

Издается при поддержке Департамента образования Администрации города Екатеринбурга

№04 [122]  
апрель 2024

Проект «Спорт — это друзья и победы!» реализуется при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации

## Спортивные праздники апреля

### 6 апреля



Международный день спорта на благо развития и мира. Праздник был учреждён Генеральной Ассамблеей ООН 23 августа 2013 года. Дата была выбрана не случайно. 6 апреля произошло сразу два события: в 1896 году в Греции состоялось открытие первых современных

Олимпийских игр, а в 1922 году было подписано первое в истории соглашение Международной организации труда и Международного олимпийского комитета, направленное на улучшение доступности спорта для трудящихся.

### 21 апреля



Ежегодный лондонский марафон — это больше, чем спортивное мероприятие. В 2024 году он пройдет 21 апреля. Это одна из самых длинных уличных тусовок в мире. Гром барабанов, уличные представления, посиделки в пабах и крики веселящейся толпы — все это сопровождает уличное прохождение спортсменами марафонской дистанции в 26,2 мили (42,195 км). Проводится ежегодно с 1981 года.

### 23 апреля



Всемирный день настольного тенниса (World Table Tennis Day) ещё молодой праздник — впервые он отмечался в 2015 году. Эту дату утвердили в честь дня рождения Айвора Монтегю. Именно он в 1926 году провёл первый чемпионат мира по настольному теннису и был основателем Международной федерации этого вида спорта.



Самые масштабные в истории российских шахмат детско-юношеские соревнования проходят в Екатеринбурге. Первенства «Большая шахматная Россия» собрали в Екатеринбурге около трёх тысяч спортсменов в возрасте от 9 лет до 21 года со всей России.

Торжественное открытие турнира прошло 8 апреля в офисе компании «Сима-ленд». Огромные залы компании, владельцем которой является президент Федерации шахмат Свердловской области Андрей Симановский, окрасились в чёрно-белые цвета. Везде, куда ни падал глаз, играли в шахматы. На большой шахматной доске под музыку разыгрывалось шахматное действо. Подробности на 2-й странице.

## Новости спорта

### Скалолазание



С 1 по 6 апреля в Москве прошли Всероссийские соревнования по скалолазанию в дисциплинах «лазание на трудность», «лазание на скорость», «боулдеринг». Всего в соревнованиях приняли участие более тысячи юных спортсменов из 48 регионов.

Спортсмены СШ «Виктория» отлично выступили: 1 место — Мельниченко Милана (в дисциплине «лазание на скорость»)

3 место — Снежинская Елизавета (в дисциплине «лазание на трудность»)

Поздравляем наших спортсменов и их тренера-преподавателя Скачкова Егора Валерьевича с успешным выступлением. Желаем им дальнейших побед!

### Фигурное катание



Юниорская команда по синхронному катанию «Юность» КМС завоевала «золото» всероссийских соревнований «Кубок Арктики» в Салехарде.

Наши девушки были первыми по результатам короткой и произвольной программ. Второе место досталось самарской «Жемчужине», третье — у команды Московской области «Фриволите».

Браво, команда «Юность», браво тренерам-преподавателям наших синхронисток Наталье

Михайловне Санниковой, Михаилу Даниловичу Павлюченко, Дарье Дмитриевне Санниковой.

### Стрельба из лука



В городе Шимкент (Казахстан) прошли международные соревнования по стрельбе из лука. Воспитанник СШ «Виктория» Максим Малафеев завоевал

золото в дисциплине «классический лук, смешанные команды до 21 года»

Поздравляем нашего спортсмена и его тренера Гордеева Алексея Сергеевича с отличным результатом, желаем новых побед и не останавливаться на достигнутом!



# Большая шахматная Россия

«В этом году мы празднуем столетие российских шахмат. За этот период было сделано много невероятных шахматных достижений. И мне особенно приятно, что сегодня состоялось ещё одно. Мы присутствуем при установке исторического рекорда, который стал возможен при поддержке Евгения Куйвашева и Андрея Симановского. Никогда ещё в истории шахмат соревнования не собирали такое количество юных спортсменов. По праву Екатеринбург — шахматная столица России», — сказал на открытии президент Федерации шахмат России Андрей Филатов.



Детско-юношеские первенства «Большая шахматная Россия» продлятся до 16 апреля. По результатам первенства сформируется сборная России, определятся участники самых престижных международных соревнований.

Детско-юношеские первенства России 2024 года пройдут с 1 по 15 ап-

реля. Впервые форум принимает Екатеринбург, шахматисты сразятся в спортивном манеже Общественного центра Универсиады 2023.

На старт выйдут около 1300 спортсменов: 500 поборются за призовые места в первенстве России, еще 800 выступят во Всероссийских соревнованиях «Первая лига».



А в это время в канадском Торонто проходит турнир претендентов. Турнир продлится до 21 апреля. Претенденты проведут 14 туров, победитель турнира сразится с действующим чемпионом мира, китайским шахматистом Дин Лижэнем. В турнире принимают участие 8 сильнейших шахматистов планеты: Ян Непомнящий (Россия), Рамешбабу Прагнанандха (Индия), Фабиано Каруана (США), Ниджат Абасов (Азербайджан), Видит Гуджрати (Индия), Хикару Накамура (США), Гукеш Доммараджу (Индия), Алиреза Фирузджа (Франция). После 10 тура лидируют Ян Непомнящий и Гукеш Доммараджу, набравшие по 6 очков.

Сильнейших определяют в пяти возрастных категориях: мальчиков и девочек до 11, 13 лет, юношей и девушек до 15, 17, 19 лет. Кроме того, состоится первенство России среди юниоров и юниорок — до 21 года.

В программу войдут: первенства России по шахматной композиции (2–3 апреля), по блицу (4 апреля), по быстрым шахматам (5–6 апреля), классическим шахматам и Всероссийское соревнование по классике «Первая лига» (7–15 апреля), а также первенство России среди юниоров по классике (7–15 апреля).

Соревнования по композиции будут начинаться в 11 часов по местному времени (9:00 мск), турниры по блицу и рапиду — в 10:00 (8:00), по классическим шахматам — 15:00 (13:00), заключительный девятый тур — в 11:00 (9:00).

В дополнительную программу первенства войдут Всероссийский судейский семинар, курсы повышения квалификации по психологии, а также обзорные экскурсии по городу.

В первой дисциплине — шахматной композиции — за медали поборются более 300 шахматистов.



## Финалисты лиги «КЭС-БАСКЕТ»

Юные спортсмены Екатеринбурга стали финалистами чемпионата Уральского федерального округа школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ».

Бороться за первое место среди команд девушек вышли уже ежегодные победители чемпионата — представительницы спортивного клуба «Сима-ленд» школы №106. Их соперницами стала команда из Покачей Ханты-Мансийского автономного округа — Югры.

В итоге уральские школьницы под руководством опытных наставников Андрея Лалетина и Юрия Потапкина одержали победу со счетом 67:14.

В решающем матче среди команд юношей встретились уральские баскетболисты спортивного клу-



ба школы №140 «Беркут» под руководством тренеров Дмитрия Лисиенко и Татьяны Пермяковой и спортсмены из Челябинской школы №68.

В первой четверти на паркете лидировали ребята из Челябинской области, обогнав соперников со счетом 12:15. Но в следующих игровых отрез-



ках баскетболисты из Екатеринбурга доказали, что они вновь лучшие. Итог встречи — 61:49.

Финалисты — команды уральских школьников отправятся на суперфинал школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ», который пройдет в Саратове с 12 по 20 апреля.



# Спорт в жизни первых космонавтов

## Юрий Гагарин



12 апреля 1961 года Юрий Гагарин стал первым в истории человеком, увидевшим Землю из космоса. Для

такого подвига, безусловно, требовалась невероятная физическая и психологическая подготовка. И, конечно, миниатюрный на вид Юрий Алексеевич (его рост составлял 157 см) провел немало дней юности на спортивных площадках.

Будущего космонавта можно было увидеть и на гимнастических брусьях, и на турнике, и на беговой дорожке, и с гантелями, и на батуте, и на вышке для прыжков в воду, и с баскетбольным мячом, и с волейбольным, и с хоккейной клюшкой. Свой значок ГТО он получил еще в ремесленном училище. Работая на заводе, побеждал во многих соревнованиях. И в Саратовском индустриальном техникуме продолжал посещать различные спортсекции. Даже стал капитаном баскетбольной команды вуза.

Разве что на футбольном поле его не замечали. Но этим видом спор-

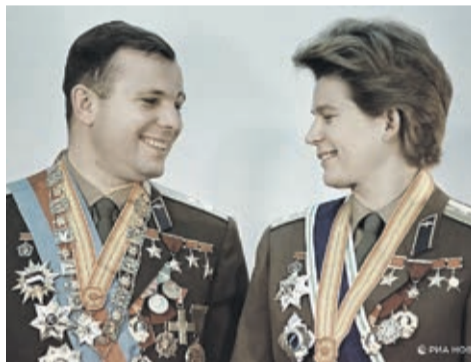
та он тоже увлекался уже после своего первого полета, поддерживая все без исключения команды ЦСКА. Гагарин был заядлым болельщиком. Певец Иосиф Кобзон часто вспоминал историю, как незадолго до гибели Юрия Алексеевича тот выиграл у него бутылку коньяка, поспорив на исход хоккейного матча армейцев с динамовцами столицы. Ледовые баталии Гагарин обожал. Неслучайно его именем назван главный приз КХЛ.

Но все же главным спортивным увлечением первого космонавта (которому, кстати, присвоили звание ЗМС) уже в зрелые годы стали... водные лыжи. Как-то он «прошел» на них от Ялты до Алушты за полтора часа со скоростью под 100 км/ч! Это хобби Гагарина особо не афишировалось, так как в СССР водные лыжи считались буржуазной забавой (вроде тенниса, который Гагарин, кста-



ти, тоже жаловал), что плохо сочеталось с образом всеобщего любимца трудового народа. Однако космонавту на эти предрассудки было плевать. Он своих пристрастий не скрывал и содействовал учреждению в стране Федерации воднолыжного спорта.

## Валентина Терешкова



Ну а что же первая в истории космонавтка, любимца страны при любом строе Валентина Терешкова? Уроженка деревни Большое Масленниково и будущий автор главной поправки в Конституцию РФ имела безупречную для широких масс биографию. Настоящий человек труда! И в спортивных страстях ее заподозрить было нельзя. Площадкам и залам Валя в свободное от работы время предпочитала игру на домре в оркестре народных инструментов дома

культуры комбината. Единственное — в 1959 году она записалась в Ярославский аэроклуб, где начала прыгать с парашютом, совершив в общей сложности 163 прыжка.

Собственно, перед тем, как отправиться в свой исторический полет, Терешкова сообщила родным о том, что уехала на очередные соревнования парашютистов. Семья поверила, а на следующий день узнала по радио правду...

Присутствовал спорт и в жизни супруга Терешковой — Андрияна Николаева. 9 июня 1970 года он в паре с бортинженером Виталием Севастьяновым принял участие в первой в истории шахматной партии «Земля — Космос». Для этого на «Союз-9» отправили специальную шахматную доску, на которой можно было двигать фигуры в условиях невесомости.



## ТОП-11 любимых видов спорта космонавтов

Анализируя биографии советских и российских космонавтов, сотрудники Центра «Космонавтики и авиации» на ВДНХ собрали статистику о том, какие виды спорта предпочитают люди, летавшие в космос. Предлагаем с ней ознакомиться.

**11, 10 и 9 место** разделили между собой хоккей, велосипед и гребля. За эти виды проголосовало по 4 космонавта.

**7 и 8 место** тоже у двух дисциплин: у шахмат и у бадминтона. Думать о стратегиях или кидать волан любят 5 космонавтов.

**6 место** занимают единоборства. Мы их все объединили в одну категорию. Боксом, борьбой, дзюдо и китайскими единоборствами увлекаются 9 космонавтов.

**5 место** забрала легкая атлетика. Бегать и разгоняться, словно ракета, любят 10 космонавтов.

**4 место** за футболом. Здесь нужно не только бегать, но и работать в команде. За данный спорт голосовали 16 покорителей Вселенной.

**3 место** занимает плавание. Тут все просто — в воде почти как в невесомости, а с ней космонавты знакомы хорошо. Одним из видов тренировки перед полетом и выходом в открытый космос является работа в бассейне гидролаборатории. 18 космонавтов отдали предпочтение этому виду спорта.

**2 место** неожиданно занимает большой теннис. Объяснение этому, вероятно, нужно искать в истории Центра подготовки космонавтов. Наставники первых героев любили этот спорт и, видимо, передали эту любовь аж 21 своему подопечному.

**1 место.** Очень символично, что перед Днем зимних видов спорта побеждают именно лыжи. Зимняя тренировка в лесу — одна из самых сложных и, видимо, интересных для космонавтов. Больше всего космонавтов, а именно 28 человек, предпочитают кататься на лыжах, и чаще всего — на горных.

Небольшое отступление. В ТОП не вышел парашютный спорт, так как эта дисциплина для первых космонавтов являлась обязательной. 23 космонавта не смогли выбрать конкретный спорт и указали, что любят все дисциплины. 14 космонавтов предпочитают спорту другие активности, например, проводить время с семьей, заниматься охотой, рыбалкой, чтением и многим другим.



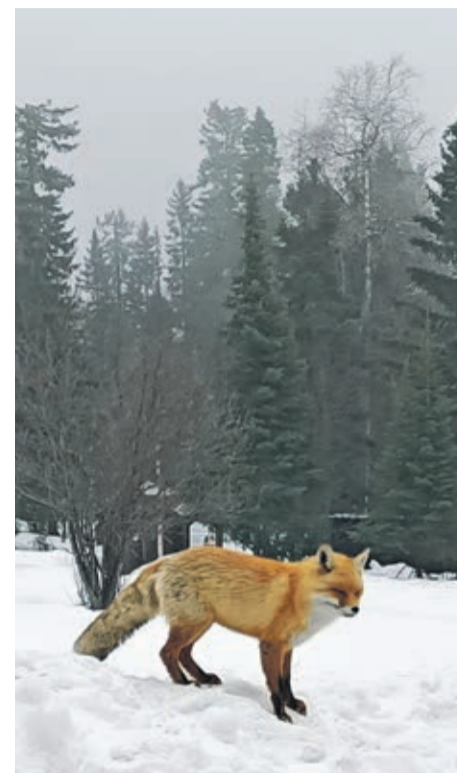
# Таганай

*Есть на Южном Урале замечательный национальный парк Таганай. Через парк проходит географическая граница Европы и Азии. Происхождение топонима связывают с оронимом Таганай. Таганай с башкирского языка переводится как «подставка Луны» (таган — «подставка, треножник» и ай — «Луна»). Заброска до парка не самая сложная, именно поэтому он и был выбран в качестве места для весеннего многодневного похода Молодежного клуба РГО «Уральский следопыт». Вход в национальный парк находится на окраине Златоуста. Машины можно оставить на охраняемой парковке и не беспокоиться за их судьбу.*

Оформившись в визит-центре Центральной усадьбы и купив входные билеты, отправляемся в путь. Основа национального парка — хребет Большой Таганай. Его длина — 26 километров. Вдоль хребта проложены два маршрута: Верхняя и Нижняя тропа. Мы выбрали Верхнюю для пути в одну сторону и Нижнюю для возвращения назад. Стартовали около трех часов дня. В первый день планировалось дойти до Белого ключа, под-

няться на вершину Двуглавой сопки, полюбоваться окрестностями и уйти на ночевку в Гремучий ключ. Рюкзаки не очень тяжелые, хотя палатку мы взяли с собой на всякий случай. На сайте национального парка заранее можно забронировать гостевые домики и не таскать с собой лишние вещи. В каждом приюте есть отапливаемые гостевые дома. Стоимость ночевки — пятьсот рублей с человека. Можно бронировать как целые дома на 4–6 мест, так и места с подселением в больших комнатах на 10–16 человек. В домиках нары с поролоновыми матрасиками. С собой нужно нести только спальные мешки. Готовить еду можно на своих газовых горелках, или использовать мангально-кухонную зону приютов. Дрова платные — 100 рублей за охапку.

Расстояние от Центральной усадьбы до Белого ключа — 6 километров. Но с погодой не совсем повезло. После небольшой оттепели похолодало, и тропа стала очень скользкой. Треккинговые палки очень выручали, но местами даже по хорошей широкой тропе идти было невозможно, особенно под уклоном вниз. До приюта шли чуть больше часа. Оставив рюкзаки в визит-центре, отправились на вершину. Путь на вершину начинается от ручья. Вверх уходит большая железная лестница, состоящая из трех длинных пролетов. Количество ступеней более пятисот. По железным ступеням вверх подниматься легко и не скользко, но потом... Подмерзшая снежная тропа превратилась в ледяную горку, и даже по натоптанным следам подниматься вверх очень сложно. Явно нужны «кошки» или какие-то приспособления на ботинки от проскальзывания. Но заранее догадаться об этом мы даже не могли. Идем вверх неподготовленные, и надеемся только



на свой большой туристский опыт. Благо вершина находится практически в зоне леса, и цепляясь за растущие деревья, можно существенно облегчить как подъем вверх, так

и спуск вниз. Сорок минут подъема, и мы на вершине. Погода портится, низкие облака затягивают все вокруг, видимость сильно падает. Съев перьевый шоколад, буквально скаты-





ваемся вниз, цепляясь за стволы деревьев. Очень скользко. Добравшись до железных лестниц, выдыхаем. Все обошлось, но так ходить нельзя, высока вероятность, поскользнувшись, получить травму. На будущее нужно подумать о небольших легких «кошках» или приспособах на трекинговые ботинки.

К приюту Гремучий ключ приходим изрядно уставшими. Места свободные на подселение оказались в наличии, поэтому палатку решили не ставить. Вкусно поужинав, уснули в теплом домике.

Утром вновь приходила лиса и клячила еду. Сухие галеты есть не стала, предпочла колбасу и сыр. План на сегодняшний день: мимо живописного Откликного гребня на высшую точку хребта Большой Таганай — гору Круглица (1177,8 м), а затем вниз к приюту Таганай. Расстояние примерно 10 километров. С погодой опять не совсем повезло. Ветра нет, но нет и видимости. Идем в тумане по заснеженному лесу. Тропа уже не такая нахоженная. Местами совсем теряется, и приходится бродить по старым, занесенным следам в поисках маркировки. Откликной гребень так и не увидели.

Добравшись до Долины сказок, слегка поплутали. Видимости нет совсем. Хорошо, что на вершину Круглица маршрут промаркирован большими высокими вешками. Дойдя до одной, долго вглядываешься в туман, ища другую. Сегодня идти не так скользко. Туман осел на деревья, на кустарники, на камни и на тропу. Небольшая изморозь сделала дорогу более приятной, не проскальзываешь на каждом шагу.

На вершине Круглица видимость еще хуже, чем вчера на Двуглавой. Но очень тепло. Ветра совсем нет. Посидев на вершине десяток минут, отправляемся вниз к приюту Таганай. Тропа то и дело разветвляется и теряется. В условиях недостатка маркировки идем по наитию, стараясь выдерживать основное направление. Спускаясь вниз, все равно выйдем на основную тропу. Погода распоживается. Иногда даже солнце проглядывает сквозь сплошную дымку. В эти мгновения лес преобразуется. Изморозь на деревьях начинает сверкать и переливаться в солнечных лучах.

К обеду приходим на приют Таганай. Места свободные в домиках есть, но погода настраивается, и ре-

Национальный парк «Таганай» образован 5 марта 1991 года на Южном Урале вблизи города Златоуст (Челябинская область), на границе Европы и Азии. Площадь парка 568 кв. км, территория включает в себя Таганайский горный массив. Здесь почти нетронутыми сохранились ценные экологические системы: горные тундры и луга, подгольцовые редколесья и реликтовые леса, и встречаются вместе животные и растения, характерные для центральной полосы Европейской России, русского Севера, Поволжья, Урала, Западной и Центральной Сибири, Казахстана.

шаем ночевать в палатке. По прогнозу в ближайшие два дня мокрый снег, переходящий в дождь. Вот тогда и переберемся в домик для просушки, а сегодня — романтика. Удивительно то, что многочисленные проходящие мимо люди удивляются ночевке в палатке. Задают вопросы — есть у нас печка или нет? Не верят в то, что можно при минусовых температурах спокойно можно ночевать без печки и не умереть от холода. К слову, ночью немного замерзли. Спальные мешки взяли совсем легкие, испугавшись, что пуховые промокнули под дождем и мокрым снегом.

Утром проснулись под звуки капели. Дождь, как и обещали метеорологи, все же пошел. Противный, мерзкий, морозящий. Долго валялись в палатке, думая, идти на Дальний Таганай или нет. Расстояние — девять километров в одну сторону и девять обратно. Вроде бы и немного, но под дождем и по раскисшей снежной тропе... Позавтракали. Дождь прекратился. Несколько групп ушли на Метеостанцию, так называется приют, расположенный прямо на вершине Дальнего Таганая. Пошли и мы, налегке, оставив все лишнее в палатке и заранее договорившись об аренде домика на сегодняшнюю ночь. Зная, что вечером тебя ждет домик с печкой, и под дождем бродить не страшно.

Без рюкзаков идетя совсем легко. Тропа из-за дождя еще не раскисла, не проваливается под нога-

ми и не скользит. Обгоняя по дороге группы туристов, за два часа доходим до Метеостанции. Наверху снега совсем нет. Тундра и низкорослые, кривые от ветра березы. Видимости тоже нет. Лишь темным пятном на горизонте еле видны хозяйственные постройки Метеостанции. Сегодня мы первые. В домике старый дед, хранитель базы, и рыжий кот. Вокруг рваные клочья тумана и ветер. К обеду дождь усиливается. Немного отдохнув и попив горячий чай, отправляемся вниз к нашей мокрой палатке в предвкушении теплого вечера в домике у гудящей печки. Последние километры даются тяжело. Снег раскис, и тропы начинают проминаться под ногами, чувствуется усталость. Пройдено почти двадцать километров с набором и сбросом высоты.

К приюту подходим уже изрядно промокшие. Снятие палатки и переселение в домик напоминает спешную эвакуацию. Зато в тепле жизнь начинает играть новыми красками. Огонь и тепло печки, душевные беседы и новые планы. Завтра финишный рывок к машинам, последние 14 километров нашего небольшого похода, и возвращение в Екатеринбург. Если не считать плохой видимости, то все, что планировали, все выполнили. Навестили Таганай, на котором не были 15 лет, активно отдохнули на природе, решили приехать сюда на новогодние праздники совсем большой компанией.





10 проектов от Свердловской области победили в Грантовом конкурсе «Движения Первых». Два из них будут реализованы Молодежным клубом РГО «Уральский следопыт». Всего в 2024 году было получено почти 6 тыс. заявок из 88 субъектов России на общую сумму более 16,4 млрд рублей – это почти в три раза больше, чем в прошлом году. Самыми популярными направлениями стали «Патриотизм и историческая память», «Культура и искусство», «Образование и знания». От Свердловской области поступило 118 заявок, и 10 проектов получили грантовую поддержку на общую сумму более 31,7 миллионов рублей. Инициативы на средства гранта будут реализованы в Екатеринбурге, Алапаевске, Качканаре, Нижней Салде и поселке Шабровский.

#### «Леса ПЕРВЫХ!»



«Леса ПЕРВЫХ!» – инновационное продолжение проекта, успешно реализованного осенью 2023 года в рамках первого грантового конкурса Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» на территории парка Лесоводов России. Опираясь на успешный опыт реализованного в прошлом году проекта, было принято решение продолжить экологическую акцию в 2024 году и провести экологический праздник «Леса ПЕРВЫХ!» на другой площадке, пострадавшей от пожаров прошлого года. Экологическая акция 2023 года была высоко оценена Министерством природных ресурсов и экологии Свердловской области. Проект является воспитательным инструментом экологического просвещения молодежи. 19 мая 2024 года мы планируем провести посадить 1000 именных деревьев и провести большой экологический праздник «Ле-

са ПЕРВЫХ!» в Шарташском лесопарке Свердловской области.

Перед проведением посадки хвойных деревьев в течение месяца совместно с волонтерами студенческих педагогических отрядов будет проведена подготовительная просветительская онлайн-работа с использованием социальных сетей, других ресурсов телекоммуникационной сети Интернет. В течение месяца в группе проекта ВКонтакте будут проводиться викторины, конкурсы, тематические задания. 19 мая молодежь, студенты, школьники высадят 1000 саженцев под девизом: «Человек должен



построить дом, посадить дерево и воспитать сына». 2024 год объявлен «Годом семьи».

Мы приглашаем принять участие в посадке деревьев молодые семьи и семьи с детьми. Одновременно с посадкой саженцев 100 добровольных помощников будут раздавать памятки по посадке деревьев и уходу за саженцами, помогать в посадке деревьев, проводить конкурсы и викторины. Всего в проекте примет участие 1100 человек. На месте посадки деревьев будет развернута большая фестивальная площадка. Волонтеры проекта проведут экологические конкурсы и викторины, познакомят участников с экологическими проблемами и способами их решения. Каждое дерево будет иметь бирку с порядковым номером. Участник проекта указывает свое имя и город проживания. Участники смогут при посещении парка навещать свое «именное дерево». Проект будет реализован совместно с Молодежным клубом РГО «Уральский следопыт», региональным отделением РДДМ «Движение Первых» Свердловской области, студентами и преподавателями Уральского государственного лесотехнического университета, Уральского Федерального университета и Уральского государственного педагогического университета. Место будущих посадок согласовано с Министерством природных ресурсов и экологии Свердловской об-

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ  
**ГРАНТЫ  
ПЕРВЫХ**



ласти. В организации проекта также примут участие студенческие отряды и волонтерские объединения других вузов Екатеринбурга. Экологический просветительский проект планируется сделать ежегодным. Каждый, посадивший свое дерево, сможет рассказать об этом на страницах своих социальных сетей. Наиболее интересные истории будут выложены в группу мероприятия, которая создана для информирования участников и организаторов. Школьники – участники проекта совместно с преподавателями смогут на протяжении многих лет проводить фенологические наблюдения за посаженными деревьями и публиковать материалы в группе проекта. Ежемесячно волонтеры проекта будут выкладывать фото- и видеоматериалы о состоянии посаженных деревьев. В летний период в засушливое время будут организованы поливка и уход за саженцами. Информация о мероприятии размещается на новостных и образовательных интернет-порталах.

#### Турслет «ПЕРВЫЕ на Урале»

В рамках фестиваля Осень Уральского следопыта 21 сентября 2024 года состоится Турслет «ПЕРВЫЕ на Урале». Проект прошел конкурсный отбор на организацию и проведение проектной активности, направленной на воспитание, развитие и самореализацию детей и молодежи, организацию досуга детей и молодежи. Он поддержан Движением Первых.

На средства гранта будут изготовлены туристские ветрозащитные куртки – анорак с фестивальной символикой для каждого участника турслета «ПЕРВЫЕ на Урале».

Всего в мероприятии примет участие не менее 300 команд по 5 человек. Обеспечивать проведение и участвовать в его организации будут 250 волонтеров. Яркие брендированные куртки-анорак будут заказаны не случайно. Эта верхняя одежда незаменима в походах выходного дня и тренировочных выездах на скалы и в лес. Она обладает отличной ветро- и водозащит-



ной обработкой, обеспечивает защиту от клещей и других насекомых, что актуально на Урале. Брендированные куртки будут долго напоминать ребятам об участии в проекте.

Деятельность Молодежного клуба Автономной некоммерческой организации «Уральский следопыт» направлена на популяризацию и пропаганду внутреннего туризма, краеведения, исторической памяти в молодежной среде, как важнейших инструментов воспитания школьников и студентов. Мероприятия рассчитаны на срок реализации проекта, в течение которого будет проводиться планомерная работа, а также работа по дальнейшему развитию и совершенствованию проекта в будущем.

Основной части Турслета «Первые на Урале» будет предшествовать большая подготовительная работа, проведение предварительных онлайн-конкурсов, подготовка конкурсных этапов. Будут осуществлены набор и подготовка команды волонтеров, информационное освещение в печатных и электронных СМИ, работа с социальными сетями, согласование с Администрацией Екатеринбурга площадок проведения фестиваля, получение разрешений на проведение массового мероприятия.

Турслет состоится 21 сентября 2024 года. Он представляет собой состязания студентов и школьников, проводящиеся в Шарташском лесопарке г. Екатеринбурга. Проект нацелен на развитие физической культуры молодых граждан региона и будет содействовать увеличению доли активных,

творчески мыслящих личностей, обладающих не только большим интеллектуальным, творческим, нравственным потенциалом, но и крепким физическим здоровьем. В программу входят выполнение элементов комплекса ГТО, мероприятия на освоение туристских навыков, оказания первой медицинской помощи, знание природы региона, навыков выживания.

Организаторами конкурсных этапов выступят туристские клубы образовательных учреждений Екатеринбурга – университетов, институтов и колледжей, инструктора Федерации спортивного туризма и Федерации альпинизма региона. Волонтерами выступят студенты ведущих ВУЗов Урала: УрФУ, УрГПУ, РГППУ, УГЛТУ, УГТУ. Будут привлечены специалисты ДОСААФ.

Предварительный тур с использованием интернет-технологий предполагает подготовку к физическим нагрузкам, а также проверку общих знаний по спортивному туризму, спелеотехнике, альпинизму, общим знаниям по массовому спорту, нормативам комплексов ГТО и «Турист России».

Практический тур Турслета «Первые на Урале» содержит более 50 этапов. Команда получает карту-схему, на которой обозначены контрольные пункты и максимальное количество баллов, которые могут быть получены при прохождении этапа. Для прохождения дистанции командам отводится 3 часа. Старт для всех участников общий. Задача команды – пройти максимальное количество этапов и заработать макси-



мальное количество баллов. Итоги состязаний подводятся по сумме всех заданий предварительного и практического туров.

В связи с участвовавшими в 2023 году многочисленными случаями заблудившихся в лесах школьников, организован обязательный для прохождения всеми участниками блок «Безопасность». Участники должны продемонстрировать алгоритм поведения в лесу в случае ЧП.

Состязания 1500 участников турслета обеспечат 250 волонтеров и добровольных помощников – студентов уральских образовательных учреждений.





# Всемирные игры дружбы 2024

Регистрация волонтеров на Всемирные игры дружбы 2024 год

ДОБРО.РФ – Всемирные Игры Дружбы 2024 <https://dobro.ru/event/10589100>

Всемирные Игры Дружбы 2024 – первые мультиспортивные соревнования под эгидой Международного Движения Дружбы, которые включают в себя выступления по 33 летним видам спорта. Уникальное событие станет пространством для межкультурного диалога, в основе которого – высокие идеалы спорта, принципы открытости и взаимоуважения.

Для организации и проведения Игр в двух городах планируется привлечь более 7000 волонтеров, которые окажут поддержку по более 20 функциональным направлениям деятельности на более чем 33 объектах соревнований.



Основные критерии отбора кандидатов в команду волонтеров Игр:

- возраст, кандидату необходимо быть старше 18 лет (от 16 лет на некоторые функции);
- знание иностранных языков (для некоторых функций);
- опыт работы в команде;
- готовность участвовать в период

проведения соревнований.

Участие в Волонтерской программе Игр доступно для иногородних волонтеров, а также иностранных кандидатов.

Этапы волонтерской программы:

- приём заявок (март – июль 2024)
- отбор кандидатов, интервью (апрель – июль 2024)

## Встреча с уральскими космонавтами-испытателями

Во Дворце игровых видов спорта «Уралочка» прошла встреча с уральскими космонавтами-испытателями Сергеем Прокопьевым, Дмитрием Петелиным и Андреем Федяевым. Встреча прошла в формате вопрос-ответ. Студенты екатеринбургских вузов задали интересующие их вопросы: как устроен быт космонавтов, взаимоотношения и взаимодействия с космонавтами других стран, как проходит рабочий день, а также внештатные ситуации. В ходе встречи космонавты-испытатели расска-

зали об экспедиции МКС-68/69. В ходе экспедиции МКС-68 космонавты совершили шесть выходов в открытый космос, в ходе МКС-69 – восемь выходов. Во время экспедиции МКС-68 произошло повреждение «Союза МС-22», требующее замены корабля, в результате чего Сергей Прокопьев и Дмитрий Петелин, которые остались на станции на время замены, совершили самую длительную миссию на орбите в истории МКС продолжительностью 370 суток.



## Школа Чемпионов Специальной Олимпиады-2024

С 1–5 апреля 2024 года в Загородном детском оздоровительном лагере Город Детства «Исетские Зори» (г. Каменск Уральский) Специальный Олимпийский комитет Свердловской области организовал и провел выездное спортивное мероприятие «Школа Чемпионов Специальной Олимпиады-2024». В программу выездной Школы Чемпионов вошли углубленные тренировки и мастер-классы

по 3 видам спорта (флорбол, баскетбол, плавание), областные соревнования по плаванию, культурная программа и досуг, дополнительная спортивная программа (бочче, настольный теннис). Помощь в организации, проведении, судействе соревнований оказали студенты-волонтеры отряда «Скорая Спортивная Помощь» – Екатеринбургского института физической культуры (филиал)



ФГБОУ ВО «УралГУФК». Обучающиеся III–IV курса, направление подготовки «Адаптивная физическая культура».

## Кубок мира по самбо

4 и 5 апреля в столице Армении, городе Ереван прошёл первый в 2024 году Кубок мира по самбо. Более 170 спортсменов из 11 стран два дня боролись за медали и за мировой рейтинг. Впервые на Кубке мира была представлена дисциплина «женское боевое самбо», 7 стран делегировали

своих самбисток. Студентки Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» не остались без призовых мест.

**Алехина Алена** – серебро в категории 59 кг.

**Михеева Ольга** – бронза в категории +80 кг.



- формирование команды волонтеров (июль 2024 – август 2024)
- обучение волонтеров (август 2024)
- смены волонтеров (сентябрь 2024)
- финальное мероприятие для волонтеров (сентябрь 2024)

По всем вопросам вы можете обращаться по эл. почте [volunteers@wfgames.org](mailto:volunteers@wfgames.org), в теме письма необходимо указать «Волонтеры».



**Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) УралГУФК**

Государственная лицензия 90Л01 0009191 выдана бессрочно  
Государственная аккредитация 90А01 0002390 бессрочно

**ПОДГОТОВКА БАКАЛАВРОВ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Вступительные испытания:** русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид спорта по профилю, физическая культура  
**профиль**

**«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)»**

**Вступительные испытания:** русский язык и биология по результатам ЕГЭ, избранный вид по профилю, физическая культура  
**профиль**

**«Адаптивная физическая реабилитация и рекреация»**

**Екатеринбургский колледж физической культуры УралГУФК**

**ПОДГОТОВКА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ:**

- «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
- Специализации по видам спорта:** футбол, единоборства, легкая атлетика, лыжный спорт, хоккей, гимнастика и фитнес, баскетбол, плавание

- «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
- Вступительные испытания:** экзамен по специальности + средний балл аттестата

**Работают курсы повышения квалификации**

Приемная комиссия находится по адресу:  
620146, г. Екатеринбург, ул. Шаумяна, д. 85,  
Тел. (343) 234-65-50,  
Web-сайт [www.sport-ural.ru](http://www.sport-ural.ru)  
e-mail: [priem@sport-ural.ru](mailto:priem@sport-ural.ru)



## Песочная терапия

Песок – загадочный природный материал, он может принимать любые формы: быть сухим, легким, сыпучим или влажным и плотным. В песочек любят играть все дети без исключения! Такие игры способны заинтересовать, отвлечь, расслабить ребенка, поэтому они используются не только для развития творческих и познавательных способностей, но и для решения многих психологических проблем.



### Песочная терапия может применяться:

- с целью диагностики состояния;
- с целью оказания первичной психологической помощи;
- при повышенной тревожности, страхах, неуверенности в себе;
- при трудностях адаптации (детский сад, школа, переезд и т.д.);
- сложностях во взаимоотношениях и общении со взрослыми (родителями, воспитателями, учителями) и сверстниками;
- истериках, агрессивности, гиперактивности;
- при работе с эмоциональными состояниями, связанными с изменениями в семейной жизни (детско-родительские отношения, развод родителей, появление младшего ребенка и т.д.)

Для детей работа в песочнице носит также коррекционно-развивающий характер. Активно развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика, ребенок быстрее усваивает понятия «право» и «лево», временные понятия дня и ночи, времён года. С помощью построений на песке развиваются восприятие, память, наглядно-образное мышление, умение устанавливать причинно-следственные связи, стимулируется речевая активность, происходит закрепление определенных знаний о себе и об окружающем мире.

На любые Ваши вопросы ответят  
психологи и нейропсихологи нашего Центра.



**«Центр нейропсихологического сопровождения детей  
и семейного консультирования»**

Екатеринбург, ул. Фролова, 31 (вход со стороны бул. Естехина) район ВИЗа  
Тел. 8 (912) 220-31-31 [www.neygo-plus.ru](http://www.neygo-plus.ru)

## Спортивные секции для взрослых и детей:

- Плавание (в т.ч. для детей от 1 года)
- Единоборства, силовые тренировки
- Игровые виды спорта
- Танцы, фитнес, йога и др.



СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР  
**Верх-Исетский**

ул.Кирова, 71, (343) 242-54-12(13), [www.vizsport.ru](http://www.vizsport.ru)



Газета «Физкульт-привет!» зарегистрирована  
в Управлении Федеральной службы по надзору  
в сфере связи, информационных технологий и мас-  
совых коммуникаций по Свердловской области 12  
апреля 2011 года  
Свидетельство ПИ №ТУ66-00658

Учредитель и издатель:  
ИП Семенов Михаил Геннадьевич  
Адрес редакции и издателя:  
620086, Екатеринбург, ул. Белореченская, 7-213  
тел.(343)213-47-78, факс (343)235-81-06, 8-91224-81459  
e-mail: mir@k96.ru,  
Сайт: [www.urulicheba.ru](http://www.urulicheba.ru)

Главный редактор: Семёнов М.Г.  
Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург»,  
г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.  
Заказ № 5615  
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:  
по графику в 17-00, фактически в 17-00 17.04.2024  
Выход в свет 17.04.2024.  
Распространяется бесплатно.

Номер под-  
готовлен при  
поддерж-  
ке Детско-  
молодёжной обще-  
ственной организации  
юных корреспондентов  
Свердловской области

6+

## О СПОРТЕ С УЛЫБКОЙ

☺☺☺  
На чемпионат мира по сумо собра-  
лось более 80 тонн спортсменов.

- ☺☺☺
- Представляешь, сегодня я забил два гола!
  - И как закончилась игра?
  - 1:1.

☺☺☺

- Скажите, а когда вы заинтересова-  
лись парашютным спортом?
- Честно говоря, когда увидел, что  
горит и второй двигатель.

☺☺☺

Пришел парень в спортзал, подходит  
к инструктору.

- Вот решил прокачаться. Чего в пла-  
не единоборств посоветуете?
- Тебе для понтов или самообороны?
- Для самообороны.
- Бег.

☺☺☺

В институте физкультуры и спорта  
экзамен по русской литературе. Препо-  
д вызывает студента-спортсмена по гре-  
ко-римской борьбе:

- Каких, студент, классиков вы знаете?
- Ну, Александр Карелин...
- Нет, нет, например, А. Пушкин,  
С. Есенин...
- Не знаю я таких, это, наверное,  
вольники какие-то.

☺☺☺

Инструктор по парашютному спор-  
ту проводит с новичками инструктаж.  
Один из них спрашивает:

- А если у меня не раскроется ос-  
новной парашют и запасной тоже,  
то сколько я буду лететь до земли?
- Всю оставшуюся жизнь.

Мужик выиграл в Спортлото кучу де-  
нег. Купил машину. Друзья пристают:

- Ни фиги себе! Как это ты умудрил-  
ся – в Спортлото и выиграть?
- Да понимаете... Мне сон приснил-  
ся. Шесть семерок. Ну, я поставил  
на сорок девять – и выиграл!
- Что-то не сходится! Шестью семь –  
сорок два...
- Вот ты такой умный, и ходи пеш-  
ком со своей математикой!

☺☺☺

Игру в гольф в России пытались  
освоить еще несколько десятилетий  
назад. Но русский темперамент при-  
вел к тому, что появилась игра в хок-  
кей на траве.

☺☺☺

Доктор сказал, что у меня врожден-  
ные способности к горнолыжному  
спорту.

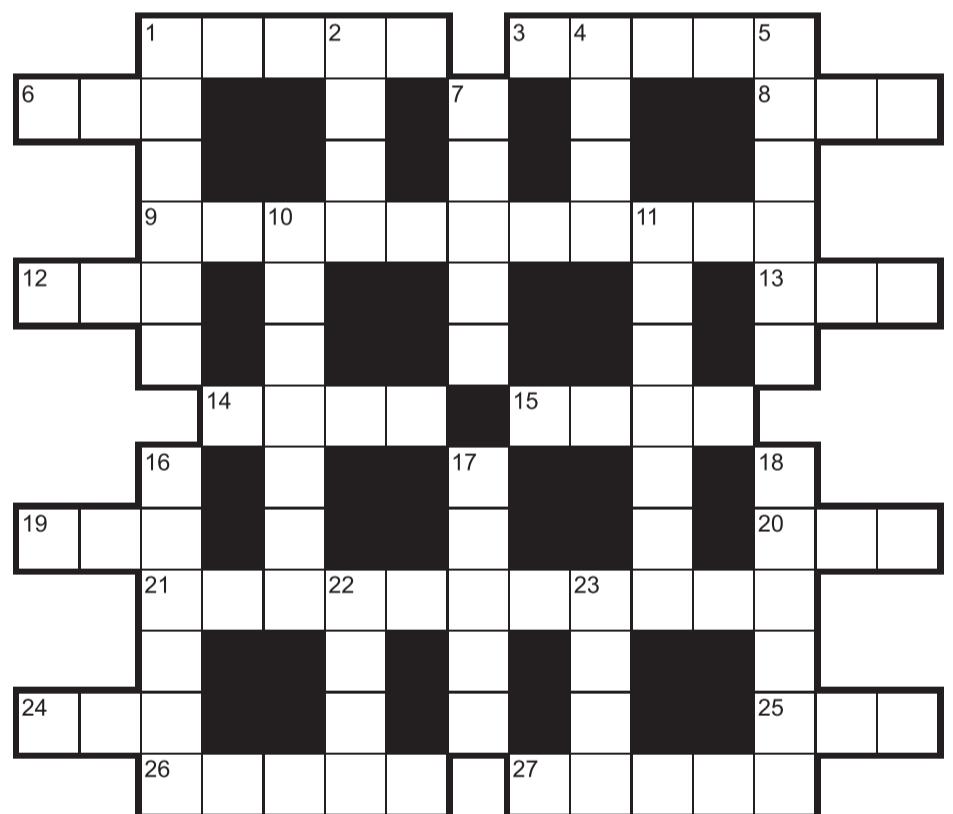
- А в чем это выражается?
- Кости быстро срастаются.

☺☺☺

Инструктор по парашютному спор-  
ту проводит с новичками инструктаж.  
Один из них спрашивает:

- А если у меня не раскроется ос-  
новной парашют и запасной тоже,  
то сколько я буду лететь до земли?
- Всю оставшуюся жизнь.

## КРОССВОРД



### ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Лёгкий внедорожник для ез-  
ды по песку.
3. Помещение, предназна-  
ченное для хранения матери-  
альных ценностей, спортивного  
инвентаря.
6. Общее название для всех  
боевых искусств, существую-  
щих в Китае.
8. Деревянный поперечный  
брус, прикрепленный к мачте  
судна; предназначен для креп-  
ления паруса.
9. Спортсмен, занимающийся  
подводным плаванием.
12. Препятствие с водой  
в скачках.
13. Личное название человека.
14. Непарнокопытное животное  
с большой головой и длинны-  
ми ушами.
15. Спортивный снаряд, кото-

### ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Спортивный снаряд в худо-  
жественной гимнастике.
2. Возвышенность для скорост-  
ного спуска на лыжах.
4. Штрафная дистанция у биат-  
лонистов.
5. Основной предмет для иг-  
ры в дартс.
7. 15 чемпион мира по шах-  
матам.
10. Цель восхождения альпи-  
нистов.
11. Военный инженер, в до-  
ме которого была расстреляна  
царская семья императора Ни-  
колая II.
16. Вид единоборств.
17. Стиль плавания.
18. Двуглавая мышца.
22. Шахматная фигура.
23. Крупное морское ракооб-  
разное.