

# Спортивная ПАНОРАМА

ОРГАН ВОЛГОГРАДСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



МЫ УЧИМ  
ПОБЕЖДАТЬ!

№ 5 (62)  
ДЕКАБРЬ  
2014 г.

## УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ, ДОРОГИЕ СТУДЕНТЫ!

Грядет замечательный праздник — Новый год! Он должен подарить нам единство наших мыслей, чтобы мы все вместе могли достичь самых важных целей, стремились к лучшему, были нацелены только на положительный результат и при этом оставались здоровыми, счастливыми и любимыми!

В новом году хотелось бы пожелать преподавателям и сотрудникам нашей академии профессиональных и творческих успехов, взаимопонимания и уважения в коллективе, достойного вознаграждения — морального и материального — за ваш нелегкий труд. Пусть в ваших семьях царят мир и покой, а беды обходят стороной.

Нашим студентам позвольте пожелать успешной учебы. Студенческие годы — лучшая пора в жизни юношей и девушек. Ведь именно в это время вы окончательно определяетесь со своей профессией, закладываете фундамент вашего успеха в будущем.



**Искренне поздравляю с Новым годом!  
Пусть он станет для всех вас годом надежды,  
радости и веры в лучшее,  
которая всегда оправдывается!  
Желаю всем нам успешно решить задачи,  
которые возникнут перед нами в новом,  
2015 году, поддерживать друг друга  
и гордиться нашей академией!  
С НОВЫМ ГОДОМ, ДРУЗЬЯ!**

Ректор ВГАФК профессор А. И. Шамардин



## АККРЕДИТАЦИЮ ПРОШЛИ УСПЕШНО!

Согласно распоряжению Рособрназзора № 1927-06 от 10.10.2014 года в нашей академии была проведена аккредитационная экспертиза в отношении образовательных программ, реализуемых ФГБОУ ВПО «ВГАФК». На аккредитацию были заявлены все реализуемые в вузе образовательные программы по направлениям подготовки бакалавриата, специалитета и магистратуры.

Экспертная комиссия в составе руководителя группы доктора педагогических наук, профессора Л. Б. Андрющенко, эксперта доктора экономических наук, доцента Е. Ю. Золочевской, доктора педагогических наук, профессора М. А. Лямзина и канди-

дата педагогических наук, доцента С. Н. Труфановой в главном заключении указала, что все представленные к аккредитации ООП по ГОС-2 и ФГОС ВПО 3 в полном объеме соответствуют требованиям ФГОС, и никаких официальных замечаний в этом ключевом документе не фигурирует.

По итогам экспертизы на основе отдельных рекомендаций по модернизации реализуемых в академии ООП, содержащихся в персональных отчетах экспертов, ректоратом была разработана стратегия обеспечения качества гарантии реализуемых ООП в ФГБОУ ВПО «ВГАФК», которая ляжет в основу нашей образовательной деятельности на период 2015—2020 годов.

**По традиции в последние дни уходящего года в нашем вузе определяется десятка лучших спортсменов. Не стал исключением и год нынешний.**

В список сильнейших атлетов ВГАФК на этот раз вошли:

- Мария Кучина (группа 201), заслуженный мастер спорта по легкой атлетике, чемпионка мира и Европы;
- Андрей Крайтор (группа 205), мастер спорта международного класса по гребле, чемпион мира;
- Алексей Палкин (группа 307), мастер спорта по фитнесу, чемпион мира и серебряный призер чемпионата Европы;
- Артем Жигайлов (группа 303), мастер спорта международного класса по кикбоксингу, чемпион Европы;
- Антон Евсиков (группа 105), мастер спорта международного класса по

## ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ДЕСЯТКА

- Светлана Черниговская (группа 305), мастер спорта по гребле, бронзовый призер первенства мира, победитель первенства Европы;
- Диана Джигарос (группа 302), мастер спорта по дзюдо, бронзовый призер первенства мира;
- Инга Гуржей (группа 201), мастер спорта по гребле, победитель первенства Европы;
- Дмитрий Калмыков (группа 401), заслуженный мастер спорта по легкой атлетике, чемпион России;
- Павел Космынин (группа 101), мастер спорта международного класса по плаванию, серебряный призер чемпионата России;

Не нарушена была и другая добрая традиция — определение трех лучших тренеров ВГАФК. Ими стали:

- Елена Петровна Горбанева (фитнес), зав. кафедрой анатомии и физиологии;
- Алексей Валерьевич Буров (мужской баскетбол), старший преподаватель кафедры теории и методики спортивных игр;
- Любовь Григорьевна Гаврилова (мужской волейбол), доцент кафедры теории и методики спортивных игр.

**Поздравляем наших лауреатов и желаем им покорения новых спортивных и творческих вершин!**

Проректор по спортивной и воспитательной работе ВГАФК  
Ю. П. Корнилов



ПУТЕВОДИТЕЛЬ  
ПО «СПОРТИВНОЙ  
ПАНОРАМЕ»

С НОВЫМ ГОДОМ!

Поздравление  
ректора

Стр. 1

2015-Й — ГОД ОВЦЫ

Рассказ о том,  
что несет нам,  
по мнению  
астрологов, 2015 год

Стр. 2

НОВОСТИ СПОРТА

Отличных  
спортивных  
результатов  
добились студенты  
нашей академии  
в преддверии  
Нового года

Стр. 3

КАК ЖИВЕШЬ,  
АКАДЕМИЯ?

На нашем развороте,  
как обычно,  
мы рассказываем  
о самых интересных  
событиях, которые  
произошли  
в академии  
в последнее время

Стр. 4—5

ИНТЕРЕСНЫЕ  
ФАКТЫ О СПОРТЕ

Сегодняшний  
рассказ в нашей  
постоянной  
рубрике — о керлинге

Стр. 6

ЭТИКЕТ

Поговорим  
о поведении в театре  
и концертном зале

Стр. 7

УЛЫБНИСЬ!

Предлагаем подборку  
свежих анекдотов  
о Новом годе

Стр. 8

# ПОЛОНЕЗ, МЕНУЭТ И МАЗУРКА...

**Актальный зал ВГАФК стал местом проведения первенства кафедры теории и методики спортивных танцев, режиссуры и аэробики по творческим заданиям. Соревнования, в которых приняли участие студенты 1–3-го курсов, порадовали красочными номерами, подарили большое количество эмоций и впечатлений.**

Программа соревнований включала в себя исполнение историко-бытовых танцев (1-й курс), степ-аэробики (1–3-й курсы специализации «Фитнес-аэробика») и шоу-композиций (1–3-й курсы специализаций «Спортивные танцы» и «Фитнес-аэробика»). В свою очередь, историко-бытовые танцы делились на полонез, менуэт и мазурку.

Первое место в этом виде программы заняли Максим Ермилов и Алина Карева.

Не менее интересными и увлекательными были соревнования по степ-аэробики. Здесь первенствовали студенты 307-й группы, на втором месте — ребята, представлявшие 207-ю группу, на третьем — 107-ю группу.

Разнообразием в постановках номеров и в стилях танцев порадовали и исполнители танцевальных шоу-композиций. Здесь вне конкуренции были студенты 207-й группы специализации «Спортивные танцы». Второе место заняли студенты 307-й группы специализации «Спортивные танцы», третье — ребята из 307-й группы специализации «Фитнес-аэробика».

**Главный судья первенства — Ксения Банецкая (группа 407)**



## ЧЕМПИОНАТ ПО... МАССАЖУ СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА ЧТО ТАКОЕ КИНЕЗИОТЕЙПИНГ?

**Значение массажа в современной подготовке спортсменов трудно переоценить. Он входит в обязательную программу восстановительных мероприятий во всех видах спорта и на любом этапе подготовки спортсменов. Именно поэтому в настоящее время при подготовке бакалавров по физической культуре и спорту изучению массажа уделяется большое внимание. Программа подготовки бакалавров включает дисциплины «Массаж» и «Спортивный массаж» общим объемом 6 зачетных единиц.**

В России чемпионаты по массажу проводятся с 2005 года. С 2007-го началась эра международных чемпионатов. В ноябре 2014 года в Москве состоялся VIII международный чемпионат.

А в начале декабря в нашем вузе на кафедре спортивной медицины состоялся I чемпионат по классическому ручному массажу. Согласно регламенту он проходил в один этап, в ходе которого десять его участников выполняли обязательную программу по классическому массажу.

Жюри, состоящее из преподавателей дисциплины «Массаж», оценивало базовый уровень владения заявленной техникой массажа в соответствии с заданным порядком и регламентом. Победитель и призеры определялись согласно критериям оценки по максимальному количеству баллов. В итоге первое место занял Николай Головин (группа 409), второй стала Ангелина Василенко (группа 411), третьим — Сергей Шевцов (группа 411).

Некоторые участники чемпионата занимаются массажем профессионально и уже работают в фитнес-индустрии, поэтому жюри приняло решение выделить их в отдельную категорию. В номинации «За мастерство» победила Татьяна Щербинина (группа 501-А), в номинации «За профессионализм» лучшим стал Геннадий Валуцкий (группа 401-А).

В распределении призов чемпионата активное участие приняли зрители. По итогам их опроса приз зрительских симпатий получила Виктория Кучеряева (группа 407).

**Марина Богомолова, кандидат биологических наук, старший преподаватель кафедры спортивной медицины**

**В 1973 году японский доктор Кензо Касе разработал уникальный метод тейпирования, который не ограничивал свободу движения, как классические тейпы, назвав его «кинезиотейпинг». Весь мир узнал о нем в 1988 году на Олимпийских играх в Сеуле. С тех пор этот метод тейпирования начал распространяться по миру и получать признание в странах Европы и Америки. Доктор Касе основал Ассоциацию кинезиотейпинга, основными задачами которой являются клинические исследования эффектов кинезиотейпинга, подготовка специалистов по нему и разработка новых и более эффективных методов и материалов. На Олимпийских играх в Сеуле с 1988 года кинезиотейпинг начали применять у спортсменов. С тех пор этот вид тейпирования используется при подготовке высококвалифицированных спортсменов как для профилактики, так и в сочетании с другими методами восстановительного лечения и реабилитации спортивных травм.**



тейпов Rock Tape Роман Кулиев рассказал присутствующим о существующих разновидностях кинезиотейпов и продемонстрировал их. Врач паралимпийской сборной РФ по биатлону кандидат медицинских наук М. П. Лагутин представил основные схемы функционального тейпирования, которые наиболее часто применяются в спортивной практике, после чего ответил на вопросы относительно частных методик кинезиотейпинга, а также привел примеры из практики врачей паралимпийской сборной.

В заключение участники мастер-класса попробовали поработать с тейпами, осваивая основные способы их наклеивания.

Сотрудники кафедры спортивной медицины и студенты надеются, что проведение мастер-классов с привлечением практикующих специалистов в области спортивной медицины, массажа и лечебной физкультуры станут хорошей традицией и будут проводиться регулярно, что поможет им в освоении компетенций, наиболее востребованных работодателями.

**Кандидат медицинских наук доцент кафедры спортивной медицины И. Б. Грецкая**



До настоящего времени в нашем вузе при подготовке специалистов по физической культуре и спорту не проводилось обучение кинезиотейпингу.

Учитывая, что проблема реабилитации спортсменов и профилактики спортивного травматизма является актуальной не только в системе подготовки спортсменов высокой квалификации, в программу обучения будущих тренеров на кафедре спортивной медицины в рамках дисциплины по выбору «Реабилитация травм опорно-двигательного аппарата спортсменов» был включен раздел, посвященный кинезиотейпированию.

Однако для освоения методики кинезиотейпинга и его успешного использования в практике будущему специалисту недостаточно теоретических знаний, даже если они проиллюстрированы видеоматериалами. Поэтому на кафедре спортивной медицины был организован мастер-класс по кинезиотейпированию. Кроме студентов 4-го курса, обучающихся по направлению «Физическая культура» (профиль подготовки — спортивная тренировка в избранном виде спорта), в мастер-классе приняли участие врачи и тренеры ГАУВО «ЦСП по плаванию», ГАУВО ДО ДЮСШ по зимним видам спорта, пляжного ФК «Ротор», ФК «Ротор», а также преподаватели выпускающих кафедр ВГАФК.

В ходе мастер-класса региональный представитель производителя кинезио-



**На нашем развороте, как обычно, мы рассказываем о самых интересных событиях, которые произошли в академии в последнее время.**

## ФОТОРЕПОРТАЖ

# МИНУТА СЛАВЫ-2014

**По ставшей уже доброй традицией в конце года в нашей академии прошел так полюбившийся и студентам, и преподавателям вуза смотр-конкурс «Минута славы». Первокурсники продемонстрировали все свои таланты и способности, а старшие товарищи и жюри оценивали их по достоинству.**

Для участия в конкурсе были подготовлены 16 номеров, среди них 10 групповых и 6 сольных, из которых в итоге были отобраны 9 лучших.

Участники состязались в двух номинациях — «Вокал» и «Танец». Забегая вперед, подчеркнем, что конкурс выявил среди наших первокурсников немало ребят с достаточно сильными голосами и хорошими хореографическими данными. Думаю, уже в скором времени они вполне составят конкуренцию нашим старшим звездам.

Все без исключения конкурсанты понравились строгому жюри, поэтому определить победителей и призе-

ров было весьма трудно. Тем не менее после довольно длительного обсуждения в номинации «Танец» первое место было присуждено студенткам из 108-й группы Олесе Дьяченко, Элинне Бондыревой, Кате Рожковой, Насте Бембеевой и Анне Тризно. Второе место разделили танцевальная группа в составе Тани Глухой, Саши Вороненко, Валерии Жерноденко и Алины Каревой (все — группа 107), Анна Сорокопудова (группа 101-П) и сестры Оля и Юлия Терентьевы (группа 107).

В номинации «Вокал» все конкурсантки были хороши. Но жюри на то и жюри, чтобы принимать трудные решения... Победительницей здесь стала Дарья Краснова (группа 108) с романсом «Там нет меня». Второе место разделили Маргарита Демьянова (группа 101-А) и Алина Гета с Катей Евченко (обе — группа 407), третьей стала Кристина Вавилова (группа 101-П).

Поздравляем победителей и призеров конкурса и желаем им новых творческих побед!

**К. Похлебаева (группа 401-М)**



**Алина Гета и Екатерина Евченко**



**Анна Сорокопудова**



**Оля и Юлия Терентьевы**



**Выступает Маргарита Демьянова**



**Кристина Вавилова**



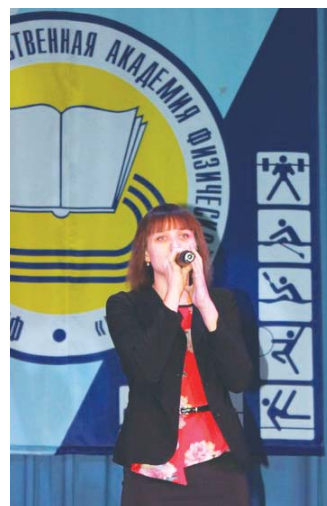
**Девочки из 107-й группы стали вторыми в танцевальном конкурсе**



**Победители в номинации «Танец» — студентки 108-й группы**



**Все участники конкурса на сцене;**



**Победительница конкурса в номинации «Вокал» Дарья Краснова**



**Совещаются члены жюри**

## В чем встретить новый 2015 год

Несмотря на то что изумрудные оттенки предусматривают зеленую цветовую гамму, некоторые источники склоняются к тому, что Овца придет к нам не чисто зеленая, а с отливом в синеву. И вот на стыке зеленого и синего мы имеем цвет морской волны, бирюзовые оттенки, прекрасные в своем многообразии. Выбирая, что одеть на Новый год, не стоит избегать и других мягких, пастельных расцветок. Если вы подобрали одежду другого цвета, то аксессуары подойдут синего, зеленого, голубого оттенков. А вот вещи оранжевого, сиреневого, желтого цветов надевать не следует. При этом наряд должен быть необычным, даже экстравагантным. Ничего вычурного и кричащего, детали одежды, аксессуары должны быть изящными, утонченными. Если верх выполнен в блеске, обувь лучше выбрать матовую и наоборот. Отлично будут смотреться бархат и шелк. Важным элементом являются аксессуары: жемчуг, особенно черный, аквамарин. Кроме того, приветствуются различные аксессуары из дерева или под дерево, ведь Овца в 2015 году будет деревянной.



## В ПОСЛЕДНЮЮ МИНУТУ

Поздравляем Анастасию Баркову (группа 302), занявшую первое место в городском конкурсе студенческой журналистики «СтудКор-2014»!

Поздравляем студенток 108-й группы Олесю Дьяченко, Элинну Бондыреву, Екатерину Рожкову, Анастасию Бембееву и Анну Тризно, занявших первое место на городском фестивале молодежных театральных коллективов «СТУДИЯ» (художественный руководитель — доцент кафедры теории и методики гимнастики кандидат педагогических наук Н. А. Шевчук)!

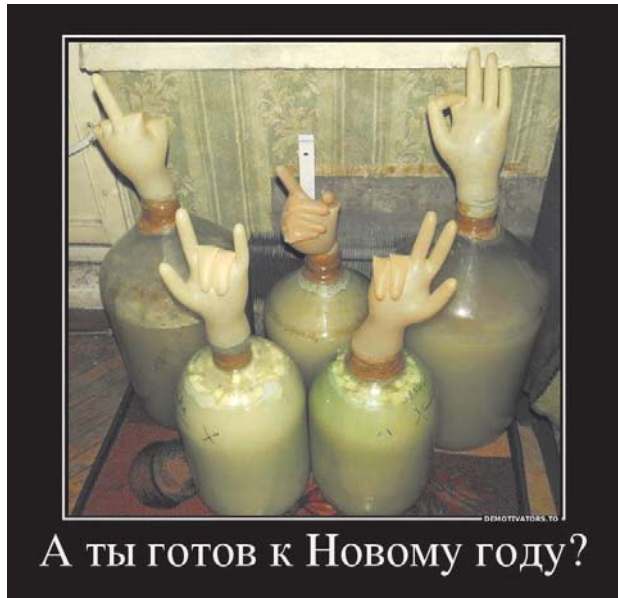
**УЛЫБНИСЬ!**

# АНЕКДОТЫ ПРО НОВЫЙ ГОД

\* \* \* \* \*  
— В Германии Деда Мороза зовут Санта-Николаус и подарки он кладет в обувь.  
— Так вот кем был мой кот в прошлой жизни!

\* \* \* \* \*  
Если вы до сих пор не знаете, что подарить любимой на Новый год, у вас еще достаточно времени, чтобы уехать из страны.

\* \* \* \* \*  
Раньше Дед Мороз приходил к детям через дымоход, а теперь — через домофон.



**А ты готов к Новому году?**

\* \* \* \* \*  
На вопрос ребенка: «Дедушка Мороз, а ты настоящий?» — Дед Мороз начал показывать сертификаты, справку из налоговой, лицензию и временную московскую регистрацию.

\* \* \* \* \*  
Сезон «Не трогай! Это на Новый год!» объявляется открытым!..

\* \* \* \* \*  
1 января.  
— Доброе утро!  
— На себя посмотри!

\* \* \* \* \*  
Весело и с огнем прошло празднование Нового года в семье Петровых. Это подтвердили и полиция, и пожарные.

\* \* \* \* \*  
Дорогие российские женщины! Хватит просить у Деда Мороза мужиков! Уже половина Таджикистана и других бывших союзных республик к нам переехало!

\* \* \* \* \*  
На Новый год один мальчик загадал, чтобы у него было много телок и еще больше бабок. До сих пор соображает, как сбежать из колхоза...

\* \* \* \* \*  
Новый год в России в десять раз страшнее, чем Хэллоуин в Америке.

\* \* \* \* \*  
«Люди, у которых в статусе до сих пор: «С наступающим Новым годом!», боюсь спросить: вы живы?»

\* \* \* \* \*  
— Ну как встретил Новый год?  
— Хуже не бывает! Проснулся 3 января под елкой.  
— Да ничего страшного, выходные ведь!  
— Конечно, но, черт побери, в лесу ведь холодно!..



**Хочу зимы**



**СКОРО**

Смотрите во всех холодильниках страны...

\* \* \* \* \*  
Утро 1 января. В аптеку приходит ребенок. Аптекарь его спрашивает:  
— Что, мальчик, тоже со списком?  
— Да.  
— Так, понятно, можешь не показывать: цитрамон, активированный уголь.



**Санта, просыпайся**

Новый Год на носу

\* \* \* \* \*  
Выучил азбуку Морзе, чтобы 1 января в восемь утра простучать перфоратором всем соседям «С Новым годом!»

\* \* \* \* \*  
У нас с друзьями есть традиция: каждый год 31 декабря мы ходим, а вот 1 января уже нет.

\* \* \* \* \*  
Дед Мороз обращается к маленькому мальчику:  
— Ну, Вовочка, залезай на стул и прочитай нам какой-нибудь стишок! А я тебе за это подарок дам.  
— Нет, дед, лениво как-то. Давай так: ты залезешь на стул и споешь песенку про елочку, а я принесу тебе бутылку с праздничного стола.

\* \* \* \* \*  
Встреча Нового года. Жена — мужу:  
— Ты зачем нарисовал на холодильнике букву «Ж»?  
— Это не «Ж», это снежинка.  
— А пьяных гостей ты об этом предупредил?

\* \* \* \* \*  
Уважаемые друзья и все те, кто желал счастья, любви и удачи в 2014 году, спешу сообщить: ничего не исполнилось.

\* \* \* \* \*  
В этом году письмо буду писать Снегурочке... Она, как женщина, должна меня понять!..

\* \* \* \* \*  
31 декабря очень хочется начать с нового года новую жизнь! А 1 января не в состоянии даже продолжать старую.

\* \* \* \* \*  
Дорогие женщины! Никогда не просите у Деда Мороза сказочную жизнь. Принцессой все равно не сделает, а вот Ивана-дурака точно пришлет.

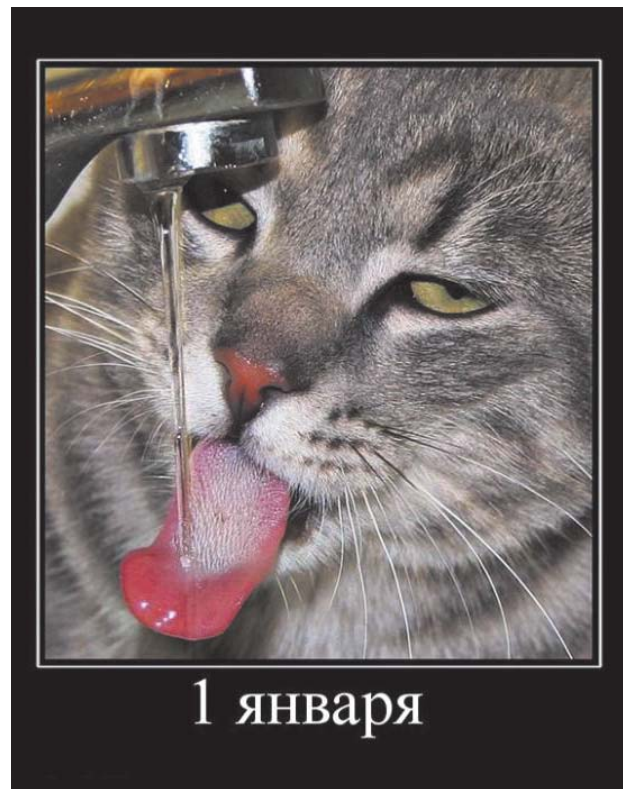


**Ломай стереотипы**

\* \* \* \* \*  
Врач — пациенту:  
— Уверю вас, можете не беспокоиться, вы доживете до 90 лет.  
— Но под Новый год мне как раз исполнилось 90 лет!  
— Ну а я о чем говорю?

\* \* \* \* \*  
Приходит дочка к матери и говорит:  
— Мам, а правда, что детей аист приносит?  
— Да.  
— А правда, что подарки Дед Мороз приносит?  
— Правда, а что?  
— Так зачем же мы тогда отца держим?

\* \* \* \* \*  
Последние слова Деда Мороза:  
— Все, дети, подарки закончились...



**1 января**