

Полосу подготовила Ирина Корнилова

Выпуск № 2

Время



СПОРТА

Время твоей победы!

Бокс

Первенство ПФО

С 5 по 9 февраля в г. Тольятти прошло первенство Приволжского федерального округа по боксу среди юношей 15–16 лет.



Спортсмен школы бокса «Ринг» **Кирилл Дудников** занял 1 место (в/к 80 кг, тренеры Е.А. Астраханский, А.А. Маменков); **Исмаил Керимов** – 3-е (в/к 60 кг, тренер Е.П. Дыденко). Кирилл Дудников (**на снимке**) родом из д. Красноселки, где открыт филиал школы бокса олимпийского резерва «Ринг». Филиальная система, построенная школой бокса, позволяет вести тренировочный процесс по месту жительства и учебы спортсменов как в крупных городах, так и в селах Самарской области. Благодаря чему спортсмены из отдаленных сел неоднократно становились победителями и призерами областных, всероссийских и международных соревнований, входили в состав сборной по боксу области и РФ.

Кирилл входит в состав сборной губернии по боксу, был неоднократным победителем первенства области, дважды стал победителем первенства ПФО, а теперь будет защищать честь Самарской области и ПФО на первенстве России в г. Анапе.

• Совет дня

Почему стоит начать бегать по утрам?

Мария Серенкова, ведущий специалист по корпоративной социальной политике АО «НК НПЗ», многократный призер областных соревнований по легкой атлетике, призер Всероссийской спартакиады НК «Роснефть»:

– На самом деле, несмотря на то, что бегом я регулярно занимаюсь еще со школьного возраста, никогда не задумывалась над ответом на данный вопрос. Просто потому, что бег для меня – это ни с чем не сравнимое удовольствие и то, что помогает мне постоянно держать себя в форме. И это, наверное, должны быть самые веские доводы для сомневающихся, чтобы начать утренние беговые пробежки. Как и в любом другом деле – здесь главное перебороть свою лень и просто начать. А пару раз выйдя на пробежку, вы сами поймете, что для того, чтобы мир вокруг вас приобрел новые яркие краски, достаточно просто дышать свежим воздухом и бежать!

• 10 февраля – День зимних видов спорта

С лыжами по жизни!

День зимних видов спорта отмечают в России в первое воскресенье последнего месяца зимы.

Как же хорошо прокатиться на лыжах зимним солнечным днём! – рассказывает любитель данного вида спорта – начальник сетевого района Цеха эксплуатации электрооборудования № 6 АО «Самаранефтегаз» **Дмитрий Кочергин**.



– От таких пробежек я получаю истинное удовольствие! Могу с уверенностью сказать, что лыжи – источник бодрости и хорошего настроения.

Любовь к ним у Дмитрия появилась ещё в детстве, когда в бабушкином сарае он увидел двухметровые лыжи. На них в своё время катались дедушка и отец. Будущий спортсмен не стал прерывать семейную традицию, и уже вскоре сам встал на эти же лыжи.

В школьные годы он не только занимался в лыжной секции, но и бегал на лыжах все свободное время: «Когда я стал активно заниматься, днём у меня появилось больше энергии, а ночью – хороший сон».

Усиленные тренировки начали приносить свои плоды. Дмитрий стал постоянным призёром районных и областных соревнований. Продолжив обучение в Самарской государственной сельскохозяйственной академии, выступал за местную сборную.

На работу в АО «Самаранефтегаз» Д. Кочергин устроился в 2015 году.

Напомним, что на предприятии большое внимание уделяется развитию массовой физической культуры и спорту. Главная цель – доступность занятий спорта каждому сотруднику и жителю региона. Именно поэтому АО «Самаранеф-

тегаз» является социальным партнером при строительстве спортивных и игровых площадок. Такие спортивные объекты есть и в Безенчукском районе.

Традиционно для своих сотрудников компания организует спортивные мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни.

Так, совсем недавно на Серноводской лыжной трассе прошли соревнования по лыжным гонкам в зачет Спартакиады АО «Самаранефтегаз».

В мероприятии приняли участие сборные команды различных групп месторождений. В лыжной эстафете за свою команду бежал и Дмитрий. Итог соревнований – кубок за третье место.

По словам Д. Кочергина, его любовь к спорту не ограничивается только лыжами. В разные годы за сборную школы и академии он выступал и в других видах: настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол.

Говорит, что и сейчас не прочь с коллегами сыграть несколько партий в настольный теннис.

К спорту Дмитрий приобщает и свою супругу. Они вместе занимаются на стадионе «Труд», бегая или катаясь на велосипеде.

Удачи, Милана!

В Безенчукском районе немало талантливых детей, обладающих выдающимися способностями, в том числе, в спорте.

Среди них восходящая звёздочка – воспитанница ДЮСШ **Милана Царёва**. В свои 13 лет Милана уже стала лауреатом проекта «1000 талантов», запущенного Всероссийской федерацией лёгкой атлетики. В 2018 году она была включена в Федеральный реестр спортсменов, демонстрирующих высокие спортивные результаты.

Любовь к спорту у Миланы появилась ещё в детском саду, где вместе с другими ребятами она с удовольствием соревновалась в весёлых стартах, бегала наперегонки. Уже тогда бег приносил ей удовольствие.

Но началась школа, занятия вокалом и танцами. Казалось, спорт ушёл на второй план, пока однажды в летнем лагере её не позвали на школьные соревнования.

– Турнир по лёгкой атлетике проходил на стадионе школы № 2, – рассказывает Милана о первой своей победе, – Неожиданно для самой себя, по многоборью, куда входило метание снаряда, прыжки в длину и бег, в личном первенстве я заняла первое место. Я и подумать не могла, что способна на такое!

Судивший тогда на стадионе тренер

ДЮСШ **С.С. Алексеенко** позвал ее к себе на тренировки, и Милана согласилась. К сожалению, из-за плотного графика ей пришлось распрощаться с танцами, но она несколько не жалеет об этом.

Уже через два месяца Милану взяли на первое серьёзное соревнование в Самаре. Тогда она впервые бежала дистанцию 200 м. Из 50 спортсменов, представляющих разные уголки Самарской области, стала восьмой.

– Я несколько не расстроилась такому результату. Наоборот, появилось желание улучшить его.

И ей это удалось. Летом прошлого года в команде детско-юношеской спортивной школы Безенчукского района на областном этапе Всероссийских соревнований по лёгкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» в личном зачёте Милана заняла 1 место. После чего автоматом попала в сборную

Самарской области Всероссийского этапа соревнований, который проходил в Сочи. Программа состязаний состояла из традиционного четырёхборья – бег на 60 м, прыжок в длину или высоту, метание и бег на 600 м.

В соревнованиях приняли участие более 200 юных спортсменов. Среди них в личном зачёте наша землячка стала шестнадцатой. Несмотря на такой, низкий, по мнению Миланы, результат, она получила массу позитивных эмоций и познакомилась с ребятами из других регионов нашей страны.

Сейчас она продолжает тренироваться и надеется, что когда-нибудь попадёт в сборную олимпийского резерва и получит звание мастера спорта.

Удачи, Милана! Мы верим в тебя!

