

# Игра для всех

На спортивно-оздоровительной базе «Лесная» День молодёжи отметили соревнованием по петанку.

«Это открытый Кубок Троицка, который мы решили организовать для всех, кто любит активный отдых, – рассказал инструктор по спорту базы «Лесная» Олег Шишов. – И не надо думать, что пе-

танк – только для пожилых людей. Наоборот, мы хотим, чтобы как можно больше молодёжи узнало об этой игре и присоединилось к нашему Кубку и дальнейшим соревнованиям».



Петанк на «Лесной»: азарт, ловкость, радость движения

Инструкторы «Лесной» начали активно продвигать петанк. В апреле оборудовали специальную площадку и открыли секцию, где занимаются 17 человек (набор продолжается). Сотрудники базы уже четыре раза проводили турниры и мастер-классы.

Молодые люди, как и хотели организаторы, активно включились в игру. Сформировали команды и начали набирать первые очки. «Чтобы точно кинуть свой шар, надо просчитать бросок, – говорит спортсмен Филипп Андреев. – У меня ещё мало практики, получится не всегда, но, думаю, смогу приспособиться». Его коллега по команде Аня Кривоконева наоборот, играет давно и не первый год участвует в турнирах. «У нас дома есть набор для петанка, мы часто «сражаемся» с соседями, так что я уже давно научилась, – говорит девушка. – У меня настрой только на победу, иначе никак».

В старшей возрастной группе выступали игроки из Центра московского долголетия. Кстати, прямо возле его здания на улице

Пушковых оборудовано поле для игры в петанк. Занятия там проходят регулярно, а игроки уже давно натренировали броски. «Я сегодня в паре с Николаем Беловым, мы уже заняли первое место в своей группе, – рассказывает Надежда Рукавцева. – Я лидер клуба по петанку, меня так увлекает эта игра, мы регулярно занимаемся в «Долголетии» и несколько раз в неделю приходим сюда, на «Лесную»».

В соревнованиях участвовала 21 команда, из них 6 – молодёжные. Приезжали гости из Мосрентгена, Первомайского, Михайлово-Ярцевского, Краснопахорского поселений. В возрастной категории «18 – 54 года» I и III места заняли троичане, вторыми стали гости из Первомайского. В возрастной категории «55 лет и старше» на верхней и нижней ступенях пьедестала тоже были команды Троицка, а на средней – михайлово-ярцевские спортсмены. Победители и призёры получили медали и кубки.

Анна РОМАНОВА,  
фото Владимира МИЛОВИДОВА

## НОВОСТИ

**■ Грант для олимпиадников**  
Победителем конкурса «Росмолодёжь.Гранты» стал проект фонда «Байтик» «ТрОПА» («Троицкое объединение просветительских активностей»). Его автор – Александр Петров, преподаватель и куратор олимпиадного движения «Байтика». Цель – объединить школьников, увлечённых физикой, химией и другими науками, на одной площадке. Грант поможет в проведении междисциплинарных каникулярных школ «Байтика». Первый такой интенсив по физике и химии уже прошёл в январе 2024 года, следующий стартует 25 августа, теперь организаторы смогут уменьшить оргзнос и сделать программу более насыщенной. В рамках проекта пройдёт Фестиваль науки и технологий с лекциями, мастер-классами и научным турниром.

**■ Электричество от Солнца**  
26 июня в Доме учёных прошёл мастер-класс для детей из летних лагерей по созданию собственной солнечной электростанции. Экскурсовод Светлана Баландина показала в работе уже готовые солнечные батареи, к которым подключили вентилятор, объяснила принцип работы панелей и предложила собрать из готовых элементов свою конструкцию. «Кремниевые полупроводники – замечательные фотоэлементы, – сказала она. – Солнечные лучи попадают на поверхность, образуются свободные электроны и появляется электрический ток. Дети должны понять, что такое полярность, определить, где плюс, где минус. Для их возраста это настоящая лабораторная работа».

**■ Знаки на асфальте**  
В летнем лагере в Лицее побывали инспекторы дорожного движения. Сотрудники ДПС ТиНАО вместе с педагогами провели конкурс «Мы рисуем дорожные знаки». Правила дорожного движения объясняли в формате викторины. Затем дети, разделившись на пять отрядов, взяли мелки и нарисовали дорожные знаки на асфальте. А тем, кто забыл, как они выглядят, помогали инструкторы. Все отряды показали отличные знания и подтвердили, что знают ПДД назубок.

**■ Как спастись в жару**  
В столице жара: столбик термометра поднимается выше +30 градусов. Как уберечься от перегрева? Полезные советы дал фельдшер Московской поисково-спасательной службы на водных объектах Ринат Низамов. «Солнечный удар возникает как следствие перегрева головы, тепловой бывает от перегрева всего организма, – объясняет он. – Солнечный удар можно получить на открытом солнце с непокрытой головой, а тепловой – в душных замкнутых пространствах». Результат в обоих случаях – обморок. Первые признаки: слабость, головная боль, тошнота, повышение температуры. Если спрятаться от жары нигде, надо много пить, но не сладкое, меньше есть, лучше овощи и фрукты, а не жирное и мучное, одеваться в лёгкую светлую одежду, обязательно носить головной убор, желательнее с козырьком. Никогда не оставлять детей одних в закрытых непроветриваемых помещениях, таких как салон автомобиля. Как помочь пострадавшему? Необходимо вызвать скорую, увести человека в тень, снять лишнюю одежду, положить холодный компресс на голову, обтереть тело водой, когда очнётся, дать выпить холодной воды. Если он без сознания, положить на бок, чтобы не было удушья. И обязательно дожидаться врачей!

# На авто – за приключениями

«Время пошло!» – громко объявляют судьи. Участники бегут к своим автомобилям и тут же срываются с места. За два часа им нужно разгадать 10 зашифрованных городских достопримечательностей, доехать до них и выполнить задания на найденных локациях. Это автоквест «Молодёжь рулит!», который четвёртый год для троичан проводят Молодёжная палата и Центр «МоСТ».

Стартовали команды от Троицкого Дома учёных. Кто-то решил разгадывать ребусы прямо на ходу и сразу уехал в поисках локаций. А кто-то наоборот – сначала вникал в суть заданий, чтобы потом составить кратчайший маршрут передвижения. «Одно из главных условий, чтобы участники не нарушали ПДД, – говорит организатор квеста Варвара Кудрявцева. – Локации разбросаны по всему городу, но за два часа задания пройти реально».

Тем более они несложные: найти спрятанный код на Доске почёта, подсчитать валуны в парке на Правом берегу Десны и фонари

на площади Верещагина, найти 10 отличий на картинке в Академическом сквере. «На первый взгляд всё просто, но ведь всё зашифровано, надо сначала понять, где все эти места находятся! – говорит участница квеста Наталья. – Самым сложным для нас было разгадать «Байтик». Уже на финише узнали от других участников, что, оказывается, надо было ехать к нему».

Квест завершился. Больше всех отгаданных локаций и выполненных заданий у команды «Краеведы». «Каждый год участвуем, и всегда были вторыми, – говорит её капитан Павел Соколов, троичский депутат и директор Тро-



Команда «Друзья» заняла 3-е место в автоквесте

иктеплоэнерго. – Наконец-то это свершилось! Золотой кубок наш». Помимо кубков, победители и призёры получили подарки:

аксессуары для своих авто и настольные игры.

Анна РОМАНОВА,  
фото Александра КОРНЕЕВА

# 10 тысяч особенных шагов

«Северная ходьба – семейный вид спорта!» – соревнования под таким девизом прошли 30 июня на базе «Лесная». Их участники – дети и молодёжь с ОВЗ. Подготовили турнир в отделе адаптивной физкультуры ДЮСШ-2 (бывшее «Движение»).



Северная, нордическая, скандинавская ходьба на «Лесной»

Северная ходьба больше известна в нашей стране как нордическая или скандинавская. Этим спортом занимаются люди всех возрастов, но на «Лесной» забеги регулярно проводят для пожилых спортсменов... Соревнования начали проводить в 2018 году, когда по инициативе Общественного совета родителей детей и молодёжи с инвалидностью (ОСРДИ) ТиНАО начались занятия по северной ходьбе для детей и молодёжи с ОВЗ и их семей. Сначала проект был полностью волонтерским. А с 2022 года секцию приняла под своё крыло ДЮСШ-2.

«За эти годы мы из спортивной группы превратились в большую спортивную семью. Наши занятия – это не только движение: это общение, социализация, обмен

опытом и даже душевные разговоры на актуальные темы», – говорит преподаватель отделения адаптивной физической культуры ДЮСШ-2 Юлия Ефимова.

Забеги 30 июня посвятили Дню семьи, любви и верности. «Особенные» спортсмены прошли традиционные 10 тысяч шагов, а в финале каждый получил памятный значок и диплом участника. В таких соревнованиях каждый, кто прошёл трассу, – победитель.

Это не единственное событие минувших дней. 27 июня команда ДЮСШ-2 участвовала в окружных «Весёлых стартах» для детей и молодёжи с ОВЗ в СК «Десна» (Птичное). Принцип тот же: призы – всем, побеждает дружба!

Владимир МИЛОВИДОВ,  
фото Александра КОРНЕЕВА