

# Спортивное приложение «Стадион»



В газете «Городские  
новости»

# Приложение «Стадион»

Спортивное приложение «Стадион» муниципальной газеты города Красноярск «Городские новости»

Выходит еженедельно по вторникам, тираж 31 000 экземпляров

В электронном варианте материалы «Стадиона» публикуются на сайте: [ГородскиеНовости.РФ](http://ГородскиеНовости.РФ)

На сегодня это единственное спортивное печатное издание в Красноярском крае.



№ 297 Приложение к газете "Городские новости"  
**СТАДИОН**  
в спорте рождается жизнь

1 Спортсмен с большой буквы



Минеральный комплекс горит на крыше Бурсы на крыше стадиона...  
Азбука болельщика...  
Преekl Алены стадион...  
Сердца, оданные спорту...  
Знай наших!...  
Одеров побуду в Кубке Сибири...  
Команда фрубуковцев...  
Ростовщина...  
Получил шанс Сербия...  
Сербия с победой...  
Кубке России

# Приложение «Стадион»

**В нашем приложении освещаются следующие темы:**

Детский и юношеский спорт

Спортивная инфраструктура

Массовые спортивные акции и мероприятия

Интервью с начинающими звёздочками и известными спортсменами

Ветеранский спорт

Матчи профессиональных команд по игровым видам спорта

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

Спортивная медицина

# Акция газеты «ГТО-мания»

Объявлена в 2014 году. Её суть заключается в том, что в редакцию обращаются желающие пройти тестирование, а наши журналисты охотно у них принимают нормы ГТО. Сдавшие ВФСК делятся своими впечатлениями, вносят свои замечания по поводу того или иного вида испытаний, а мы рассказываем об этом на страницах нашей газеты.

В «ГТО-мании» уже поучаствовали и дети, и представители старшего поколения, молодёжь, люди среднего возраста. В рамках этой акции нам удалось на страницах нашей газеты и при помощи наших участников «ГТО-мании» рассказать читателям о том, как, к примеру, можно сдать ГТО в отсутствие специального инвентаря и помещения, просто на открытом воздухе. Своими впечатлениями поделились и те, кто впервые познакомился с ВФСК «ГТО», и золотые значкисты ГТО советского периода.

12 ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ № 172 (3072), вторник, 11 ноября 2014 года

## Объявляем ГТО-МАНИЮ

«СТАДИОН» приглашает и жителей и гостей, участвующих в «ГТО-мании» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

В рамках акции участники смогут сдать нормы ГТО в отсутствие специального инвентаря и помещения, просто на открытом воздухе. Своими впечатлениями поделились и те, кто впервые познакомился с ВФСК «ГТО», и золотые значкисты ГТО советского периода.

1 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

2 **Получившие повеления на выполнение «ВФСК»** на своем 125-м км в городе...  
3 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

4 **Нормы ГТО** в «ГТО-мании»...  
5 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

**ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ**

6 **Вам слабо?** В рамках акции «ГТО-мания»...  
7 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

8 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

9 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

10 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

11 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

12 **Вот так и мы — участники соревнований** проведать на 12 ноября сего года в г. Бийске. В рамках акции «ГТО-мания» — акция для подростков и молодежи. Организаторы акции: редакция «ГТО-мания» и команда ВФСК «ГТО».

# Проект «ГТО в новом формате»

Наша акция «ГТО-мания» в этом году переросла в большой проект «ГТО в новом формате», направленный на популяризацию комплекса и его продвижение среди населения. Теперь мы не только принимаем ГТО у всех желающих, но ещё и рассказываем при помощи профессиональных экспертов о том, как правильно готовиться к тому или иному виду испытаний комплекса. Широко освещаем все акции и мероприятия по апробации норм ГТО. Публикуем подробные ответы на вопросы теоретической части ВФСК. Проводим опросы среди населения, публикуем интервью со специалистами, которые участвовали в разработке нормативов современного комплекса.

8 ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ № 146 (12 01), вторник, 29 сентября 2013 года

## В пределах помоста

Мы продолжаем рассказывать о том, как правильно и безопасно выполнять упражнения комплекса ГТО в современном формате. В этом номере мы расскажем о том, как правильно выполнять упражнения комплекса ГТО в современном формате. В этом номере мы расскажем о том, как правильно выполнять упражнения комплекса ГТО в современном формате.

**Нормы ГТО по рыжку гири (количество раз)**

Статья (пол)	Взрослый человек	Средний человек	Детский возраст
1 (10-12 лет)	20	20	10
11 (13-14 лет)	25	25	15
12 (15-16 лет)	30	30	20
13 (17-18 лет)	35	35	25
14 (19-20 лет)	40	40	30

Для выполнения норматива ГТО необходимо делать 10 повторений. Если упражнение выполняется с нарушением техники, то оно не засчитывается. Если упражнение выполняется с нарушением техники, то оно не засчитывается.

**Полные советы**

- Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.
- Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.
- Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Техника выполнения**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Это интересно**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Стилисты**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Замки**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Мелочи**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

**Перекат**

Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике. Упражнение выполняется в быстром темпе, но не в ущерб технике.

Ольга Петри СЕРБИНА

# Проект «ГТО в новом формате»

## Рубрики проекта:

«На старт»: публикуются материалы о проведении различных акций и мероприятий по сдаче норм ГТО населением;

«А у нас во дворе»: публикации о том, на каких спортивных площадках и клубах по месту жительства красноярцы в шаговой доступности и под руководством опытных инструкторов смогут осваивать упражнения, входящие в нормативы ГТО;

«ГТО-манья»: акция газеты;

«Включайся»: материалы о проведении общественными организациями, предприятиями, учреждениями и другими структурами различных конкурсов, направленных на популяризацию ВФСК ГТО;

«Азбука»: детальное препарирование конкретных упражнений и тестов комплекса;



Материалы рубрики «Азбука» Ольга ВАРНА, Татьяна ШИВАКОВА, Светлана ШИВАКОВА, Елена ШИВАКОВА

# Проект «ГТО в новом формате»

## Рубрики проекта:

«Слово красноярцам»: опросы населения;

«Перезагрузка»: материалы о ходе апробации комплекса на территории

Красноярского края, города, также рассказывается об опыте других регионов, о мерах поощрения, используемых для популяризации ГТО среди населения;

«Прямая подача»: интервью с теми, кто стоял у истоков возрождённого в нашей стране комплекса. Герои интервью рассказывают читателям о том, почему то или иное упражнение включено в конкретную возрастную ступень, отвечают на вопросы, возникшие у людей, которые уже поучаствовали в апробации, вспомнят положительный опыт советских времён и многое другое.



ПЕРЕЗАГРУЗКА: ОЛЬГА БАЧИНА

Первое образование велено получить ГТО в начале года и вернуться к самостоятельному развитию. Планируется, что апробация начнется на территории «Юности» и будет продолжаться в течение февраля-марта. В настоящее время в Красноярске проводится апробация комплекса ГТО в рамках проекта «ГТО в новом формате». В рамках проекта в Красноярске проводится апробация комплекса ГТО в рамках проекта «ГТО в новом формате». В рамках проекта в Красноярске проводится апробация комплекса ГТО в рамках проекта «ГТО в новом формате».



**Алексей Гусев**  
(интервью Алексей Васильев)  
**Екатерина Восточная**  
(интервью Алексей Васильев)  
**Владимир Степанов**  
(интервью Алексей Васильев)  
**Александр Мухоморов**  
(интервью Алексей Васильев)

### ГТО сдадим легко!

И в папу, и в маму



#### Массово отжались

Почему именно отжаться в один из самых популярных упражнений комплекса ГТО? Потому что это упражнение доступно для всех, независимо от возраста и физической подготовки. Оно развивает силу и выносливость, а также улучшает координацию движений. В рамках проекта в Красноярске проводится апробация комплекса ГТО в рамках проекта «ГТО в новом формате».



**Ирина Никитина**

«Мы старались» — это название одной из рубрик проекта. В рамках проекта в Красноярске проводится апробация комплекса ГТО в рамках проекта «ГТО в новом формате».

**Анна Громова**

**Екатерина Восточная**

Вот такая ГТО

Спасибо за внимание!