники Олимпийских игр, победители и призеры чемпионатов мира и Европы, Универсиады в Казани.

Неудивительно, что гостей засыпали вопросами. Участнику Олимпиады, 10-кратному чемпиону России Александру Савкину пришлось раскрыть секрет, чем занимаются гребцы зимой, когда замерзают реки. Оказывается, есть специальный тренажер «Концепт», имитирующий греблю. Но только этим видом спорта академики не ограничиваются – посещают бассейн, катаются на лыжах, занимаются общей физической подготовкой.

У его тезки Чаукина, победителя Универсиады в Казани, спросили, легко ли быть спортсменом, а еще у одного Александра – Зюзина, – сколько у него медалей. Ответ заставил зал ахнуть: около двухсот. Видимо, на стенах уже не умещаются, поэтому участник двух Олимпиад, мастер спорта международного класса хранит их в большой коробке.

– Любые соревнования для нас – как школьный выпускной экзамен, – попытался пояснить Зюзин ребятам ответственность спортсмена. – Несмотря на сложность, я доволен, что выбрал этот путь и реализовал себя в спорте.

ЕСТЬ К ЧЕМУ СТРЕМИТЬСЯ

Больше всего вопросов было адресовано самому молодому гостю – Алексею Викулину.

Академической греблей он, четверокурсник спортфака ЛГПУ, стал заниматься лишь год назад, а сегодня уже мастер спорта страны. Впрочем, с физкультурой дружить Алексей начал с детства по примеру отца и старшего брата – увлекался бегом, играл в волейбол и футбол, участвовал в лыжных гонках. Так что на вопрос, заданный шестиклассницей Анастасией Петуховой, о том, как отнеслись в семье к его занятиям, ответить не составило труда.

– Очень вдохновлен встречей с ребятами, – делится впечатлениями молодой человек. – Дети доброжелательно настроены и всерьез заинтересованы жизнью спортсменов. Надеюсь, наш пример окажется для них заразительным, ведь многие из нас начали заниматься как раз в их возрасте и достигли успеха.

Кстати, среди зрителей были школьники, которые уже ступили на путь спортсменов. У пятиклассника Данила Михайлова в копилке 13 медалей – за победы в соревнованиях по кикбоксингу и тайскому боксу. В последней дисциплине парень выигрывал чемпионат Амурской области. И уже сейчас знает, к чему стремиться. В олимпийском списке его вид не значится, но есть чемпионаты Европы и мира, а также России, в которых можно принимать участие уже с 7 класса.

Не меньше побед у его ближайшего друга и соперника Алексея Вовк: среди 20 завоеванных шестиклассником наград большинство высшего достоинства. Восьмиклассница из Благовещенского района Маргарита Кузина не планирует идти в большой спорт, но без физкультуры жизни не мыслит: с удовольствием с друзьями играет в волейбол и баскетбол. Олимпийский урок только усилил желание заниматься.

ПОБЕДИТЕ СВОЮ ЛЕНЬ

– Сначала ты занимаешься для себя, а когда получается достигнуть результата, хочешь добиться большего, – поясняет мастер спорта России Юрий Пшеничников. – Без спорта уже не можешь прожить и дня. Уверен, в каждом человеке живет победитель, нужно лишь его найти в себе и не отпустить. Как это сделать? Прежде всего побороть собственную лень. Стоит дотерпеть до первой победы, и настрой уже не позволит сдать позиции. К тому же занятия – залог здоровья. Надеюсь, мы смогли донести эти мысли до участников встречи. Судя по реакции детей, им понравилось, впрочем, как и нам.

– Олимпийский урок нужен не только тем, к кому мы идем с рассказом о спорте, но и нам самим, – подводит итог Александр Савкин. – Такие встречи мотивируют на победы – мы видим, что есть ради кого бороться до последнего. Урок вызвал незабываемый эмоциональный всплеск.

Олимпийские уроки проводит региональная общественная организация «Олимпийский Совет Липецкой области» совместно с центром спортивной подготовки Липецкой области «Школа высшего спортивного мастерства» в рамках всероссийской акции «Я выбираю спорт!».

Поделиться ссылкой:

 [Корпус кровати 1600 Любимый](#)

Можно в кредит. Цена 7 526 р.
Доставка. Возможен самовывоз.
mebicon.ru

 [Шкаф Кураж Сорренто 18+](#)
[СП.013.403](#)

Можно в кредит. Цена 12 690 р.
Доставка. Возможен самовывоз.
mebicon.ru



Комментарии Всего комментариев: 0

[Добавить комментарий](#)



Погода в Липецке
День: +4 С° Ночь: -1 С°

АВТОРИЗАЦИЯ

ЛОГИН

ПАРОЛЬ



[Регистрация](#) | [Забыли пароль?](#)

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ



[«Сто граммов» для... усвоения уроков?](#)

// Общество



[Одна команда](#)

// Образование



[Почему живуч травматизм?](#)

Алексей Колбаско
// Общество



[Как вылечить «хроническую» дисциплину](#)

// Общество



[Скованные одной цепью](#)

Елена Болотских
// Общество

Яндекс.Директ

[Отдохни от душно города!](#)

Рыбалка, стрельба со скидкой до 20%! Получи бесплатный купон на Boombate!
boombate.com

ПОПУЛЯРНЫЕ ТЕМЫ



[Наша «пятерка» \(фото\)](#)

Евгения ИОНОВА, Сергей ПЕЧЕНКИН (фото), Ольга БЕЛЯКОВА (фото), Николай ЧЕРКАСОВ (фото) // Образование

[Круглый «Атлант»](#)

Роман ХОМУТСКИЙ, Николай ЧЕРКАСОВ (фото) // Культура



[Ужин при свечах в каменном веке](#)

Ольга ГОЛОВИНА
// Здоровье



[Человек неба](#)

Михаил Кожухов, Сергей Мостовщиков
// Общество



[Патриоты России получили признание](#)

// Культура

ВОПРОС НЕДЕЛИ

Считаете ли вы профессию учителя престижной?

- Да, учитель самое важное звено в передаче накопленных человеческих знаний
- Да, от учителя во многом зависит формирование личности
- Да, без должного уровня образования населения государство процветать не будет
- В обществе без идеалов престиж профессии учителя невысок

[проголосовать](#)

[ГЛАВНАЯ](#) ■ [О НАС](#) ■ [РЕКЛАМА](#) ■ [ПОДПИСКА](#) ■ [ПОЛИГРАФИЯ](#) ■ [КОНТАКТЫ](#)

[^ ВВЕРХ](#)



2006-2012 © ОБУ ИД "Липецкая газета".
Все права защищены. Использование материалов сайта разрешено только с письменного согласия ОБУ ИД "Липецкая газета". При любом использовании материалов сайта ссылка на портал LPGZT.ru обязательна.

@ Обратная связь



Создание портала -
Агентство АРТполитика