

## СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК УДАЛСЯ НА СЛАВУ!

26 марта в СК «Бустан» царил небывалое для утра воскресенья оживление. Студенты и сотрудники университета непрерывающимся потоком заполняли трибуны зала, скоро мест уже не осталось и зрители стали заполнять все свободное пространство в комплексе.

Каждый хотел занять удобную для просмотра волейбольного матча позицию. И это неудивительно - когда еще можно будет увидеть на паркете студентов, играющих против преподавателей и сотрудников?

Составы команд поистине чемпионские! В команде сотрудников и преподавателей лучшие игроки по итогам Спартакиады «Здоровье» среди профессорско-преподавательского состава и сотрудников КФУ 2016/17 г., а студентов представляли чемпионы соревнований по волейболу Спартакиады студентов и аспирантов - команда ИВМиИТ.

Еще до начала матча зрители получили заряд положительных эмоций! Мощные показательные выступления сборных команд по аэробике, борьбе, боксу, гирям, эстетической гимнастике, баскетболу продемонстрировали всестороннюю спортивную подготовку наших студентов. Порадовали и волейбольные конкурсы со

зрителями. Главной «фишкой» стало выступление двух проректоров - Ленера Сафиуллина и Арифа Межведилова. Они показали прекрасную физическую форму при поднятии гири.

И вот, свисток главного судьи - начало матча! Если до начала игры команда студентов выглядела немного скованной, то на площадке от этого не осталось и следа. В итоге 15:10 - уверенная победа студентов. Трибуны гудели! Болельщики поделились на два лагеря: одни поддерживали своих коллег-студентов, остальные за преподавателей. В толпе мелькали плакаты со словами поддержки.

В перерыве своим мастерством порадовали девушки из сборной КФУ по фитнес-аэробике. Яркое выступление не оставило никого равнодушным.

Начало второй партии показало, что верный настрой - залог победы. Студенты после победы в первой партии расслабились, вот тут преподаватели и показали свое мастерство:

15:8 - победа команды сотрудников и преподавателей.

Перед началом третьей партии зал замер. Свисток! Партия началась! Решающий третий период ни одна из команд не хотела сдавать! Итогом напряженной игры стала победа команды Института вычислительной математики и информационных технологий со счетом 15:9. Взрыв радостных аплодисментов и криков со стороны трибуны ознаменовал окончание матча!

Для поздравления команд были приглашены проректор по социальной и воспитательной работе КФУ А.Межведилов и председатель культурно-массовой и спортивно-оздоровительной комиссии профсоюзной организации работников КФУ Александр Волошин, которые наградили спортсменов благодарственными письмами и сладкими подарками.

Но торжественная часть на этом не закончилась! Первый проректор КФУ Рияз Минзарипов провел награждение команд победителей Спартакиады «Здоровье» среди профессорско-преподавательского состава и сотрудников КФУ: 1 место - общеуниверситетская кафедра физического воспитания и спорта; 2 место - Набережночелнинский институт КФУ; 3 место - ИМиМ им. Н.И. Лобачевского. Благодарственными письмами за активное участие были награждены: Институт физики, юридический факультет, IT-лицей КФУ, Департамент по молодежной политике, социальным вопросам и развитию культурно-массовой и спортивной работы, ИУЭиФ, ИГиНТ, Дирекция СК «Универсиада 2013», Инженерный институт.

Огромную работу по организации и проведению данного мероприятия провели Общеуниверситетская кафедра физического воспитания и спорта, Департамент по молодежной политике и Дирекция СК «Универсиада 2013».

**Максим Гаврилов,**  
департамент  
по молодежной политике КФУ



## Самые сильные

31 марта в спорткомплексе «Москва» самые сильные студенты собрались на соревнования по армрестлингу в рамках Спартакиады КФУ. Всего в них приняло участие 17 команд, 127 юношей и 68 девушек.

Завызывающий поединок прошёл у девушек в категории 50 кг между Миляшой Мусиной (ИУЭиФ) и Альфиной Зайнашевой (НЧИ КФУ), где победу одержала новоиспечённый кмс М.Мусина. В поединке за выход в финал в категории свыше 70 кг Елена Белоусова (ИПиО) с большим трудом одолела Айсылу Хайбиеву (ИМОИиВ). Чтобы определить победителя в весовой категории 60 кг у юношей, пришлось два раза бороться между собой Руслану Сайфутдинову (ИФ) и Тимур Давронову (ИГиНТ), победителем стал серебряный призёр чемпионата Азии Т.Давронов.

Очень зрелищными и затяжными были поединки между челнинцем Владиславом Калининским и Русланом Низамовым (ИВМиИТ), а также между Динаром Айметовым (ИУЭиФ) и Александром Денисовым (НЧИ КФУ). В категории 70 кг победу праздновал серебряный призёр Первенства России этого года Алексей Шашов (ИСФНиМК).

В командном зачёте впервые 1-ое место заняла команда института психологии и образования. На одно очко отстала от них команда Набережночелнинского института КФУ и заняла 2-ое место. Победитель прошлого года, команда института управления экономики и финансов, заняла 3-е место. Поздравляем победителя и призёров.

По итогам соревнований будет сформирована сборная команда КФУ, которая примет участие в открытом чемпионате Российского спортивного студенческого союза в г. Белгород.

Источник информации: Р.М. Галиуллин





## В здоровом теле - здоровый дух!

Физическая культура и здоровье находятся в тесной взаимосвязи. Различные воздействия современной жизни на организм человека ослабляют его здоровье. Именно поэтому важно и нужно укреплять себя различными способами.



Все мы знаем о сбалансированном питании, о своевременном обращении за помощью к врачу, о профилактических мероприятиях, которые направлены на укрепление иммунитета. Однако неотъемлемой и, пожалуй, самой главной частью здорового образа жизни является физическая активность. «Движение, – как полагал итальянский поэт XVI века Торквато Тассо, – может по своему действию заменить любое средство, но все лечебные средства мира не могут заменить действие движения». Физкультура порой становится, пожалуй, единственной доступной человеку формой, обеспечивающей двигательную активность. Благодаря комплексу различных упражнений удовлетворяется природная потребность человека в движении и нагрузках.

Современные студенты сегодня активно работают над собой, над своим внешним видом, проводя длительное время на занятиях в тренажерных залах в различных спортивных комплексах нашего города. Например, учащиеся Казанского федерального университета могут посещать помимо плановых занятий по физкультуре еще и дополнительные секции во вне учебное время по безлимитным абонементам в таких комплексах как СК «Москва», СК «Бутан», ССК «Оренбургский тракт, 10», СК ул. Бутлерова 4, и КСК «УНИКС». По данным официального сайта КФУ, посещение занятий по бодибилдингу во всех перечисленных комплексах, кроме «УНИКСа» с использованием безлимитного абонемента (600 руб./мес.) для сотрудников и студентов дает право на посещение бассейнов «Бустан», «Оренбургский тракт, 10». В КСК «УНИКС» же при покупке безлимитного абонемента за ту же стоимость студенты могут посещать лишь тренажерный зал. Выше перечисленные возможности доступны каждому, кто способен выполнять нагрузки и не имеет никаких ограничений по здоровью.

Не стоит забывать об учащихся, кому такая форма занятий противопоказана, таких сегодня – предостаточно, и они также нуждаются в коррекции своего здоровья путем занятий другими специфическими видами физической культуры, например, йогой или пилатесом, а также выполнением облегченной нагрузки на кардиотренажерах. Для студентов, получающих стипендию или живущих без нее, такие виды активности недоступны в связи с их высокой стоимостью. Например, чтобы посетить йогу два раза в неделю длительностью в 1 час в КСК «УНИКС», студент должен потратить 1050 руб. Для среднестатистического учащегося данная сумма находится за пределами его возможностей, потому что эту сумму надо умножить на 4 недели и тогда получится 4200 рублей. Следовательно, подобная услуга для укрепления здоровья является дорогим удовольствием. Было бы очень здорово, если бы на базе СК «Москва», СК «Бустан», ССК «Оренбургский тракт, 10», СК ул. Бутлерова 4 открыли секции с подобными услугами – йога и пилатес, входящими в стоимость безлимитного абонемента в месяц. Убеждена, что студенты, имеющие ограничения по здоровью, стали бы намного счастливее и, главное, здоровее. Ведь задача современного общества вырастить физически крепкую смену поколения. Как говорится, в здоровом теле – здоровый дух, и он должен быть в каждом.

Источник информации:  
Сюмбель Гатауллина, студентка 3 курса ИФМК

## Студенты и аспиранты вышли на старт

7 апреля 2017 года в СЦ «Бустан» прошел 9 вид спартакиады студентов и аспирантов КФУ 2016/17 г. - плавание!

В мужском заплыве вольным стилем на 50 м не было равных студенту юридического факультета **Степану Малахову**. Второе место за **Романом Фроловым** (ИУЭИФ), тройку призеров замкнул **Владислав Ахметов**, представитель инженерного института.

Среди девушек весь пьедестал почета заняли студентки Института управления, экономики и финансов: 1 место - **Алина Гимадеева**, 2 место - **Ильсия Шайдуллина**, 3 место - **Анастасия Капитонова**.

В общем зачете уже шестой год подряд кубок за-

бирает Институт управления, экономики и финансов, вторыми стали студенты юридического факультета и третье место за дружной командой Института физики!

Источник информации:  
**Максим Гаврилов,**  
департамент по молодежной политике КФУ

### ЭТО ИНТЕРЕСНО!

## Почему Майк Тайсон откусил ухо противнику?



В 1997 году Майк Тайсон вышел на ринг для боя с Эвандером Холифилдом. До этого боя Майк Тайсон выигрывал в 50 боях из 57.

Бой продолжался три раунда. Ситуация складывалась явно не в пользу Железного Майка (именно так называли в мировом боксе Майка Тайсона). В третьем раунде Тайсон окончательно убедился, что проигрывает, тогда, чтобы не потерпеть поражение, он откусил противнику мочку уха. Бой сразу же остановили, а Майк Тайсон попал на скамью подсудимых.

## Приглашаем

студентов и сотрудников КФУ в тренажерный зал спортивного блока Института экономики и финансов (Бутлерова 4). Абонемент можно приобрести в кассах СК «Москва» и СК «Бустан». Безлимитный абонемент для тренажерного зала дает право посещения СК «Москва», ССК «Оренбургский тракт, 10», СК «Бустан», СК ул. Бутлерова 4, бассейнов «Бустан», «Оренбургский тракт, 10». Тел. 237-66-35.



### Внимание, конкурс!

1. Кто является обладателем действующего мирового рекорда в беге на 100 метров среди мужчин?

2. Кто зажег олимпийский огонь на Олимпиаде в 1980 году?

Первые три участника конкурса, приславшие правильные ответы на e-mail [universiada.2013@mail.ru](mailto:universiada.2013@mail.ru), получают бесплатные месячные абонементы на посещение бассейна и тренажерного зала в спортивных комплексах Дирекции СК «Универсиада». Просим указать контактный телефон.

Вам понравилась наша газета?  
Просим отправить «да» или «нет» на тел. +79872695811.