



Вперёд – к активному долголетию!

Алина ТКАЧУК, ПОЧЁТНЫЙ РАБОТНИК ОБРАЗОВАНИЯ, ВЕТЕРАН ТРУДА

■ В нашей стране существует программа увеличения продолжительности жизни людей. В таких странах, как Япония и Греция, продолжительность жизни самая высокая. Задача продления жизни может быть осуществлена только комплексно. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) способствует этому. Занятия физкультурой, правильное сбалансированное питание, увлечение любимым делом, соблюдение режима труда и отдыха – всё это способствует продлению жизни человека.

В Подмоскowie ощущается забота руководства о людях старшего возраста. Так, в Королёве построено много спортивных комплексов. Ими занимается Муниципальное бюджетное учреждение (МБУ) «Спортивные сооружения». Руководит учреждением Александр Иванович Скворцов, за плечами которого много лет военной службы. В МБУ «Спортивные сооружения» находятся: стадионы, ледовый дворец, бассейны, игровые залы, спортивные площадки. Всё ухоженно, радует глаз, создаёт прекрасное настроение. Много клумб с цветами. Проводятся занятия в секциях фигурного катания, хоккея, футбола, плавания, синхронного плавания, которые пользуются огромной популярностью у жителей города. Проводятся массовые катания на коньках.

Жемчужиной водноспортивного комплекса «Вымпел» является бассейн. Администрация делает всё возможное, чтобы посетителям бассейна было комфортно на занятиях. Для этого здесь работает дружный коллектив профессионалов, среди которых немало ветеранов спорта.

Так, например, сотрудник охраны бассейна В.Д. Корчагин – мастер спорта по боксу. Посетителей бассейна всегда встречает дежурный администратор. Эта работа требует особого терпения и навыков психолога, так как среди них иногда встречаются капризные, которые требуют особого внимания. Дежурный администратор стремится разрешить конфликтную ситуацию, если таковая случается. Но чаще наши посетители с восторгом отзываются о бассейне, благодарят за чистоту и комфорт. Это заслуга

технических работников и сантехников, которые при малейших неполадках готовы всё исправить.

Многие регулярно посещают бассейн по рекомендациям врача. Плавание способствует оздоровлению при сердечно-сосудистых заболеваниях, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, артритах, артрозах и других. Один из посетителей рассказал, что выкуривает две пачки сигарет в день, задыхается, хочет при помощи плавания бросить курить. Есть посетители, которые тренируются по три часа, проплывают семь километров, чтобы принять участие в заплыве на озере Селигер. А есть и такие, которые в свои 30–40 лет абсолютно не умеют плавать и боятся воды. Например, молодой мужчина, 31 год, рассказал, что боится воды и если бывает с друзьями на природе, то просто сидит на берегу водоёма, когда те



плавают. Одна из посетительниц посетовала, что из-за полноты стесняется своей фигуры, плавать не умеет. Таким людям оказывается всяческая помощь. Две дорожки в бассейне на два часа в неделю выделены для пенсионеров, чтобы они бесплатно плавали. Называются эти занятия «Добрый час». Это позволяет разнообразить быт пожилых людей, заставляет их больше двигаться.

В бассейне работают квалифицированные тренеры из спортивной школы олимпийского резерва (СШОР). Анна Насекина – заслуженный мастер спорта, неоднократная чемпионка мира по синхронному плаванию. Андрей Лифанцев, Иван Дубасов – тренеры по плаванию, мастера спорта. Тренер Ольга Шеина проводит занятия с детьми-инвалидами.

Наш бассейн посещают даже жители Мытищ и Москвы. Вот что говорит о нашем бас-

сейне один из постоянных посетителей Борис Иванович Шульгин: «Мне очень дорог наш бассейн, он часть моей жизни, он даёт мне здоровье и хорошее настроение! Спасибо за это сотрудникам бассейна!» Борис Иванович давно на пенсии, однако выглядит очень молодо, не по возрасту строен, ни капли лишнего жира, всегда весел и с чувством юмора.

И посетители, и сотрудники бассейна очень рады, что в Королёве есть современный водноспортивный комплекс. В этом безусловная заслуга Главы города А.Н. Ходырева и руководителя городской администрации Ю.А. Копчика, которые на деле, а не на словах проявляют заботу о жителях.

Сейчас лето – пора каникул и отпусков, бассейн посещает много детей из школьных лагерей, а это укрепляет иммунную систему школьников, закаляет их, воспитывает характер! Вперёд, все в бассейн!



ФУТБОЛ

«Чайка» ушла на перерыв

МИХАИЛ СМЕРНОВ, ВЕТЕРАН СПОРТА, ФОТО АВТОРА

В восьмом туре чемпионата Московской области по футболу среди мужских команд (лига В, зона 5) королёвская «Чайка» принимала на своём поле ФК «Щёлково». На протяжении всего первого тайма наши футболисты имели преимущество, создали несколько голевых моментов, до гола дела не дошло. Во втором тайме «Чайка» продолжала давить, и на 58-й минуте Антон Архипов открыл счёт. После пропущенного гола щёлковцы активизировались, и одна из их атак завершилась голом Владимира Ермакова в ворота «Чайки». Вскоре он воспользовался несогласованными действиями игроков обороны соперника и вывел гостей вперёд. Угроза поражения заставила

игроков «Чайки» играть активнее, и в одной из атак Георгий Третьяков сравнивает счёт – 2:2. Наши имели ещё несколько моментов для взятия ворот щёлковцев, но не использовали их. И, как говорится, не забиваешь ты – забивают тебе. Точный удар Владимира Ермакова достиг цели, «Чайка» потерпела поражение со счётом 2:3.

Матч следующего тура «Чайка» провела в Медвежьих Озёрах против местного клуба. Сначала команды обменялись голами. На гол нашего Антона Архипова ответил Сергей Гладков. А дальше посыпался град голов в ворота хозяев. У «Чайки» отличились Антон Архипов, Дмитрий Королёв, Иван Монекин, Александр Чубаков, Тимофей Быковец и дважды Георгий Третьяков. Этой сенсационной победой со счётом 8:1 «Чайка» завершила первый круг чемпионата.

Лидером зоны 5 группы В является мытищинский «Олимпик» с 24 очками. «Чайка» с 16 очками занимает второе место.

► Второй круг в группе начнётся 24 августа. «Чайка» играет на выезде с фрязинским «Олимпом», а 31 августа примет на своём поле ФК «Котельники». Начало матча в 12 часов.



Момент встречи «Чайка» – «Щёлково». В зелёном – щёлковский вратарь.

ЗНАЙ НАШИХ!

Sochi Open-2019



■ В Олимпийском парке г. Сочи в рамках первого глобального мультиспортивного проекта Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (ФТСАРР) прошли международные соревнования по брейкингу Sochi Open-2019.

В соревнованиях приняли участие сильнейшие спортсмены России и мира в индивидуальных и командных программах. Представители Break Dance Королёва достойно выступили на соревнованиях, заняв лидирующие пози-

ции в рейтинге. Наивысший результат в номинации Kids 1 vs 1 (7–10 лет) показал Матвей Смирнов (на фото) (B-boy Bubble Gum), занявший 1-е призовое место.

Благодарим тренеров, особенно Андрея Качанова, а также всех тех, кто поддерживал наших спортсменов на международных соревнованиях!

Желаем дальнейших побед и достижения высоких результатов!

