



Крупнейший вуз республики ЧГУ имени И.Н. Ульянова провел массовую акцию – сдачу норм ГТО сотрудниками учреждения. В ней приняли участие 330 человек. Одновременно с головным вузом спортивный норматив сдавали и в Алатырском филиале государственного университета.

– Мы уже в третий раз дружно сдаем нормы всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне», – сказал, открывая соревнования, ректор ЧГУ Андрей Александров. – И проигравших здесь не будет. Ведь преподаватели и сотрудники университета проверяют не только собственные силы, но и служат положительным примером для нашей учащейся молодежи.

– Андрей Юрьевич, сами-то вы человек спортивный? И насколько это тяжело поднимать себя с любимой кровати (дивана, кресла) и делать физические упражнения? – поинтересовался у ректора ЧГУ корреспондент «СЧ».

– Спортивных званий я не имею, но каждое утро начинаю с физзарядки, разминочных

упражнений, легкоатлетической пробежки. Да, поначалу заставлять себя заниматься собственным здоровьем кажется трудновато. Но постепенно втягиваешься в это дело, и дальше организм сам начинает просить физической нагрузки, в противном случае чувствую себя не в форме, – признался Андрей Александров.

Далее участникам спортивных испытаний были предложены следующие тесты: стрельба из пневматической винтовки, бросок набивного мяча на расстояние, челночный бег, подтягивание из виса на высокой перекладине или отжимание на количество раз, наклоны вперед из положения стоя, прыжки в длину с места. Как видите, все достаточно просто и вполне доступно для каждого.

– А я еще в школе активно увлекался лыжами и ездой на велосипеде. Позже начал заниматься бегом, даже участвовал в легкоатлетической эстафете газеты «Советская Чувашия». И выходил победителем, – поведал корреспонденту «СЧ» один из активных участников состязаний, декан факультета искусств Морис Яклашкин.

Кстати, для полноты картины сообщим, что акцию также поддержали девушки из университетской команды «Дикие кошки». На днях они выезжают во Владимир на матчи в рамках Всероссийской ассоциации студенческого баскетбола.

Александр ЕГОРОВ. Газета "Советская Чувашия". 2015. 22 октября.