

# 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**