

# Как вырастить чемпионов

Тренер по аэробике много лет работает с детьми и знает к ним подход

|| Имя тебе Учитель

Заниматься спортом никогда не поздно, и есть люди, которые открывают его для себя даже в пожилом возрасте. Однако для достижения высокого уровня мастерства предпочтительно начинать занятия в детстве.

В тренировочном процессе, который начинается с раннего возраста, есть как преимущества, так и определенные сложности. В юности мышцы, несомненно, более пластичны, и дети меньше утомляются физически, но им необходимо постоянно подкреплять мотивацию и вырабатывать волю к победе.

О том, как проходит подготовка юных спортсменов для будущих соревнований, рассказала изданию «Тюменская область сегодня» ответственный секретарь и член президиума РОО «ФСАФАТО», старший тренер сборной Тюменской области по спортивной аэробике **Елена Медведева**. Она уже много лет тренирует детей в спортивном комплексе «Дорожник».

Елена объяснила, что в обучении она использует индивидуальный подход, ведь необходимо учитывать не только физические возможности ребенка, но и его характер, воспитание и здоровье.

– С маленькими я провожу занятия в форме игры. С теми, чьи родители хотят, чтобы дети тренировались в оздоровительной направленности, использую более мягкие методы. А вот с теми, кто хочет достичь спортивных результатов,



конечно же, веду себя достаточно жестко, но всегда использую положительные мотивации, – отметила тренер.

Результаты, по словам Елены, у всех абсолютно разные. Многое зависит от упорства – как ребенка, так и его родителей. Но главное правило – не пропускать занятия и вы-

полнять в точности требования тренера. Кроме того, немаловажную роль играют умственные способности и физическая кондиция ребенка. К этому обязывает, как считает тренер, сам вид спорта.

Спортивной аэробикой с детьми Елена занимается уже 27 лет. Ее воспитанники – многократные побе-

Главное правило – не пропускать занятия и выполнять в точности требования тренера || Фото из личного архива Елены МЕДВЕДЕВОЙ

дители городских, областных, всероссийских и международных чемпионатов и первенств по спортивной аэробике. Среди лучших спортсменов и дочь тренера – мастер спорта России международного класса, бывший член сборной России по спортивной аэробике **Евгения Чаюн**.

– Женя уже многократная чемпионка региона, России, дважды серебряный призер Всемирной Универсиады, Кубков мира, чемпионатов Европы и мира. Сейчас она, как и я, стала тренером, – поделилась Елена.

На данный момент среди спортсменов, с которыми работала Елена Медведева, есть мастер спорта Рос-

сии международного класса, четыре мастера спорта Российской Федерации, уже более ста кандидатов в мастера спорта и десятки спортсменов массовых разрядов. Сейчас тренер выпустила спортивный состав и набрала новичков. Их результаты еще впереди.

– Я бы пожелала родителям не вмешиваться в процесс, не допускать пропусков тренировок и огромного терпения, ведь для того чтобы вырастить хорошего спортсмена, нужно очень много времени, а точнее, годы, – заключила тренер.

Елена ОЧКИНА

## Знакомые с детства СИМВОЛЫ

На Всероссийской олимпиаде победили 64 тюменских школьника

|| Образование

В Тюменской области подвели итоги финального этапа Всероссийской олимпиады «Символы России». Призерами состязания стали 160 тюменских школьников. Координатором события в регионе выступает филиал Менделеевки – Детская библиотека имени К. Лагунова.

2 021 участник из региона смог пройти во второй тур соревнований. Ребятам на офлайн-площадках предстояло выполнить 10 заданий, два из которых подразумевали развернутый ответ. Призерами второго этапа стали 96 тюменских школьников. Они набрали более 79 баллов. А победителями стали заработавшие больше 91 балла 64 юных тюменца.

По количеству детей, получивших награды финального этапа «Символов России», регион стал одним из лидеров в стране. Призеры и победители получают дипломы, а остальным участникам олимпиады выдадут электронные сертификаты.

В прошлом году темой «Символов России» был русский язык и история письменности. Тогда в олимпиаде от Тюменской области приняли участие 8 211 школьников. Регион, занявший шестое место, вошел



Призерами состязания стали 160 тюменских школьников || Фото Сергея МЖЕЛЬСКОГО

в первую десятку самых активных субъектов страны по количеству участников. Всего в Тюменской области для участников олимпиады было организовано 67 площадок.

Елена ВОЛКОВА

## «ЛюдиКакЛюди»

Для маленьких тюменцев с ОВЗ провели инклюзивный фестиваль



Волонтеры культуры опорного центра области встречали маленьких посетителей веселыми танцами в образах пушистых героев

|| Фото предоставлено департаментом культуры Тюменской области. Автор неизвестен

|| Культура

Региональный инклюзивный фестиваль «ЛюдиКакЛюди» прошел в Тюмени. Его провели по инициативе Тюменского областного государственного института развития регионального образования в детском центре «Музей детям» Музейного комплекса им. И.Я. Слоцова.

В мероприятии приняли участие дети с ОВЗ, родители и педагоги школ Тюмени и Тюменского района. Участники опорного центра «Волонтеры культуры» области встречали маленьких посетителей веселыми танцами в образах пушистых героев.

В ходе фестиваля дети смогли посмотреть экспозицию «Шедевры художественной коллекции» и побывать на выставках музейно-ремесленного «Цеха». Они приняли участие в экскурсиях, интерактивах и мастер-классах.

Продолжая работу в направлении «Инклюзия», музей создает комфортную и безопасную среду для всех посетителей, которая позволяет сделать культурное наследие доступным абсолютно для всех людей вне зависимости от статуса, возможностей и особенностей, сообщили в департаменте культуры региона.

Елена ВОЛКОВА