ВОСХОД
№33 (10181)
Пятница,
29 августа 2025 года
АРГАЯШ МЕДИА
ARGAYASH.COM



ПЧЁЛКА
ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Путешествие в мир спорта

«В здоровом теле здоровый дух», – считают юные читатели и авторы «Пчелки». А потому подготовили для вас страничку о спорте, ведь совсем недавно на нашем календаре был День физкультурника.

Заниматься спортом здорово!



Спорт играет важную роль в жизни каждого человека, поскольку способствует укреплению здоровья, развитию физических качеств и улучшению эмоционального состояния. Регулярные занятия помогают поддерживать тело в тонусе, повышают выносливость и координацию движений.

Существует множество видов спорта, среди которых каждый может выбрать подходящий именно ему: кто-то предпочитает бегать, кто-то увлекается плаванием или катанием на лыжах, а кому-то больше всего нравится командная игра, такая как футбол или баскетбол.

Для меня же таким любимым занятием стал волейбол. Впервые я познакомился с ним на уроках физкультуры. Я быстро понял, насколько интересен этот вид спорта, ведь здесь важно не только уметь подавать мяч и блокировать удары соперника, но и взаимодействовать с командой, чувствовать её ритм и настроение. За прошедший учебный год мои навыки значительно улучшились благодаря регулярным тренировкам и советам опытного наставника. Особенно приятно проводить летние дни вместе с друзьями на уличных волейбольных площадках, устраивая импровизированные турниры и соревнования. Такие встречи позволяют не только размяться физически, но и насладиться общением, почувствовать радость победы и укрепить дружбу.

Марат АМИРОВ, Аязгуловская школа.

Волейбол – любимый вид спорта

Однажды на уроках физкультуры я попробовал поиграть в волейбол. Это показалось настолько увлекательным, что я решил всерьез заняться этим видом спорта. Наш тренер Вильдан Харисович сразу отметил мое усердие и принялся обучать первым правилам и технике.

Поначалу все шло тяжело: мяч постоянно уходил в сторону, передача выходила корявой, а нападения откровенно не получались. Но тренер терпеливо повторял: «Нужно пробовать снова и снова!» Спустя какое-то время прогресс появился: передачи стали четкими, постановки блоков улучшились, а удары приобрели силу и точность. Со временем волейбол занял значительное место в моей жизни.

Сейчас я регулярно хожу на тренировки, встречаюсь с друзьями на площадке и принимаю участие в матчах. Эти занятия позволяют оставаться здоровым, активным и сильным физически и морально. Это не просто спорт, а прекрасный способ общения, объединения и проявления настоящего характера. Волейбол сделал меня выносливым, уверенным в себе человеком, готовым преодолевать трудности и идти вперед.

Арсен ХАКИМОВ, Аязгуловская школа.

Увлекаюсь армрестлингом



У меня есть одно интересное увлечение – армрестлинг. Знаете, что это такое? Когда два человека сидят рядом и пытаются прижать руку другого к столу. Сначала кажется легко, но потом понимаешь, что тут важна сила и ловкость. Заниматься армрестлингом весело и полезно. Тренировки делают мои руки крепче, а ещё учат терпению и уверенности в себе. А главное, соревноваться интересно, потому что здесь важна не только мощь, но и хитрость!

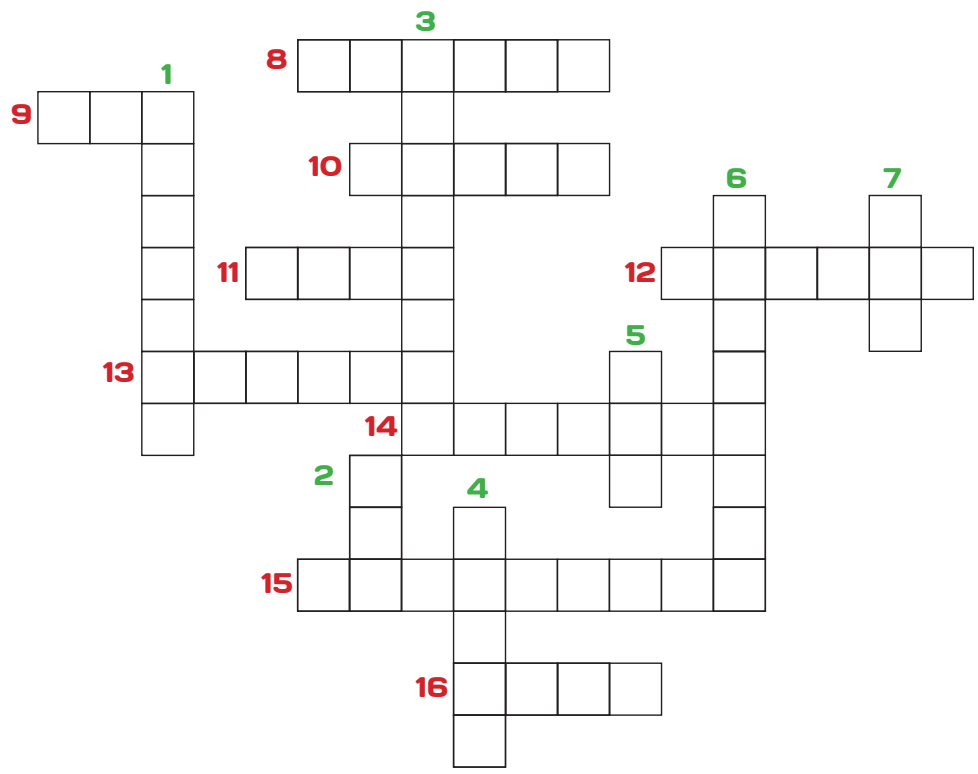
Я надеюсь вырасти сильным спортсменом и даже выиграть какой-нибудь турнир. Бабушка иногда смотрит, как я соревнуюсь, и хвалит за успехи. Вот такая вот история моего любимого занятия. Может, вам тоже понравится этот вид спорта?

Сабир ХАКИМОВ, Аязгуловская школа.

А знаете ли вы?

- По данным Минспорта, в 2023 году доля систематически занимающихся физической нагрузкой людей в России составила 69,3%. Число спортсменов – более 3,2 млн человек, а количество официальных спортивных организаций – почти 5 тысяч.
- Россия – один из лидеров в зимних видах спорта. На Олимпийских играх в Сочи в 2014 году страна заняла первое место в медальном зачёте, завоевав 33 медали, включая 13 золотых.
- Шахматная школа России признана одной из лучших в мире. Такие шахматисты, как Александр Алехин, Михаил Ботвинник, Анатолий Карпов, неоднократно становились чемпионами мира.
- Фигурное катание самый «старый» вид спорта, включённый в программу зимних Олимпийских игр. Это произошло в 1908 году. В Россию впервые коньки привез Петр I. Он же придумал новое крепление – лезвие коньков крепилось сразу к подошве. История русского катания началась в 1865 году.

Кроссворд



По вертикали:

1. Двукратная олимпийская чемпионка по художественной гимнастике, входившая в состав Комиссии Общественной палаты по вопросам развития благотворительности, милосердия и волонтёрства.
2. Позиция, когда мяч вылетел за пределы игрового поля в футболе.
3. Спортсмен, бегущий короткие дистанции.
4. Командный вид спорта, сутью которого является попадание в ворота противника, при этом мяч имеет форму дыни и его можно переносить руками.
5. Инструмент для игры в бильярд.
6. Хоккеист, Олимпийский чемпион, ставший прототипом главного героя фильма «Легенда №17».
7. Мяч, забитый в ворота соперника.

По горизонтали:

8. Реберный прыжок в фигурном катании.
9. Боковой удар в боксе.
10. Стиль спортивного плавания на груди, при котором руки и ноги выполняют симметричные движения.
11. Единственный советский вратарь, получивший приз лучшего футболиста Европы – «Золотой мяч».
12. Советский и российский шахматист, гроссмейстер, родиной которого является Златоуст.
13. Трехкратная олимпийская чемпионка по лыжным гонкам, ныне возглавляющая Ассоциацию лыжных видов спорта России.
14. Трехкратная олимпийская чемпионка, выступающая в парном катании, занесенная в Книгу рекордов Гиннеса как не проигравшая ни одного турнира в карьере.
15. Советский футболист, нападающий, выступающий в составе «Торпедо», получил титул олимпийского чемпиона в 1956 году.
16. Предмет, которым бьют во время игры в городки.