

В поисках секрета здоровья

20 октября в бассейне спортивной школы №4 между студентами Камышинского технологического института (филиал) ФГБОУ ВО ВолгГТУ разразились настоящие водные баталии.

Вот уже на протяжении нескольких лет центр «Планета молодых» организует осенью традиционную студенческую эстафету на воде «Секрет здоровья». В этот раз соревнования прошли между командами трёх факультетов Камышинского технологического института: «Экономика, управление и информационные технологии», «Промышленные технологии» и «Среднее профессиональное образование». В каждой команде –

по четыре участника: два юноши и две девушки, которые в нескольких этапах эстафеты смогли показать не только свою спортивную подготовку, но и в прямом смысле слова отгадать секрет здоровья. Он, конечно же, заключается в том, что нужно правильно питаться, заниматься спортом, вести здоровый образ жизни. Как рассказал директор центра «Планета молодых» Иван Усков, главной целью мероприятия является именно пропаганда здорового образа жизни и организация активного отдыха среди молодёжи.

Сама эстафета состояла из нескольких этапов. Некоторые из них представляли собой стандартные заплывы на 25 метров с различными вариантами усложнений – либо проплыть под канатом, либо плыть, держа в руках доску или мяч. Было также несколько этапов,



в которых каждая команда могла показать, насколько она сплочённая и дружная. К примеру, была и одна из любимых студентами эстафет – «Чехарда в воде», когда последний в колонне человек должен, опираясь на плечи впереди стоящего игрока, перепрыгнуть через него, подбежать к следующему, проплыть между его ног и так, пока не доберётся до начала колонны. Традиционным конкур-

сом стали и заплывы с донесением вплавь: каждый участник должен был проплыть дистанцию, не замочив и не потеряв важное донесение в виде газетного свёртка в руках. Настоящий командный конкурс назывался «Переправа» – в этой эстафете трое человек толкают впереди себя «переправу», на которой находится «раненый». Задача: как можно быстрее, в целостности и сохранности доставить пассажира на дру-

гой берег. Ещё один конкурс на командообразование – «Тандем». Суть его в том, что пловцы должны были плыть на груди, следуя друг за другом, причём плывущий впереди сжимает ногами талию своего партнёра. Обе пары рук пловцов работают в одинаковом темпе. Задача плывущего позади: энергично работать ногами.

По итогам межфакультетских соревнований первое место заняла команда факультета «Экономика, управление и информационные технологии», серебро – у факультета «Промышленные технологии» и третье место – у команды факультета «Среднее профессиональное образование». Победителям и призёрам вручили памятные призы и сувениры. Самой быстрой девушкой оказалась Екатерина Солдатова (факультет «ЭУ и ИТ»), самый быстрый юноша – Евгений Шелунцов (факультет «СПО»). Они получили в подарок надувные круги.

Людмила СНЕГИНА