

ЗИМА – ВРЕМЯ ДЛЯ ТРУДА И ОБОРОНЫ

26 января 2017 года в оздоровительном комплексе «Юность» стартовал Зимний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Около 70 жителей нашего города, возрастом от 16 лет и старше решили продемонстрировать свои возможности в целом ряде базовых испытаний.



Комплекс ГТО, как и много лет назад, является стартовой площадкой для развития массового, истинно любительского спорта. Обладание золотым, серебряным или бронзовым знаками становится делом чести и особой гордости.

Начиная с 2015 года, более 3000 киселевчан выполнили нормативы ВФСК ГТО. В минувшем году 1877 жителей нашего города выходили на спортивные арены и 1407 из них прошли испытания, заработав заветные награды. Киселевск по количеству значкистов занимает 5 место среди 34 территорий Кемеровской области.

Наверняка, после нынешнего Зимнего фестиваля ГТО это число увеличится. Уверенность в этом прозвучала в словах председателя комитета по спорту и молодёжной политике Киселевского городского округа Валерия Витермана во время торжественного построения перед началом соревнований.

Главный судья - начальник Центра Тестирования ГТО Татьяна Григорьева озвучила перечень испытаний, запланированных на первый день фестиваля: подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднятие туловища из положения лежа на спине, прыжок в длину с места, наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.



Спортсмены разбились на возрастные группы (ступени) и под контролем судей отправились на этапы.

Мы последовали вслед за ними и познакомились с некоторыми претендентами на обладание знаков ГТО.

Нашим первым собеседником стал 68 летний преподаватель Киселевского горного

техникума Виктор Афанасьевич Шип. Он лихо подтянулся 8 раз на перекладине (перевыполнив тем самым норматив золотого знака в этом возрасте). Чувствовалось, что при необходимости можно было показать и больший результат. «Но для этого надо чаще тренироваться, - высказал своё мнение собеседник. - В юношеские годы мне удавалось подтянуться и 26 раз. Во времена Советского Союза я уже был обладателем знака отличия ГТО. По прошествии стольких лет решил вновь испытать свои возможности. На текущий момент считаю самым сложным для себя упражнением наклоны вперёд из положения стоя. Спина всё-таки немного побаливает, но думаю, что справлюсь. Покажу тем самым пример своей супруге, и в следующий раз она тоже пойдёт сдавать нормативы ГТО».

Тем временем на этапе пресловутых наклонов царило оживление. Задание выполняли поочередно более 20 женщин. Они подбадривали друг друга и радовались

высоким результатам. Оператор АЗС Оксана Точило в прошлом году уже выполнила все нормативы на золотой знак ГТО и вновь решила принять участие в Зимнем фестивале: «Хочу улучшить свои результаты. В наклонах это уже удалось. Было 16, стало 17 сантиметров. Теперь пойду, попробую испытать свой пресс. В прошлом году удалось «прокачать» его 43 раза. Сдавать занятые позиции не собираюсь».

Следующим этапом нашего рандеву по спортивному залу стало сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Сразу бросилось в глаза, что гимнастический коврик был оборудован специальным приспособлением, которое светом и звуком фиксировало правильное опускание туловища. Здесь моё внимание





привлекла Елена Викторовна Пушкарева - преподаватель физической культуры Киселевского политехнического техникума. Она уверенно «отжалась» 33 раза: «Сдаю нормативы ГТО постоянно, для того, чтобы проверить собственные силы. Как-то само собой увеличиваются и без того уже «золотые» результаты. Надеюсь, что мои старания и упорство будут замечены в моей семье, и родные составят мне в ближайшем будущем компанию на этапах комплекса ГТО».

Фестивальная атмосфера царила во всех уголках спортивного зала. Ну, а кто в итоге выполнит все нормативы ГТО, станет известно лишь на следующей неделе, когда участники соревнований завершат лыжные гонки на базе «Берёзовая роща». Имена наших земляков, пополнивших ряды обладателей наивысших знаков отличия ВФСК ГТО во время Зимнего фестиваля обязательно предадут гласности.

Родион ТИТАРЕНКО

