



СПОРТИВНОЕ ОБОЗРЕНИЕ

КЕМГМУ

кафедра физической культуры
спортивный клуб «Медик»





Слово Редактора

Здравствуй, дорогой читатель!

Ни для кого, наверное, не секрет, что лето и осень для спортсмена связаны воедино как нельзя тесно. Это применимо и для представителей летних видов спорта, и для тех, кто увлечен и занимается зимними видами. Сегодня нет почти никаких преград для занятий любимыми видами физической активности в летний и осенний сезоны. Ведь лето – это пора спортивных сборов, свободного от учебы времени и усиленной физической подготовки, утренних и вечерних пробежек, активного отдыха и систематических тренировок, даже для тех, кому важно не потерять свою «форму», пока идет бесснежный период. Такой режим является фундаментом хорошей подготовки к осеннему соревновательному этапу. И это могут подтвердить наши студенты-спортсмены, которые два сезона подряд усердно тренировались и работали над своей «физической формой» в спортивно-оздоровительном лагере

«Медик» КемГМУ Минздрава России!

В этом номере, дорогой читатель, мы расскажем о летней жизни наших спортсменов, их подготовке к предстоящему спортивному году, их тренерах. На страницах этого номера мы познакомим вас с осенними физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями, которые проходят в нашем вузе! А вы, дорогие друзья, присоединяйтесь к нам, ведь в наших мероприятиях для каждого найдется и место, и награда!

Всем мира, здоровья, добра и отличного настроения!

Выпускающий редактор:

Ольга Заплатаина

Редактор:

Анастасия Семёнова

Бильд-редактор:

Ольга Заплатаина

Корректоры:

Ольга Заплатаина

Анастасия Семёнова

Авторы:

Ольга Заплатаина

Наталья Шаповалова

Александр Брюхачев

Екатерина Марьина

Дизайн и верстка:

Ольга Заплатаина

Анастасия Семёнова

Фото:

Ольга Заплатаина

Александр Брюхачев

Екатерина Марьина

Максим Щербаков

Евгения Антипина

Алексей Шишкин

Николай Фетищев

Наталья Шаповалова

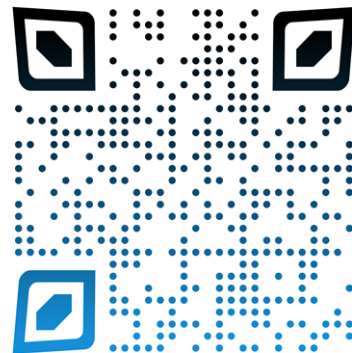
Компьютерная графика:

Анастасия Семёнова

Векторная/растровая графика:

Анастасия Семёнова

Подписывайтесь и будьте с нами в соцсетях!



Приобщайтесь к спорту! Больше двигайтесь!

Стремитесь узнавать что-то новое!

Адрес редакции:

КемГМУ, кафедра физической культуры,

ул. Ворошилова, 22А; ул. Назарова, 1

Тираж 100 экз. Сентябрь, 2023. № 4.

Напишите нам (zaplatinaoa@mail.ru), о чем вам хотелось бы прочитать!

ЗАЗВЕНЕЛ С УТРА БУДИЛЬНИК, ЗНАЧИТ МНЕ ПОРА ВСТАВАТЬ!



Как поется в песне:

*если хочешь победить,
если хочешь первым быть,
значит, надо собираться,
и всерьёз тренироваться!...*



Каждый спортсмен сборной КемГМУ знает: если проведешь лето без тренировок, значит набрать «физическую форму» к осени быстро будет тяжело и, практически, невозможно... А ведь, едва минует сентябрь, как ждет-поджидает старт Областной Универсиады вузов Кузбасса в беге на 1000/2000 метров. Да и до этого первого важного старта необходимо сделать контрольные прикидки, пробы, к которым тоже нужно готовиться!

Поэтому большинство наших ведущих спортсменов большую часть лета проводит в спортивно-оздоровительном лагере «Медик», где тренеры-преподаватели разрабатывают для них особый план тренировок, позволяющий не только поддержать на должном уровне свою физическую форму, но и существенно поднять уровень физической, технико-тактической, функциональной подготовленности, что особенно важно для тех, кому предстоит участвовать в серьезных соревнованиях предстоящего учебного года.

Здесь необходимо отметить, что спортивно-оздоровительный лагерь «Медик» предоставляет с каждым годом все больше и больше возможностей для спортивного лета, причем, как для студентов, так и для активных сотрудников КемГМУ. Так, например, в этом году комфортабельная, даже можно сказать роскошная столовая с верандой то и дело собирали шахматистов, готовых уютно посидеть за шахматной доской с комфортом!



Ну чем не прекрасная возможность для представителей этого интеллектуального вида спорта?! Как говорится, с удовольствием и систематически!

Да и шахматных турниров было проведено немало: и среди студентов, и среди преподавателей, и среди детей преподавателей, в общем на любой вкус, цвет и уровень подготовки!



Легкая атлетика и лыжные гонки – отдельная тема лагерного спортивного сезона!

Легкоатлеты и лыжники, как одни из наиболее дисциплинированных (в плане систематических тренировок) сборных команд КемГМУ редко пропустят утренний подъем и тренировку на свежем воздухе, ведь у Николая Ивановича Фетищева (тренер сборной по легкой атлетике) и Александра Николаевича Брюхачева (тренер сборной по лыжным гонкам) не забалуешь! А этим летом, влившийся в ряды кафедры физической культуры,



новый тренер-преподаватель Максим Щербаков так поднял дисциплинарную и тренировочную планки, что спортивный лагерь для наших спортсменов стал чуть ли не Олимпийской деревней! Было, конечно, тяжело, но к концу сезона таки осознано, что все это – очень даже к лучшему! Как говорится, тяжело в учении, легко в (спортивном) бою...



– «В спортивно-оздоровительном лагере «Медик», – рассказывает Александр Брюхачев, – культивируется много видов спорта и даже проводится своя летняя спартакиада. Спортивная жизнь чередуется с творческими делами, тематическими вечерами и т.д.»



А вот для Николая Ивановича Фетищева лагерь «Медик» стал всей его спортивной жизнью: за годы работы в вузе (напомним, что в этом году он отметил 75-летний Юбилей!) Николай Иванович не пропустил ни одного спортивного сезона, занимаясь со своей сборной командой!



Сегодня для ребят-членов сборной команды легкая атлетика является важной составляющей их стиля жизнедеятельности: она помогает уравновесить учебную жизнь и день будущего врача (Марьяна Екатерина), даже при высокой нагрузке позволяет душевно отдохнуть и раскрепоститься (Чепкасова Анастасия) и является любовью всей жизни (Зарубицкая Анна).

Развитие новых для вуза видов спорта активно ведется в нашем лагере «Медик». Так, в этом сезоне состоялась встреча со старшим тренером молодежной сборной России по биатлону Алексеем Антиповым и мастер-класс по стрельбе из биатлонной винтовки.



Наши спортсмены не только слушали, смотрели и вникали, но и сами попробовали пострелять из биатлонного оружия.



Так, Чемпионка Регионального фестиваля ГТО этого года Екатерина Мигушова, попробовала себя в стрельбе «лежа», новой для нее изюминке, ведь стрельба с локтя (для сдачи норматива ГТО) удалась ей весной на славу!



С превеликим удовольствием отмечу, что наш спортивно-оздоровительный лагерь «Медик» на сегодняшний день является единственным, сохранившим свое функциональное назначение вузовским лагерем среди основных учреждений высшего образования города Кемерово и даже Кемеровской области! Давно забыты и не работают: спортивный лагерь КемГУ (который, кстати, имеет факультет физической культуры и спорта!), лагерь бывшего КемТИПП(а), давно не работают спортивно-оздоровительные лагеря СибГИУ и НГПУ (г. Новокузнецк).

– «Лагерь КузГТУ работает только как туристский полигон, – рассказывает Павел Борисов – помощник руководителя отдела спортивно-массовой и оздоровительной работы Кузбасского государственного политехнического университета, – домики просто сдаются студентам и преподавателям, но организованная сезонная деятельность не предусматривается».

А наш «Медик» не только сохранил свой статус спортивно-оздоровительного лагеря, продолжая ежегодно принимать студентов и преподавателей, но и процветает, улучшается, увеличивает длительность сезонов отдыха, расширяет тренировочные возможности для студентов-спортсменов!

Евгений Карманов, выпускник стоматологического факультета 1966 года (!) помнит свои приезды в летний лагерь, когда он был еще палаточным! Для Евгения его первый сезон в «Медике» состоялся после первого курса в 1962 году. С тех пор, вспоминает наш выпускник, в лагере выросли и воспитались поколения! Это ни много ни мало уже историческая память КемГМУ Минздрава России. «Место силы» – так называет Евгений Карманов наш спортивно-оздоровительный лагерь и считает, что спорт делает человека уверенным! Увлекаясь игрой в шахматы, Евгений Карманов, в этом году дал сеанс одновременной игры для нескольких участников сразу и стал одним из почетных спортсменов Традиционной XXV Спартакиады спортивно-оздоровительного лагеря «Медик» КемГМУ Минздрава России!

Вот таким плодотворным и полезно-тренировочным бывает каждое лето в нашем спортивном лагере, не говоря уже о том, что питание там отменное! Ну если вам на полдник подают бананы в кляре или шоколаде, о чем же тут еще говорить! Приезжайте в наш лагерь, присоединяйтесь к числу активных студентов, студентов-спортсменов, пополняйте копилку приятных воспоминаний в течение всей студенческой жизни!

ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ...

А осень в этом году и впрямь золотая...

Именно такой, золотой, стала она для женской и мужской волейбольных команд первокурсников лечебного факультета, завоевавших свои первые золотые медали КемГМУ Минздрава России в волейбольном турнире в зачет Спартакиады «Первокурсник»!



Спартакиада «Первокурсник» началась в этом году, традиционно, волейбольным турниром, который, как всегда и водится, собирает не просто много желающих поиграть в волейбол и записаться в волейбольную секцию, а удивительным образом привлекает внимание очень огромной студенческой публики! Во многом этой популярностью секция

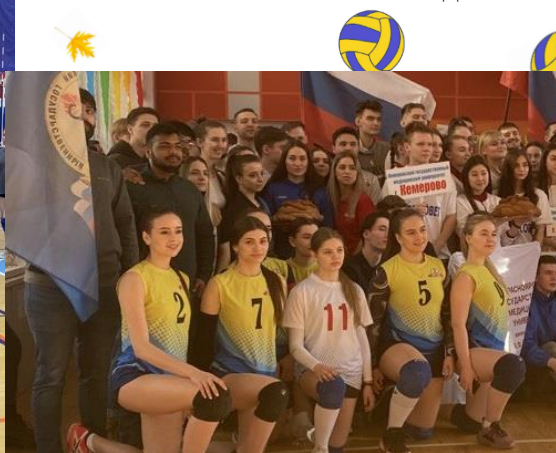
волейбола обязана самому тренеру, Казанцеву Евгению Викторовичу, для которого волейбол является любовью всей его жизни. Неоспоримым авторитетом среди спортсменов КемГМУ являются и наши сборные команды по волейболу, азартные, красивые, вкладывающие много сил для достижения значимых результатов. Привлекает первокурсников и желание быть вовлеченными в постоянный игровой процесс, командное общение и в ту яркую жизнь, какой делает ее именно волейбол!



Так, из года в год, как говорится, step by step, формируется основная волейбольная команда и волейбольная жизнь вуза, в которую «рекой» вливаются первокурсники.

Однако, нынешний год удивил куда более чем!!! Не ошибусь, если скажу, что в КемГМУ пришла практически готовая еще одна первокурсная

первоклассная волейбольная команда, которая не только произвела фурор на Спартакиаде «Первокурсник», но и заставила встряхнуться основную женскую волейбольную сборную КемГУ, команду с большим опытом, в товарищеской осенней встрече! И теперь в КемГМУ целых две сильные играющие женские волейбольные команды!



СПОРТИВНАЯ ХРОНИКА ОСЕНИ



А знаете ли вы что?...

*25 октября этого года в городе Кемерово на базе РО
ДОСААФ пройдет фестиваль*

ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК...

В этом фестивале, приглашение на который нам было сделано главным специалистом по техническим и военно-прикладным видам спорта РО ДОСААФ Кузбасса Ореховской Евгенией Владимировной – мастером спорта международного класса по стрельбе из пневматической винтовки, победителем и призером Чемпионата России и Европы, Чемпионкой Европы и финалисткой этапа Кубка Мира в Милане – примут участие двое наших студентов (состав команды: 1 юноша и 1 девушка) лечебного факультета – Шаповалова Наталья и Шишкин Алексей, проявивших себя в стрельбе при сдаче нормативов на золотой знак ГТО!



«Стрельба для будущего врача, – считают Наташа и Алексей, – это вид спорта, при занятии которым можно научиться преодолевать высокие эмоциональные нагрузки, что очень важно для будущей профессии. Тем более, что в настоящее неспокойное время многие из врачей являются военнообязанными и нередко имеют практику находиться в горячих точках, быть непосредственными участниками оказания помощи пострадавшим в боевых действиях. Поэтому Фестиваль «Ворошиловский стрелок» является важным мероприятием, которое

позволяет проверить свои силы и приобретенные в процессе тренировки навыки стрельбы из винтовки».

Помимо этого, стрельба дисциплинирует, позволяет управлять своим нервно-психическим состоянием, развивает координацию и просто интересна как технический вид спорта.

Во время подготовки к соревнованиям Наташе и Алексею предстоит стать не только стрелковой, но и творческой командой, рассказав в своем агит-проекте «Ворошиловский стрелок» о его важности для врача. В процессе реализации этой творческой части наши ребята использовали военно-прикладные упражнения, технико-тактические действия с оружием, которые могли быть полезны для формирования опыта действий в боевой обстановке.

Так ребята отозвались о самом Фестивале «Ворошиловский стрелок» и участии в нем: «Это интересно и ново! Это актуально не только потому, что можно непосредственно связывать роль проведения фестиваля с необходимостью быть готовыми к какой-либо ситуации в условиях проведения специальной военной операции, но это, прежде всего, заставляет задуматься о внутренней дисциплине, систематических тренировках, о развитии таких специальных профессионально-важных



физических качествах как высокий уровень координации, статическая устойчивость, высокая концентрация внимания, статическая выносливость и мн. др.

Тренировочная часть подготовки ребят включала упражнения «Стрельба, стоя без упора и с упора», «Стрельба, сидя с упора», «Прицеливание в движении одиночно и в парах», военно-прикладные упражнения «Владение винтовкой при спасении тяжело- и легко раненого» в помещении и в естественных природных условиях.



Сегодня внимание к стрелковому спорту возрастает. Упражнения в стрельбе включены в программы ГТО. Большое внимание уделяется открытию в учреждениях высшего образования стрелковых тиров и военных центров. Все это направлено на всестороннюю физкультурно-спортивную подготовку будущих профессионалов, особенно тех, кому предстоит реализовать свою будущую профессиональную деятельность в условиях высокой опасности, сложности.

Творческая часть агит-проекта наших ребят включала в себя формирование видеоматериал о том, как проходила подготовка, о том, как важно сегодня уделять внимание техническим и военно-прикладным видам спорта, о том, как важно рассказать об этом студентам-будущим врачам.

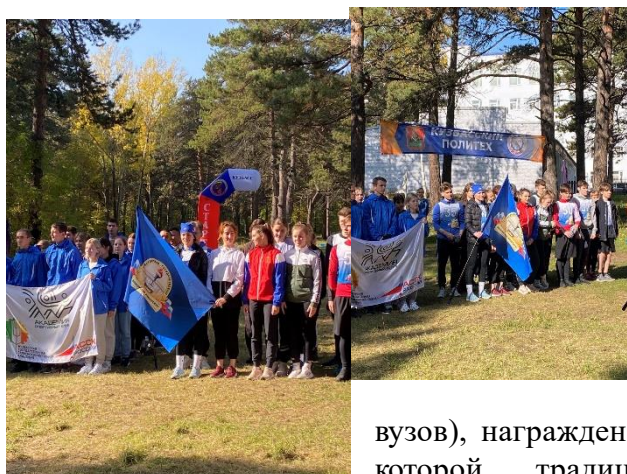
**Пожелаем удачи нашим ребятам на соревнованиях Фестиваля
«Ворошиловский стрелок»!
Следим за новостями спортивного клуба КемГМУ «Медик» на нашей
страничке в VK!**



ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ...

Продолжение...

По праву титул «Легенда осени» сегодня ассоциируется с нашей сборной командой по легкой атлетике! Традиционный, уже ставший легендарным, осенний праздник – легкоатлетический кросс, – на который съезжаются команды всех вузов Кузбасса открывает спортивный год практически в каждом вузе нашей области! И, конечно же, выступление нашей сборной – сборной КемГМУ по легкой атлетике – приносит нашему вузу первые приятные награды! И так здорово начинать новый спортивный учебный год с заслуженно завоеванных медалей и прекрасных выступлений наших ребят!



Торжественный осенний спортивный праздник состоялся 5 октября. Это та дата, которая стала днем торжественного открытия Областной Универсиады вузов Кузбасса!

Этот день принес КемГМУ Минздрава России сразу две награды:

- кубок за третье место по итогам прошедшей XXI Универсиады (по второй группе вузов), награждение по общим итогам которой традиционно подводится

осенью на торжественном Параде-открытии ежегодной Областной Универсиады!



- и, самое главное – женская сборная КемГМУ Минздрава России уверенно подтвердила сегодня звание бронзового призера в легкоатлетическом кроссе теперь уже XXII Универсиады вузов Кузбасса!

Этот праздник нашему вузу подарила женская сборная КемГМУ по легкой атлетике в составе: Мигушова Екатерина, Зарубицкая Анна, Слесарева Вероника, Головки Мария, Чепкасова Анастасия, Марьина Екатерина, Коршунова Анастасия, Чудинова Анастасия,

Ефимова Эмма! Наши девушки вновь стали бронзовыми призерами теперь уже XXII Универсиады, в которой этой осенью приняло участие 7 кузбасских вузов!

Достоинно и выступили наши юноши, показав в упорной борьбе с мастерами спорта 6-й результат в турнирной таблице (Щеголихин Евгений, Черных Олег, Третьяк Михаил, Быков Александр, Матвейчук Тимофей, Гавдулин Никита, Зиборов Владислав, Сенцов Петр).





РОССИЙСКОЕ ЗОЛОТО ОСЕНИ...

В одном из прошлых номеров нашего журнала мы рассказывали о девушке с лечебного факультета, ставшей Чемпионкой России по киокусинкай – о Маше Головки. Трудно не заметить Машу и на пьедестале по итогам осеннего легкоатлетического кросса Универсиады – она, как раз, с медалью и держит флаг нашего вуза, стоит рядом с тренером по легкой атлетике и улыбается. А как тут не улыбаться, если накануне Маша завоевала снова Чемпионский титул Российских соревнований!



Это уже не просто молодец, это уже профессионализм, дисциплины, устремленность, упорство и собранность, ведь все успевать – это дорогого стоит!

Ну а теперь по подробнее: накануне открытия XXII областной Универсиады вузов Кузбасса и соревнований по легкоатлетическому кроссу Маша Головки,

студентка II курса лечебного факультета, одержала Победу на Кубке России, состоявшемся в рамках соревнований по киокусинкай «31-й Мемориал Андрея Якутова»!

Этот большой турнир проводится ежегодно в память об одном из первых спортсменов и тренеров по киокусинкай в Новосибирской области – Андрее Якутове. В соревнованиях приняли участие более 900 спортсменов из 32 регионов России, а также гости из Азербайджана, Армении, Беларуси, Грузии, Израиля, Ирана, Испании, Казахстана, Китая, Португалии, Таджикистана и Турции... А наша Маша – первая!!!

Вот такая она – наша Маша!

Кстати, на вопрос «Как воспринимается уровень российских соревнований и студенческая Спартакиада?» Маша ответила: «На студенческой Универсиаде очень душевно, никто не смотрит на тебя, как на соперницу, дружеская обстановка, все тепло общаются! На России по-другому, такого, как здесь, нет...»



О «Первокурснике» и стритболе...

Спартакиада среди первокурсников КемГМУ является сегодня одной из важных традиций. Ребята, поступившие в вуз, вливаются в спортивную студенческую жизнь, яркую и насыщенную самыми разными физкультурно-оздоровительными и спортивными событиями. Стало доброй традицией КемГМУ включать в Спартакиаду «Первокурсник» самые интересные и зрелищные виды – игровые! Это, как ты, дорогой читатель, уже прочитал, волейбол и футбол... Ну а как же обойтись без стритбола?! Конечно никак! Особенно этот вид привлекает юношей!

Так, турнир по стритболу среди команд юношей 1 курса КемГМУ Минздрава России завершился этой осенью победой Лечебного факультета! Игровые виды, как всегда, удались лечебному факультету (они ведь еще забрали и волейбольное «золото»!)

Этой осенью набирающий популярность стритбол собрал на площадке команды 4-х факультетов! Первокурсники с удовольствием играют, принимают участие в соревнованиях данного вида Спартакиады "Первокурсник", готовятся и проходят отбор к соревнованиям по баскетболу среди студентов всех курсов и факультетов, которые состоятся в ноябре этого года. Поэтому стритбол для первокурсников – это больше, чем просто спортивная игра. Это неперенный атрибут отбора в баскетбольную команду вуза!



Ну а мы поздравляем команду лечебного факультета с успешным дебютом и победой!

На втором месте – команда первокурсников Педиатрического факультета. На третьем – команда первокурсников Медико-профилактического факультета. На четвертом – команда Стоматологического факультета. Поздравляем всех ребят, желаем дальнейших успехов!

НОВЫЕ КРАСКИ ГТО!

В конце сентября этого года студенты КемГМУ Минздрава России присоединились к осеннему молодежному марафону "Студенчество Кузбасса выбирает ГТО! Свыше 450 человек приняли участие в сдаче норм ГТО своей ступени! Позади уже такие нормативы как бег на 100 м, прыжок в длину с места, сгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине. Марафон продлится до 30 октября, но уже сегодня среди первокурсников есть «звездочки», которые сдают нормативы на «золотые», «серебряные» и «бронзовые» знаки! Среди девушек это: Шведова Арина, Борисова Александра, Папанова Вера, Никитина Елизавета, Варнавская Виктория, Лазарева Дарина, Терехова Полина, Богатюк Анастасия. Несомненными лидерами по итогам всех упражнений являются Арина Шведова и Александра Борисова – лечебный факультет!



Среди юношей рекордные результаты продемонстрировали: Крючков Макар (лечебный факультет), Крикунов Иван (лечебный факультет), Краснопевцев Константин (лечебный факультет). И это только претенденты на «золотые» знаки! Многие ребята сдают на «серебряные» и «бронзовые» значки ГТО!



