

Чудеса на турнике

> В мире нет границ – есть лишь препятствия

В СОРОК СЕДЬМОЙ школе прошел «Урок физкультуры двадцать первого века».

Организаторы – актив Магнитогорского штаба всероссийской общественной организации «Молодая гвардия Единой России» и коллектив уличного спортивного движения Street Workout.

– Хотим приобщить молодежь к здоровому образу жизни, помочь в развитии физических и творческих способностей, – говорит организатор движения «Street Workout» в Магнитогорске Дмитрий Тетервяков.

Актовый зал нахожу по музыке. Вхожу и вижу: нескольких ребят по очереди делают «горизонт» на брусьях. Размявшись, выносят снаряд на улицу. По одному собираются ученики. Можно начинать.

Первое движение, с которым знакомят организаторы, – Workout. Это физкультура без привязки к спортивным снарядам. Отличительная черта – полная свобода тренировок. Заниматься можно на улице, дома и даже в офисе, причем всем – вне зависимости от возраста, пола и физических навыков.

В Магнитке Workout набирает популярность. Ребята выступали на праздниках в Дни города, физкультурника, Российского флага, защитника Отечества... Участвовали в первенстве Челябинска, где соревновались лучшие со всего Урала и Сибири. Проводили зимние открытые соревнования в Магнитогорске.

Далее – небольшой видеоролик. Трюки впечатляют. Спортсмены с одинаковой

легкостью выполняют и классические элементы из гимнастики, и что-то свое. Дети в восторге.

Следующее уличное направление популярно уже давно. Это паркур. Здесь важно быстро и эффектно оказаться в определенной точке пространства. «Нет границ, есть лишь препятствия», – вот главный принцип трейсеров, людей, занимающихся паркуром. Гостей ждет еще один видеоролик, где двое ребят из Магнитки взбегают по стенам, перелетают с крыши на крышу, прыгают с высоты второго этажа, кувыркаются и делают сальто не хуже голливудских каскадеров. И все это они постигли самостоятельно.

Брейкинг – основа хип-хоп-культуры. Один из самых зрелищных и динамичных танцев, также доступный всем желающим.

На би-боев ученики сорок седьмой школы смогли полюбиться вживую: двое братьев-близнецов из академии уличного стиля «Первое чувство» устроили небольшой джем.

И, наконец, трикинг. Это нечто вроде танца, где используют движения из боевых искусств, акробатики и брейкинга. Тут ребята вновь не стали ограничиваться видеоклипами, и школьники не меньше десяти минут смотрели на «вертушки», задние, передние и боковые сальто.

Стихают аплодисменты, и все устремляются на школьный стадион. Там уже вовсю разминаются магнитогорские почитатели Workout. Кто-то подтягивается на одной руке, кто-то крутит на турнике «солнышко», а потом, не останавливаясь, делает саль-

то. Вот и брусья заняты уличными спортсменами. Все по очереди делают висы, «горизонты», «уголки». Причем некоторые элементы выполняют как поодиночке, так и в паре.

– Ну что, – улыбаются ребята, глядя на учеников, – кто готов блеснуть мускулами?

Школьники ойкают, робко переглядываются и дружно отступают. Но кое-кто все же отважился поотжиматься на брусьях. До уровня уличных спортсменов они, конечно, не дотягивают, но это пока. Кто знает, что будет через два-три года. Уличные спортивные движения набирают популярность, у их поклонников впереди вся жизнь. И целый мир вокруг ☺

КИРИЛЛ СМОРОДИН

> ХОККЕЙ

Буллиты бьют в... овертайме

ВЫИГРАВ в Омске одну из двух встреч финала Восточной конференции МХЛ, магнитогорские «Стальные лисы» перехватили у «Омских ястребов» преимущество своей площадки. Завтра и послезавтра команды встретятся в Магнитогорске. Пока счет в серии до трех побед равный – 1:1.

До серии буллитов дело в обоих омских матчах не дошло, однако именно штрафные броски, по иронии судьбы, стали ключевыми. В первой игре при счете 1:0 в пользу гостей (шайбу забросил Дмитрий Тарасов) на самом экваторе встречи голкипер «Лисов» Александр Печурский отразил буллит. И хотя хозяева в начале третьего периода отыгрались, два гола Павла Здунова принесли Магнитке победу – 3:1. А вот во второй встрече, доказавшейся до овертайма, Роман Бердников на 64-й минуте переиграл Печурского, и победа досталась уже омичам – 4:3. В этой же игре «свой» буллит не реализовали магнитогорцы – на 22-й минуте.

Воскресный матч, кстати, получился очень уж драматичным. «Омские ястребы» начали его на максимальных скоростях и к началу третьей минуте создали задел – 2:0. Чтобы успокоить своих игроков после ошеломляющего старта, главный тренер «Стальных лисов» Евгений Корешков взял тайм-аут и поменял голкипера, заменив Александра Печурского на Степана Решаева. Вскоре Богдан Потехин один гол отыграл, а во втором периоде, когда Печурский вернулся в ворота, Виктор Постников сравнял счет.

Но самые главные события команды «приберегли» на концовку встречи. За пять с половиной минут до конца третьего периода Владимир Малиновский вывел гостей вперед – 3:2. Перед «Лисам» маячила блестящая перспектива – две победы на выезде. Однако форвард «Ястребов» Роман Бердников перечеркнул ее. 89-му номеру омичей суждено было стать героем встречи. За три с половиной минуты до сирены он от борта пустил шайбу по льду, и та заскочила в ворота – 3:3. А в начале овертайма вышел один на один с Печурским, заставил сфолиить на себе Сергея Терещенко и уверенно реализовал буллит – 4:3. Сергей Терещенко, кстати, и в первом омском матче «заработал» штрафной бросок.

Тем временем защитник «Стальных лисов» Алексей Береглазов вошел в состав юниорской сборной России, которая отправилась на чемпионат мира для хоккеистов не старше восемнадцати лет. Турнир пройдет в чешских городах Брно, Зноймо и Бржецлав с 12 по 22 апреля. Представитель Магнитки назначен вице-капитаном российской команды. Как раз во время юниорского мирового форума – 20 апреля – ему исполнится восемнадцать лет.

Первый матч на юниорском чемпионате мира сборная страны проведет в четверг, 12 апреля. В Зноймо россияне сыграют со сверстниками из Латвии. На предварительном этапе наши ребята сыграют также с немцами (14 апреля), швейцарцами (16 апреля) и шведами (17 апреля).

СЕРГЕЙ КОРОЛЕВ

БИЗНЕС-ЗАЙМЫ
гибкость сроков и сумм • индивидуальный пакет документов • кредитное решение за 3 дня

ежемесячный платеж от **8555** рублей
от **50 000** до **1 000 000** рублей

ООО МФО «Народная Казна»
т. 8(800)555-22-48
заявка по России безотказная
www.narodnaya-kazna.com

www.magmetall.ru

В ИНТЕРНЕТЕ – РАНЬШЕ, ЧЕМ В ГАЗЕТЕ

для перехода по ссылке воспользуйтесь QR-кодом

За победу – медаль, за проигрыш – опыт

> Участники турнира по русскому рукопашному бою не жалели ни себя, ни соперников



ПРИСУТВИЕ медицинской бригады в зале детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва № 8 не простая формальность, присущая любому солидному соревнованию, а суровая необходимость – за врачебной помощью обращаются участники каждого третьего поединка.

Сотрясения, носовые кровотечения, рассечения, гематомы и даже подозрение на разрыв сухожилий – вот не полный перечень последствий азартно проведенных боев. По словам Ирины Гольцовой, имеющей большой опыт работы в хирургии, многие спортсмены категорически отказываются прекращать бой после травмы. Но в исключительных случаях медикам приходится на этом настаивать.

– Медикаментов-то хватит? – интересуюсь у врачей, вскрывающих очередную упаковку стерильной ваты.
– Должно хватить, – окидывает взглядом стол медицинский работник и тут же с сомнением добавляет. – Хотя, впереди финал...

Против жестких схваток ничего не имеют ни спортсмены, ни зрители, ни организаторы турнира.

– Нынешний спорт направлен на снижение травматизма, – рассуждает главный судья соревнований, руководитель учебного центра «Славяне» Константин Кудрявцев. – Если когда-то акцент делали на зрелищность, то сегодня – на безопасность спортсменов. Многие соревнования по спортивным единоборствам проводятся не в полный контакт, действует много ограничений, которые обесценивают само понятие «боевое искусство». Мы же стараемся эту составляющую сохранить, ведь

хорошего бойца нельзя воспитать без боли. При этом турнир по русскому рукопашному бою – все-таки не бой без правил. С травматизмом боремся постоянным повышением квалификации судейского корпуса, который должен успевать за ситуацией на ковре и реагировать на опасность до того, как противник получит травму.

Одиннадцатый открытый турнир по русскому рукопашному бою оказался рекордным по количеству участников. Более двадцати школ, секций и федераций спортивных единоборств делегировали на турнир своих воспитанников. В течение двух дней за звание сильнейших боролись двести десять спортсменов из Магнитогорска, Челябинска, Миасса, Верхнеуральска, Междозерного, Каргалов, Уйска, Ново-Сибирска, Кургана и Оренбурга.

– История турнира берет начало в Челябинске. В свое время он проводился на базе областного юридического института – учебного центра спецподготовки МВД России – под эгидой всероссийского спортивного общества «Динамо», – рассказывает Константин Кудрявцев. – Являясь официальным представителем областного отделения «Динамо» по линии прикладных видов спорта – рукопашному бою, стрельбе, самбо, служебному многоборью, организация «Славяне» подхватила эстафету и вот уже одиннадцатый год подряд собирает в Магнитогорске перспективных южноуральских бойцов.

– Ну что, окропим ковер красным? – вполголоса шутит один из них перед выходом на татами, высматривает в толпе зрительной чье-то лицо, приветствует знакомца кивком головы и, сделав глубокий выдох, уверенно выходит на площадку для поединков.

Согласно регламенту соревнований у спортсменов есть три минуты чистого времени, чтобы доказать свое превосходство. В этот раз для победы хватило тридцати секунд, половина которых ушла на выбор выгодной позиции для сближения с соперником, захвата с последующим эффектным броском и выходом на болевой прием. Противник, осознавший, что взято на излом руку уже не освободить, а нарастающую с каждой секундой боль не перетерпеть, обреченно стучит по полу – сдаюсь.

Для многих ребят подобные соревнования становятся хорошей стартовой площадкой – имена победителей прошлых лет звучат на всероссийских и международных первенствах. Высокий уровень подготовки участников и общей организации состязаний иногородние гости отметили и в этот раз. Несмотря на большое количество клубов-участников, а значит, и стилей ведения боя, спорных ситуаций на ковре и за ковром практически не возникало.

– Сделать так, чтобы спортсмены, занимающиеся различными видами единоборств, были в равном положении, было непросто. Работа над правилами идет из года в год, – рассказывает в перерыве между боями инструктор учебного центра «Славяне», судья соревнований Андрей Мусин. – Ежегодно вносим корректировки в положение о проведении турнира. Благодаря этому достигли серьезных результатов. Правила максимально унифицированы и адаптированы к различным техникам ведения боя.

Судейство отработано до мелочей. Вот и на вопрос подошедшего к столу арбитражной комиссии представителя команды, сомневающегося в проигрыше своего любимца, организаторы сразу находят ответ.
– Был проведен удачный захват. Спортсмен не обозначил поражение характерным жестом. Но у детей болевой порог занижен, а мышцы и суставы недостаточно крепкие. Сразу после того, как завершение болевого приема стало очевидным, судья на ковре остановил бой, – объясняют судьи прописанные в регламенте нюансы.

Распространенное мнение – тот, кто умеет работать «в партере», имеет преимущество – в ходе турнира не подтвердилось. Победы добивались те, кто демонстрировал многогранность бойцовских умений: в нужный момент использовали ударную технику, а по мере необходимости уходили в борьбу.

– Прихожу на турнир уже пятый год и отмечаю сходство поединков с массивными боевыми действиями армии, – комментирует очередной бой зритель Андрей Рыков. – В обоих случаях необходимо тактически видеть ситуацию и стратегически оценивать дальнейшие действия.

Словно в подтверждение этих слов Евгений Осипов, представляющий федерацию джиу-джитсу, технично увернувшись от нескольких атак соперника, уверенно машущего ногами, перешел в наступление. Несколько лоу-киков – так называется удар голенью в область бедра – в прямом и переносном смысле отбили у конкурента всякое желание продемонстрировать достоинства растяжки. Прихрамывая, спортсмен начал отступать, а затем и вовсе отказался от боя – отключившиеся ноги свели первоначальное преимущество на нет.

– Видно было, что противник Жени массивней и моложе. Необходимо было лишить его преимущества, и Осипов принял верное решение, – анализирует бой воспитанника Александр Архипов. – Считаю, что унификация правил, по которым проводится турнир, не мешает спортсменам. Современные бойцы обязаны работать универсально – уметь бить, бороться, бросать. Итоги второго дня соревнований подводил пока рано, а результатами первого, когда на ковер выходили дети, доволен. Из четырех учеников школы джиу-джитсу двое заняли первое место. Остальным посоветовал: не вешать нос, ведь это учеба, а не бой на улице. Проиграл, извлекая опыт – чтобы работать дальше.

Бои велось по олимпийской системе – на выбывание. Чтобы дойти до финала, спортсменам необходимо одержать победу как минимум в четырех поединках подряд. В итоге «Славяне», выступившие в роли организаторов соревнований, стали вторыми в командном зачете в рамках взрослого первенства и третьими – в рамках детского. Лучшими среди взрослых участников оказались бойцы из школы «Черный дракон». А представители федераций кудо и джиу-джитсу заняли первое и второе места по итогам детских и юношеских схваток.

Настрой команд-победительниц и желание менее удачливых участников взять реванш обещают сделать двенадцатый открытый турнир по русскому рукопашному бою еще зрелищнее ☺

ЕВГЕНИЙ НАУМОВ
ФОТО > ДМИТРИЙ РУХМАЛЕВ