

22.08.2014г. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

ПРИМЕР, ДОСТОЙНЫЙ ПОДРАЖАНИЯ!

Согласно указу президента РФ Владимира Путина с 1 сентября текущего года повсеместно внедряется Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Благодаря программе подготовки ГТО выросло не одно поколение здоровых и активных людей. Решение сохранить название "Готов к труду и обороне" было принято как дань истории и традициям. Некоторые киселевские пенсионеры, не дожидаясь прихода осени, продемонстрировали свой спортивный азарт и хорошую физическую форму в минувшую пятницу на стадионе «Шахтёр».

Вынуждены констатировать тот факт, что массового скопления участников перед началом соревнований не наблюдалось. Быть может, злую шутку сыграла тёплая солнечная погода, благодаря которой многие ветераны решили провести день на своих огородах. Быть может, люди были просто не уверены в том, что и в пожилом возрасте есть возможность стремиться к покорению новых спортивных вершин. Впрочем, у последних исчезли бы всякие сомнения, стоило лишь окунуться в атмосферу спортивного праздника, организованного комитетом по спорту и молодёжной политике на самом высоком уровне. Такого количества улыбок, задора и воли к победе на каждом из этапов от 17 участников с лихвой хватило бы на несколько сотен спортсменов. Тем более, что именно по результатам данных состязаний формировалась сборная команда Киселевска (по три мужчины и женщины), которая будет представлять наш город в сентябре на соревнованиях областного уровня.

Начальным испытанием для участников стал бег на один километр. Стартовали все дружно одной группой, а вот финишную черту с внушительным отрывом первой пересекла Надежда Шарабарина. Многие спортсмены ещё были на дистанции, периодически переходя с бега на шаг, а победительница уже делилась с нами своими впечатлениями: «Бегать я люблю. Сегодня одолела километр за четыре с половиной минуты. Считаю, что поддерживать хорошую физическую форму нужно в любом возрасте, поэтому с удовольствием занимаюсь в группе «Здоровье» у Надежды Кравченко. Вообще же я в юности занималась лёгкой атлетикой. Бегала средние дистанции за сборную института. Теперь стараюсь быть достойным примером уже для своих внуков. Часто с ними соревнуюсь. Старший внук Семён играет в эти дни за хоккейную команду «Металлург –2002» (Новокузнецк) на соревнованиях среди двенадцатилетних мальчишек в Волгограде. Он стоит в воротах. Когда я бежала сегодня по стадиону, из колонок звучала песня «Трус не играет в хоккей». Это в некоторой степени добавило мне сил. Моей младшей внучке Диане - четыре года, и она уже занимается художественной гимнастикой, завоёвывает награды среди сверстниц на соревнованиях областного уровня. Это меня, как бабушку, радует и вдохновляет на победы, чтобы я могла сказать с гордостью, что внуки все в меня».

На этапе «отжимание» блеснул Виктор Васильев. Несмотря на свои 67 лет, он трижды в неделю посещает тренажёрный зал. Его нередко можно увидеть на занятиях по каратэ и тайскому боксу. 27 лет Виктор Анатольевич отработал в ВГСЧ командиром отделения, респираторщиком. У него две внучки и внук. Именно им в первую очередь он старается показать личным примером, что здоровый дух должен быть в здоровом теле. «Я знаю, что мне нужно подтянуть беговую дисциплину. В поднимание туловища из положения лёжа, а также сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью не испытываю никаких



проблем, а вот как сложится стрельба из пневматической винтовки даже не берусь судить. Честно скажу, уже и забыл, когда стрелял в последний раз. Тут уж речь идёт не о годах, а о десятилетиях» - поделился своим мнением Виктор Васильев.

Ещё у одного Виктора – Новичкова, с бегом и стрельбой в этот день проблем не возникло. В последнем виде соревнований он показал результат в 46 очков, поразив в мишени с дистанции в 10 метров две десятки, две девятки и восьмёрку! Вот уж точно о ком можно сказать «Ворошиловский стрелок». это в свои 64 года! После испытания Виктор Васильевич не скрывал своей радости: «Раньше я уже сдавал нормативы «ГТО»». У меня даже был серебряный значок. Теперь постараюсь в своём возрасте заработать значок золотой. Стрельба для меня – самое любимое испытание. В армии я хорошо стрелял из автомата и пистолета. Здесь подтвердил свой класс. Сегодня мог показать себя



лучше в отжимании, но что-то подвело плечо. Всё равно две внучки и внук могут мной гордиться. Я, конечно, уже давно на пенсии. В жизни пришлось поработать и электромонтажником и респираторщиком в ВГСЧ. Но я до сих пор работаю – теперь в ДЮСШ управления образования рабочим по обслуживанию зданий. Постараюсь, если всё будет хорошо со здоровьем, лет до 70 радовать окружающих своим трудом».

Тем временем судейская коллегия подсчитала окончательные результаты соревнований. Благодаря победам в беге и стрельбе золотую медаль и почётную грамоту у мужчин завоевал Виктор Новичков. На вторую ступеньку пьедестала почёта поднялся триумфатор этапа «поднимание туловища из положения лёжа» Анатолий Новиков. Виктор Васильев замкнул тройку призёров.

Среди женщин никто так и не смог обойти Надежду Шарабарину. Она добавила к своему первому месту в беге ещё и победу на этапе «качание пресса». Серебряной медалисткой стала Галина Куракина, оказавшаяся самой меткой в стрельбе из пневматической винтовки. Благодаря стабильности на всех этапах третье место в итоге заняла Татьяна Гераськина.

Все спортсмены, выполнившие нормативы ГТО, вошли в заявку на получение специальных значков (золотого, серебряного или бронзового). Тем же, кто поднялся на пьедестал почёта, мы пожелаем достойно выступить на предстоящих областных соревнованиях в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

