

Здоровый образ жизни

К труду и обороне готовы

В администрации города поздравляли активных участников движения «Готов к труду и обороне», выполнивших испытания на знаки отличия

Первыми награды получили дети: от детсадовцев до старшеклассников. Значки и удостоверения им вручили заместители главы города Виктор Нижегородцев и Светлана Тулупова, начальник управления по физической культуре, спорту и туризму Александр Берченко и посол комплекса ГТО, обладатель Кубка мира по ледолазанию Юлия Олейникова.

Виктор Нижегородцев пожелал собравшимся новых достижений. Светлана Тулупова отметила, что в зале сидят самые работоспособные, организованные и спортивные дети. Александр Берченко рассказал, что летом тоже сдал нормативы комплекса ГТО на золотой значок:

– Последовал вашему примеру. Вы действительно молодцы, что прошли эти испытания.

Юлия Олейникова подчеркнула, что её порадовало такое количество детей, вовлечённых в движение ГТО:

– Не останавливайтесь на достигнутом, забирайте в свою копилку как можно больше таких наград.

С этого года организованно сдавать нормативы комплекса начали дошкольники. Леон Гатитулин заработал золотой знак ГТО ещё в детском саду, но, пока в областном министерстве готовили удостоверения, успел пойти в первый класс. Вместе с ним проверяла готовность к труду и обороне старшая сестра Камилла. Сейчас она учится в третьем классе.

– Отжимались, подтягивались, приседали, прыгали, – малыши дружно перечислили все пройденные испытания. – Бросали мяч в кольцо, наклоны делали.

Камилла с гордостью рассказала, что смогла отжаться 17 раз, а младший брат тут же добавил, что присел целых 60!

В семье Гатитулиных отличная спортивная подготовка не только у детей – мама тоже сдала комплекс ГТО на «золото»

После перерыва состоялось награждение взрослых. Руководитель учебно-спортивного отдела управления по физической культуре, спорту и туризму горадминистрации Сергей Кукин отметил, что в 2018 году на сайте всероссийского движения «Готов к труду и обороне» зарегистрировались более 26 тысяч магнитогорцев:

– В прошлом году 672 человека выполнили все нормативы и получили знаки различного достоинства, а в этом – за шесть месяцев уже 620 человек прошли испытания комплекса ГТО и заслужили награды.



Михаил Дёмкин, Владимир Смоленков, Нияз Агзамов

– Сдав ГТО, вы выбрали спорт, – добавил Александр Берченко. – В первую очередь, вы одержали победу над собой, проверили себя и получили от этого удовольствие. Спорт – это хорошо! Вы – большие молодцы.

В числе награждённых в этот раз было немало ветеранов. Самый опытный – Михаил Дёмкин. Первого января ему исполнится 78 лет. Вместе с ним также на золотой знак отличия нормативы комплекса выполнил его сосед и товарищ 66-летний Нияз Агзамов.

– Сдавали норматив в Экологическом парке, в бассейне «Ровесник». Лыжи, скандинавская ходьба, плавание, бег, отжимания, пресс, наклоны. Отжиматься на «отлично» в нашем возрасте нужно 16 раз. Мы побольше, конечно, отжались, – рассказал Михаил Дёмкин о нормативах для 11-й ступени. – Потом надо было, не сгибая колени, достать до пола руками. Сделали, конечно.

Если Нияз увлекается спортом с детства – в прошлом мастер спорта по спортивной гимнастике, то Михаила Дёмкина натренировали армия и работа.

– Начал работать на заводе, до него восемь километров, транспорт не ходил. Чуть припоздал – бегом. Когда в армию пошёл – уже привычка была. Курс молодого бойца сразу сдал на 3-й разряд по лёгкой атлетике. На комбинат приехал в 1966 году. Раньше были цеховые праздники, проходили зимние соревнования, бегали кроссы. Потом, когда уже сторожем работал, – ночью делать нечего, приседал по две тысячи раз. Сейчас живу в 14-этажном доме, утром встаю – вместо зарядки на первый этаж спустился, на верхний поднялся, и так 20 раз. А зимой, если

давление подскочило, – взял лыжи, прокатился, и оно уже 120.

Отвечая на вопрос о мотивации к сдаче комплекса ГТО, Нияз Агзамов ответил:

– Моя жизнь была связана с авиацией, 20 лет проработал пилотом на пассажирских самолётах. Так что по долгу службы нужно всегда быть в форме. Сейчас на пенсии. Четыре года назад после операции на сердце, чтобы привести себя в форму, стал ещё больше заниматься. Каждый день делаю специальный комплекс упражнений – не хочу опять очутиться на больничной койке. А сюда пришёл, чтобы внуки посмотрели, что у них дед ещё в форме. Фотографирую значок и отправлю им по вайберу, чтобы видели, что дедушка от них не отстаёт. К тому же, сдача ГТО – это общение с молодёжью, которая полна энергии и вливает в нас уверенность в жизни.

Возраст для занятий физкультурой для друзей не преграда. Говорят, уже купили новые лыжи, скоро откроют зимний сезон:

– Каждую неделю ходим в бассейн. Живём на Зелёном Логе, там сделали свою трассу. Трасса километров пять-шесть, воздух чистый, два раза в неделю вместе на лыжах бегаем.

Всего же в этот день в администрации города знаки отличия комплекса «Готов к труду и обороне» получили около 300 человек: и детей, и взрослых. Отметим, из 620 магнитогорцев, успешно прошедших испытания в первом полугодии, 376 выполнили нормативы комплекса на золотой знак отличия, 173 – на серебряный и 71 – на бронзовый.

Карина Левина

Ветераны

Бронзовые легенды

Третье место заняла ветеранская хоккейная команда «Легенды Магнитки» на всероссийском турнире на призы хоккейного клуба «Салават Юлаев».

Матчи состоялись в прошлые пятницу, субботу и воскресенье в столице Башкортостана. Команды были укомплектованы хоккеистами от 35 лет и старше, которые в данный момент не имеют профессиональных контрактов. «Легенды Магнитки», возглавляемые заслуженным тренером России Виктором Королёвым, собрали неплохой состав, в который вошли даже культовые хоккеисты «Металлурга» прежних лет. Однако и соперники были под стать. В круговом турнире победили ветераны казанского «Ак Барса», второе место заняли хоккеисты пермского «Молота», магнитогорцы, как уже сказано выше, стали третьими. Хозяева, представители «Салавата Юлаева», не смогли выиграть ни единого поединка и замкнули итоговую таблицу.

Магнитогорец Игорь Плотников признан лучшим защитником турнира.

Поклонение пехт

Лидеров – двое

В двух возрастных группах регионального турнира открытого первенства России по хоккею среди юношей магнитогорские команды возглавили турнирные таблицы.

Стопроцентный результат на старте показали ребята 2004 года рождения. «Металлург-2004», который возглавляет Станислав Шумик, выиграл все восемь матчей и набрал 24 очка. Команда на восемь пунктов опережает занимающий второе место «Трактор-2004», но челябинцы провели на две встречи меньше. Список бомбардиров «Металлурга-2004» возглавляют Валентин Жугин, набравший 20 очков по со системе «гол плюс пас» (11 голов плюс 9 передач), и Илья Квочко – 17 (6+11) очков.

Магнитогорская команда, составленная из ребят 2003 года рождения, тоже выиграла все восемь стартовых встреч, но одну из них – по буллитам, а одну – в овертайме. В отличие от Континентальной и Молодёжной хоккейных лиг система начисления очков в юношеском хоккейном чемпионате в этом сезоне не изменилась. «Металлург-2003», возглавляемый Сергеем Кавуновым, набрал 22 очка. Команда на четыре балла опережает занимающий второе место омский «Авангард-2003». Лучший бомбардир – Данила Юров – набрал 17 очков за результативность (8 голов плюс 9 передач).

Баскетбол

Третий сезон студенческой лиги

В понедельник мужская баскетбольная команда «Стальные сердца», представляющая МГТУ имени Г. И. Носова, с уверенной победы начала новый сезон в студенческой лиге ВТБ, которая третий год подряд является элитным дивизионом ассоциации студенческого баскетбола.

Первый матч магнитогорские студенты провели в Перми с местной командой «Универ», представляющей Пермский государственный национальный исследовательский университет. Добившись преимуществ в 26 очков в первой половине встречи, «Стальные сердца» (тренер Максим Синельников) в третьем и четвёртом периоде позволили хозяевам сократить отставание, но всё равно уверенно выиграла – 68:50. Двое наших баскетболистов сделали так называемый дабл-дабл – Вячеслав Жидяев (13 очков, 12 подборов) и Роман Крюков (12 очков, 14 подборов).

В этом сезоне в элитном дивизионе ассоциации студенческого баскетбола вновь выступят пятнадцать команд. Как сообщает официальный сайт АСБ, сезон посвящён легендарному советскому и российскому баскетболисту, бессменному спортивному директору АСБ Сергею Белову.

Напомним, в прошлом сезоне магнитогорская команда заняла в студенческой лиге ВТБ седьмое место. А чемпионом второй раз подряд стали баскетболисты Московской государственной академии физической культуры из подмосковной Малаховки.

Гребля

Высшее образование в «Крылатском»

В воскресенье на московском гребном канале «Крылатское» восьмёрка гребцов МГТУ имени Г. И. Носова стала серебряным призёром финального этапа летнего сезона студенческой гребной лиги.

Завоевали представители магнитогорского вуза на всероссийских соревнованиях среди студентов медали и в малых классах. Алена Гайдук и Екатерина Гайдук победили в классе женских парных двоек лёгкого веса, а Сергей Арцибашев в мужской одиночке и Семен Кожевников и Никита Кукарин в двойке парной завоевали серебряные медали.



Камилла и Леон Гатитулины



Юлия Олейникова и Александр Берченко награждают детей

Мария Митлина