

Менять диваны на спортзалы!

Ирина ГРЕК, одна из старейших учениц Э.Г. Борисовой

В августе 2011 года мастер спорта СССР по гимнастике Элиза Григорьевна Борисова, собрав в спортзале стадиона «Вымпел» свою группу аэробики, сообщила о своём отъезде в другой город. Это было весьма неожиданно. К этому времени Элиза Григорьевна занималась с группой 27 лет. Перед отъездом она распределила роли, кому выполнять административные обязанности, а кому — продолжать вести занятия.

Отсутствовала Элиза Григорьевна целых пять лет. За столь долгий период её группа не только продолжала занятия по аэробике, но и постоянно репетировала танцевальную программу, составленную Элизой Григорьевной.

Костяк группы состоит из женщин, посещающих занятия десятки лет. Пришли они в группу, которой руководила Элиза Григорьевна Борисова, ещё молодыми, а сейчас они уже бабушки: Алла Бараникова, Лариса Новак, Вера Благодатская, Лена Быкова и другие.

В далёкие восьмидесятые, когда в СССР зарождались группы аэробики, не хватало профессиональных ведущих, поэтому в руководители этих групп шли все подряд: и волейболисты, и конькобежцы, и хореографы, и даже боксёры. Им было тяжело, поскольку надо было уметь выполнять гимнастические

упражнения. Руководители должны были отличаться супервыносливостью, так как в течение часа им приходилось под музыку интенсивно двигаться без всяких пауз.

Когда была организована Федерация аэробики г. Калининграда (ныне — Королёва), Элиза Григорьевна единогласно была выбрана её председателем. Она организовывала семинары для руководителей групп аэробики, на которых проводились теоретические и практические занятия. Тем не менее большинство групп распались по причине ухудшения здоровья руководителей, а также из-за того, что у них иссяк банк данных — они не знали, какие упражнения выполнять и где их брать.

Элиза Григорьевна была первым и единственным представителем нашего города на первом семинаре в СССР по аэробике, ор-



ганизованном ВНИИ физкультуры и спорта. Посещение последующих семинаров дало возможность Элизе Григорьевне впервые в г. Калининграде проложить «зелёную улицу» для абсолютно нового для

того времени вида физической культуры — ритмической гимнастики, как называли тогда аэробику. Она создала свою школу аэробики, основанную на рекомендациях ВНИИ физкультуры и спорта.

Позже начались съёмки на телевидении, где однажды Элиза Григорьевна встретила с руководителем Центра кинезитерапии Сергеем Бубновским — доктором медицинских наук, профессором, ярким пропагандистом здорового образа жизни. Сергей Михайлович после просмотра видеозаписей занятий различных групп должен был дать оценку о пользе или вреде физических нагрузок. Бубновский высоко оценил группу Элизы Григорьевны, отметив, что занятия составлены грамотно.

Десятки лет Э.Г. Борисова оздоравливает население г. Королёва. Кроме спортивного направления, группа занимается хореографией. За прошедшие десятилетия Элиза Григорьевна была не только тренером, но и хореографом. Её танцы выполняются до сих пор. Со своей танцевальной программой группа неоднократно выступала во дворцах культуры Москвы и Подмосковья. На местном телевидении Элиза Григорьевна получила письменную благодарность за участие и победу в номинации «Аэробика». В различных передачах ЦТ («Большая стирка» Андрея Малахова; в программе, которую вели Елена Про-

клова и Геннадий Малахов) её называли «российской Джейн Фонда» в честь голливудской кинозвезды, основательницы оздоровительного движения под названием «аэробика».

В 2010 году Элиза Григорьевна вместе со своей группой выступала в программе «Минута славы» на первом канале ЦТ.

Совсем недавно Элиза Григорьевна вернулась в Королёв, в свою группу, и продолжает реализовывать свою оздоровительную программу на стадионах «Вымпел» и «Металлист». Она по-прежнему в блестящей физической форме, отдаёт всю себя занятиям. Обновила упражнения суставной гимнастики, упражнения на пресс, на позвоночник, на гибкость, на растяжку и т. д.

Во время своих бесед на тему «Здоровый образ жизни» Элиза Григорьевна убеждает людей в том, что никогда не поздно начинать активно двигаться и призывает старшее поколение поменять диваны на спортзалы.

В новую группу, набранную недавно Элизой Григорьевной, пришли люди из других групп. По их мнению, они нигде ранее не занимались по такой интересной и нагрузочной программе, которая не каждому доступна.

Шахматы

Наследники великого Сэма

Валерий СОКОЛОВ

В Центре творческого развития и гуманитарного образования детей «Гармония» (директор Наталья Чернова) вот уже несколько месяцев работает творческое объединение «Эрудит». Здесь под руководством педагога Натальи Замановой дети осваивают азы шахматной игры. Занятия проводятся два раза в неделю, ребяташки разбирают шахматные задачи, знакомятся с теорией дебютов, изучают партии великих мастеров этой мудрой игры. И конечно, играют друг с другом в шахматы.

А на днях воспитанникам Замановой предстояло выдержать небольшой шахматный экзамен. В гости к ребятам пришли два королёвских шахматных вундеркинды: чемпион Центрального федерального округа среди школьников до 11 лет Денис Грунин (ученик 3 класса школы №20) и чемпион города среди юношей Иван Выборов (ученик 7 класса ЛНИП), оба — перво-



Денис Грунин экзаменует своих сверстников.

разрядники. Они провели сеансы одновременной игры на 8 досках (каждый).

Кстати, немногие шахматные мастера могут похвастать тем, что в детстве давали сеансы одновременной игры. Приведу наиболее известный пример: американский гроссмейстер польского происхождения Самуэль Решевский. Ещё восьмилетним мальчиком он выступал с сеансами против взрослых шахматистов — и достаточно успешно.

Итоги сеанса, проведённого в Центре «Гармония», показали, с одной стороны, что в Королёве выросла крепкая шахматная смена, а с другой — воспитанникам «Эрудита» предстоит ещё немало сделать по пути овладения шахматным искусством. Но главное — у ребят есть желание заниматься этой древней мудрой игрой. Надеюсь, что из них вырастут настоящие шахматные мастера, которые прославят и себя, и наш город на различных шахматных турнирах.

Фото автора



Сеанс проводит Иван Выборов.

Навстречу весне



Ура! Масленица!

Анна ЗИМИНА

В первый день праздничной недели в школе №16 нашего города встречали Масленицу.

Пузатый Самовар в обнимку с Масленицей, с радостными школьниками провожали Зиму. Баба-Яга пыталась угоризить детвору не звать Весну. Но солнечные лучи уже растопили площадку перед школой, и закружились хороводы мальчишек и девчонок в ожидании Красавицы-Весны. Администрация школы №16 совместно с руководством школы дополнительного образования «Орбита» постарались доставить праздник малышам. Блины на завтрак, перетягивание каната, народные песни под баян в исполнении маленьких солистов младших классов радовали всех.

Улыбки, детский смех, задор в глазах — главный итог работы педагогов.

Праздник удался! С Масленицей!