

Олимпийские игры в «Орловчанке»

Нынешний год для нашей страны выдался богатым на спортивные достижения: и завоевание кубка УЕФА «Зенитом», и победа сборной по хоккею на чемпионате мира над канадцами, и бронзовые медали на прошедшем чемпионате Европы по футболу — всего и не перечислишь! А впереди ожидает Олимпиада в Пекине, откуда наши спортсмены обязательно привезут не один десяток медалей. Такие успехи в очередной раз подтверждают, что в последнее время в различных городах России все больше внимания стало уделяться развитию спорта, а школьников, студентов чаще привлекают к занятиям в секциях и спортшколах. Да и в СМИ постоянно пропагандируют здоровый образ жизни. А пить и курить в XXI веке уже не модно!

В поддержке здорового образа жизни Орел среди городов России не явился исключением. Так, восемь лет подряд в детском санатории «Орловчанка» проходят областные детские олимпийские игры. В этом году на эти соревнования съехались дети из оздоровительного лагеря «Ветерок», спортивно-оздоровительного центра «Мечта». Были и гости из Брянского лагеря «Ровесник». Всего около двухсот участников. А главным организатором выступил детский санаторий «Орловчанка».

Самим соревнованиям предшествовало торжественное открытие. Директор лагеря М.И. Забелин поприветствовал всех спортсменов и пожелал им удачи. «Вперед за медалями!» — таково было его напутственное слово «олимпийцам». Всё здесь было, как на настоящих Олимпийских играх! Даже огонь, зажженный от Вечного огня в сквере Танкистов, был пронесен через весь город в «Орловчанку» факелом, с которым еще в 1980 году лучшие спортсмены области пробегали по улицам нашего города. Он хранится в спортивном центре «Олимп» как память о знаменательном прошлом страны. Все участники, судьи дали клятву бороться по правилам и честно судить. Да и награждали победителей, как на Олимпиаде: медалями, кубками и грамотами. Соревнования проводились по двенадцати видам спорта, среди которых были футбол, баскетбол, волейбол, настольный теннис, бадминтон; спортсмены бежали кроссы на различные дистанции, соревновались в эстафетах, а девочки кроме всего играли и в мини-футбол.

Организаторы и участники заметили: областные олимпийские игры в этом году проводились на высоком уровне. Заместитель директора лагеря «Орловчанка» М.С. Горяйнова рассказала, что каждый из педагогов ответственно отнесся к своей работе и смог за короткие сроки подготовить детей к соревнованиям. Они занимались с ними до двух и трех часов ночи. Все но-

мера, костюмы педагоги разработали вместе с детьми. Организаторы проделали колоссальную ра-



боту. Готовиться к олимпийским играм они стали с апреля, еще до начала смены: посещали всероссийские мероприятия, где вожатые обменивались опытом, приобретали что-то новое у них, а затем все наблюдения и свои наработки сводили в единую шоу-программу. Да сами участники соревнова-



ний проходили настоящий «олимпийский» отбор! В первые три дня их просматривали, формировали команды по тем или иным видам спорта, закрепляли за ними тренера. Ребята признавались, что ощущали себя приближенными к «олимпийской» команде. Из остальных участников выделялась группа

казалось, что перед тобой выступают профессиональные творческие коллективы! Никто бы и не поверил, что месяц назад эти ребята не умели петь и двигаться в такт музыке. Здесь были номера и на военную тематику, и спортивную — танец под песню «Россия — чемпионка!»

Ребята с большим интересом участвовали и в самих соревнованиях. Они бились до последнего, выкладывая все свои силы, как настоящие спортсмены. Некоторые дети плакали, если проигрывали, другие, падая от усталости, все же продолжали борьбу. Да и были они все как на подбор — высокие, стройные, красивые и здоровые. Участники заранее знали о соревнованиях в «Орловчанке», поэтому многие, чтобы попасть на них, переходили во второй смене в «Мечту», «Ветерок», ведь две смены подряд в один лагерь не принимают.

В этом году организаторы ввели и еще одно новшество. Во время состязаний все перипетии борьбы за награды были сняты на видеокамеру, а когда наступила церемония награждения, то призеры, получая завоеванные медали, могли видеть себя на огромном экране. Как же интересно победителям было наблюдать за тем, насколько тяжело доставалась им долгожданная победа!

Всем ребятам организаторы подарили диски с фильмом о днях, проведенных ими в «Орловчанке» во время подготовки и проведения соревнований. А отличным завершением спортивного праздника стали красочный фейерверк и дискотека.

Надежда ЛЕОНОВА.
Фото Сергея МОКРОУСОВА.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Спорт — это модно

В последнее время на улицах нашего города все чаще и чаще мы видим людей, увлеченных физкультурой и спортом. В парках и на площадях, в то время как одни попивают пиво, другие делают зарядку, прыгают через скакалку (сейчас эту забаву называют скипингом), катаются на роликах, велосипедах.



Пройдитесь вечерком мимо главного корпуса ОГУ: на небольшом поле пестрят итерациональные футбольные команды, а русские девчонки бегают наперегонки с африканками.

Помимо уличных тренировок притягивают орловцев и занятия на тренажерах, фитнес, плавание, танцевальная аэробика. Кто-то идет в спортивный зал, а кто-то предпочитает тренироваться не выходя из дома, экономя время и деньги.

Что же повлияло на это массовое увлечение спортом? Мода на здоровый образ жизни, на спортивное, подтянутое тело или желание людей заняться чем-нибудь отвлекающим от ежедневной рутины? Скорее, и то и другое. В любом случае, эта спортомания приносит много пользы. Во-первых, развивается гибкость, выносливость, координация движений, организм заряжается энергией, тренируется сердечно-сосудистая система, мышцы подтягиваются. Во-вторых, многим известно, что при физических нагрузках организм сжигает гормоны стресса и человек становится менее раздражительным. И, наконец, занятие любимым видом спорта доставляет удовольствие.

Из всех этих плюсов вытекает один большой и самый важный плюсик. Это польза обществу. Куда меньше неприятных инцидентов совершается, когда граждане имеют «в здоровом теле здоровый дух», когда у них есть увлечения, не позволяющие возникать в голове дурным помыслам. Натренированный, спортивный человек обладает высокой работоспособностью, стрессоустойчивостью, инициативностью, он уверен в себе, что благоприятно отражается на его профессиональной деятельности.

Поэтому давайте присоединимся к массовому увлечению!

Елена КОЗЛОВА.
Студентка ОГУ.

