

## ГОД СПОРТА

# Только массовый спорт РОЖДАЕТ ЧЕМПИОНОВ

В День города у ТРК «Глобал Сити» всеобщее внимание привлекали к себе дети в ярко-красных футболках с символикой Московского центра боевых искусств. Они раздавали рекламные листовки, предлагая записаться на бесплатные занятия в детско-юношескую спортивную школу. Бесплатные занятия для всех — неужели это возможно? Об этом мы беседуем с руководителем ДЮСШ боевых искусств, мастером спорта международного класса, чемпионкой мира по Киокусинкай каратэ ЕЛЕНОЙ НАГОЕВОЙ.



**Е**лена Нургалеевна, неужели у Вас могут бесплатно заниматься боевыми искусствами все ребята, а не только подающие надежды спортсмены?

— Да, у нас в спортивной школе действительно могут заниматься все желающие, если к этому нет медицинских противопоказаний. Все группы делятся по возрастам. В спортивно-оздоровительную группу (СОГ) принимаются дети в возрасте от 6 лет. Здесь уделяется много внимания общей физической подготовке, все преподавание специальной техники и элементов по виду спорта ведется в игровой форме. По представлению тренера из СОГ дети могут быть переведены в группу начальной подготовки (ГНП). На этот этап обучения зачисляются школьники в возрасте с 10 лет. Кроме увеличения часов на общую и специальную подготовку, в этих группах вводятся нормативные требования и переводные экзамены. Обучение в учебно-тренировочной группе осуществляется путем перевода из ГНП наиболее здоровых и замотивированных на результат учащихся, не младше 12 лет. Подготовка и весь тренировочный процесс направлены на достижение побед в спорте. В группах спортивного совершенствования занимаются спортсмены с 14 лет, имеющие звание кандидата в мастера спорта и спортивные достижения на уровне региональных и всероссийских первенств. Во всех четырех группах занятия ведутся на бесплатной основе.

**А какими видами боевых искусств дети и подростки могут заниматься в ДЮСШ?**

— На сегодняшний день в ДЮСШ пролицензированы и культивируются 5 видов спорта: дзюдо, каратэ WKF, киокусин-

кай (разновидность каратэ), тхэквондо и самбо. Многие ребята уже записались в нашу спортшколу, остальным юным любителям боевых искусств рекомендую поторопиться — вакантными остались лишь около 150 мест (по 30 в каждом виде спорта).



Думаю, что, даже если ребенок по тем или иным причинам не станет высококвалифицированным спортсменом, занятия с опытным тренером помогут ему добиться хорошей физической формы и обрести уверенность в себе. Сегодня это одни из главных составляющих успеха в жизни.

**Как давно при МЦБИ существует ДЮСШ и есть ли уже какие-то успехи у Ваших воспитанников?**

— Школа была открыта в ноябре 2010 года, и тренеры, пришедшие со своими учениками, успели порадовать! Так, за первое полугодие 2011 г. чемпионами России и Европы стали: по Киокусинкай — Анна Валова, Дарья Набатова, Абраам Бояхчан, Анна Топчянц, Антон Нетеса, Максим Подлесных и Александр Шевченко; по Тхэквондо — Наталья Денисова, Артур Мкртчян, Виталия Жигалина, Камал Гасанов. И в этом большая заслуга всего персонала МЦБИ и тренерско-преподавательского состава ДЮСШ.

**Кстати, о тренерах! Что бы Вы хотели сказать о них?**

— Тренерский состав очень достойный и, я бы сказала, звезд-

ный. Так, в отделении Киокусинкай ребят тренирует Шамсудин Абдурашидов (ЗМС, мастер боевых искусств, 3-кратный чемпион Мира, 2-кратный чемпион Европы), Андрей Богдановский (КМС, 2-кратный чемпион России, чемпион Москвы), старший тренер отделения Аскер Зрумов (засл. тренер России, Отличник физической культуры). Занятия по каратэ WKF проводят Руслан Сижаев (МСМК, 5-кратный чемпион России, 3-кратный бронзовый призер чемпионатов Европы), Айк Абян (15-кратный чемпион Армении, чемпион СНГ и международных турниров). В числе тренеров по самбо — Андрей Азизов (бронзовый призер

чемпионата СССР, серебряный призер Чемпионата Москвы), Евгений Старобинец (3-кратный чемпион Москвы, серебряный призер Первенства РСФСР) и старший тренер отделения Владимир Азизов (призер чемпионата СССР). По тхэквондо занятия ведут старший тренер отделения Мария Коняхина (ЗМС, 3-кратная призерка чемпионата Мира, чемпионка Европы и кубка Европы), Владислав Телятников (Отличник физической культуры, мастер боевых искусств, призер чемпионатов Европы и Мира), Марина Черникова (МС, 10-кратная чемпионка Москвы, 3-кратная чемпионка России) и Максим Марченков (МС, чемпион Москвы). Тренер по дзюдо — старший тренер отделения Николай Кудашкин (МС, тренер высшей категории). Должность второго тренера вакантна.

**И все-таки, неужели такие опытные тренеры, обладатели высоких спортивных достижений, готовы серьезно заниматься с любими мальчишками и девчонками, безо всякого особого отбора?**

— Да, именно так, если не считать медицинский допуск. Ведь только массовый спорт рождает чемпионов. А время и целеустремленность расставят всех на свои места. И я надеюсь, что возможность бесплатно заниматься боевыми искусствами в прекрасных условиях Московского центра боевых искусств, с компетентными тренерами, наполнит ряды сборной России новыми прославленными спортсменами, которые сегодня делают только первые шаги в нашей детско-юношеской спортивной школе.

Интервью подготовила  
Людия ДАВЫДОВА

## Новая площадка КО ДНЮ ГОРОДА

3 сентября в Чертанове Северном после капитального ремонта была открыта еще одна спортивная площадка по адресу: Сумской проезд, 27. Открытие состоялось как раз накануне Дня города. А значит, местные власти сделали чертановским спортсменам очередной приятный подарок.

Организаторы праздника радостно приветствовали и приглашали гостей на украшенную воздушными шарами и красочными баннерами новую спортплощадку. Здесь играла веселая музыка, ребята заряжались энергией перед торжеством, бегали и гоняли мяч. Несмотря на пасмурную погоду и мелкий дождь, народу было много, на праздник пришли целыми семьями.

Открыл праздник глава управы района Чертаново Северное Павел Николаевич Кораблев. Он поздравил всех присутствующих с обретением новой спортплощадки, после чего передал слово заместителю префекта ЮАО, руководителю аппарата префектуры ЮАО Ерошину Алексею Николаевичу, который пожелал детям достичь новых спортивных высот и развить свои футбольные и баскетбольные таланты на этой спортивной площадке. Также к поздравлениям присоединился и руководитель внутригородского муниципального образования Чертаново Северное Борис Борисович Абрамов-Бубненко. И, наконец, наступила торжественная

минута — была перерезана красная ленточка. Затем программу мероприятия продолжила певица Марина Карпова. Ребята вместе с ней танцевали и старались дружно ей подпе-

вательно, не обошлось без перетягивания каната. Команды проявили настоящий азарт в соревнованиях. Во время конкурсов случались падения, но на резиновом покрытии



вать. Коллектив «Алексис» исполнял зажигательные танцевальные номера в стилях Hip-Hop, RnB, Jazz и Street Jazz.

После этого все приступили к спортивной части праздника. Участвовали две команды: «Единая Россия» и «Чертаново». Для детей были устроены многочисленные эстафеты и конкурсы. Например, нужно было пройти под веревкой, которая с каждым разом опускается все ниже и ниже или пробежать от старта к финишу и обратно с веслом в руке и надеть на себя обруч. И, ко-

упасть не страшно. Ведь при ремонте спортивной площадки было важно добиться, чтобы она стала безопасной для спортсменов.

Завершилось мероприятие вручением подарков всем участникам соревнований. Ребята получили дудки и колпаки. А еще они взяли с собой воздушные шары с огражденной площадки. Это будет им напоминанием о прошедшем празднике.

Иван ФУРСОВ  
Фото автора

## Игры, в которые играют ВЗРОСЛЫЕ

Как известно, взрослые — те же дети, но с более дорогими игрушками.

В детстве многие из нас любили возить миниатюрными автомобильчиками по всевозможным поверхностям, носиться по родному двору с пластмассовыми пистолетиками, вырывая из грязи разноцветные «пульки», или, в роли генерала игрушечной армии, отправлять полчища стойких солдатиков на верную гибель. И вот вчерашние малыши выросли, а тяга к былым развлечениям все не дает покоя.

Благо, сегодня для таких «взрослых детей» открывается величайший спектр увлечений на любой вкус. Люди со всего мира объединяются в интернет-сообщества и клубы, обмениваясь опытом, каждый день узнавая что-то новое. Отечественным организациям приходится равняться на более развитые западные структуры, но с каждым годом отставание сокращается, и географические границы становятся все менее значимыми. Любители России новыми прославленными спортсменами, которые сегодня делают только первые шаги в нашей детско-юношеской спортивной школе.

всегда найдут применение своей фантазии в ролевом моделировании.

Уличные гонки или стритрейсинг (англ. street — «улица», race — «гонка») — форма гонок, которые проходят на общественных дорогах. Противники уличных гонок указывают на их опасность для других участников дорожного движения. Существуют официальные соревнования, но они столь редки и ограничены в возможностях, что все больше гонщиков отдает предпочтение нелегальным заездам. Поэтому большинство из них известны лишь по никам, которыми те пользуются в Сети и на трассе.

Страйкбол (англ. strike — «удар», ball — «шар») — командная игра военно-тактического направления, имитирующая шариками, как правило, действия различных вооруженных структур. Полагаясь на честность, игроки используют так называемую мягкую пневматику, стреляющую пластиковыми шариками, в отличие от шариков с краской в пейнтболе, не оставляющих следов на экипировке.

Большое распространение получило ролевое моделирование — драматическое дей-

ствие, участники которого могут самостоятельно создавать историю или следовать четкому сценарию, согласно своей роли в выбранной ими среде, или сеттинге (англ. setting — «обстановка»). Помимо вышеописанного страйкбола, к ролевому моделированию можно также отнести наиболее известные фэнтези и историческое моделирование. Существует множество различных мероприятий, чаще фестивалей или шоу, где каждый может принять участие, скажем, в рыцарском турнире.

Разумеется, это — далеко не все. Каждый год все новые формы игр встречают поклонников, в том числе и в нашем Чертанове. Также, можно подумать, что вышеперечисленное — чисто «мальчишковые» занятия. Но, если на уличных гонках девушки всегда имели особое место, то сегодня прекрасная половина все чаще дает фору грубой силе даже в травмоопасном страйкболе. В любом случае, какими бы ни были увлечения, найдется что-нибудь, что подойдет именно вам. Поэтому никогда не бойтесь искать и пробовать что-то новое.

Андрей МУРАШКО



Продолжается набор в детско-юношескую спортивную школу при Московском центре боевых искусств. Приглашаются мальчики и девочки, юноши и девушки в возрасте от 6 до 18 лет.

Группы формируются по возрастным категориям в секциях: дзюдо, каратэ, киокусинкай, тхэквондо, самбо. Занятия включают в себя общую и специальную подготовку, участие в соревнованиях, квалификационных экзаменах, выезды на учебно-спортивные и летние оздоровительные сборы.

### ОБУЧЕНИЕ В ДЮСШ БОЕВЫХ ИСКУССТВ ПРОВОДИТСЯ БЕСПЛАТНО

Для поступления в ДЮСШ необходимо представить: справку о состоянии здоровья с заключением о разрешении врача заниматься избранным видом спорта, заявление одного из родителей (законного представителя) поступающего, анкету установленного образца, копию свидетельства о рождении ребенка, копию полиса медицинского страхования, копию паспорта одного из родителей (страницы с фото и пропиской).

Занятия проводятся в Московском центре боевых искусств по адресу: Варшавское ш., 118, корп. 1. Тел. (495) 640-09-96.