

«Пусть ветер знамёна  
кольшет. Зарницы победы  
зажглись. Быстрее, сильнее  
и выше – сердец наших юный  
девиз». Эти строки поэта  
Николая Добронравова лучше  
всего передают настроение  
с которым тоцкие спортсмены  
принимали участие  
в финале XXI областных  
летних сельских игр  
«Золотой колос Оренбуржья».

Практически полгода в их рамках проводились соревнования по армрестлингу, гиревому спорту, настольному теннису, туризму, вольной, греко-римской борьбе, самбо, а также состязания механизаторов, дояров, косарей и семейных команд. Все результаты шли в копилку сборных районов, а затем суммировались с теми очками, которые были получены в финальные дни.

Сорочинск тепло и ярко встретил всех участников «Золотого колоса Оренбуржья». А это 29 команд из разных уголков нашего региона. Организаторам удалось создать необходимые условия и для спортсменов, и для болельщиков. Стадион и зал, где проходили состязания, порадовали комфортом и удобством. Были организованы ночной отдых и питание, что тоже немаловажно для получения хороших результатов.

Стоит отметить, что впервые в истории игр велась прямая трансляция всех соревнований, которая сопровождалась ещё и грамотными комментариями. Увидеть любимую команду или себя во время игры можно и сейчас в сообществе «Золотой колос Оренбуржья» ВКонтакте.

Впечатлило всех и красочное открытие малой сельской олимпиады. После поздравлений, приветствий и зажжения огня команды прошли по беговой дорожке стадиона торжественным маршем.

Тоцкую делегацию возглавил



Гандболисты ведут упорную борьбу.



Никиту Богданова сложно догнать.

Итоги |

## Яркий финал малой сельской олимпиады



руководитель спортивного отдела районной администрации Анатолий Сивцов. Вместе с ним шли представители самых разных профессий и рода занятий – сельские труженики и самозанятые, педагоги и домохозяйки, студенты и пенсионеры. Земляков поддерживали глава района Владимир Ковешников и болельщики в лице семей Курныкиных и Борзых.

В финале состязались легкоатлеты каждой сборной и победители зональных этапов по волейболу, гандболу, русской лапте и футболу. Тотчанам выпала честь конкурировать с представителями районов, имеющих развитую спортивную инфраструктуру и давние традиции, – Бузулукского, Новосергиевского, Новоорского, Оренбургского, Сакмарского и Саракташского.

Победа на зональных сорев-

нованиях позволила нашим гандболистам побороться в финальных матчах. В групповом этапе розыгрыш проходил по круговой системе с прямым выходом в борьбу за призовые места. Тотчанам достались сильные соперники. Тем не менее спортсмены вели самоотверженную борьбу в нападении и обороне, меняя расстановку игроков и тактику. Это позволило нашей команде уступить соперникам с незначительной разницей в счёте: Октябрьскому району (19:21), Красногвардейскому (17:20), а также чемпиону игр – Оренбургскому району (21:28). Заняв четвёртое место в группе, тотчане оказались на седьмом – в итоговой таблице, получив 23 очка в копилку общекомандного зачёта. Это всё равно высокий рейтинг в масштабах области. Особенно, если учесть, что в основном со-

ставе большинство игроков – ветераны спорта, которым предстоит решать немаловажную задачу – привлечь молодёжь и передавать свой опыт.

Ценный вклад в общую копилку сборной внесли наши легкоатлеты. Четверо мужчин и столько же женщин соревновались в беге на разные дистанции, от стометровок до трёх тысяч метров, прыжках в длину с разбега и смешанной эстафете. Чемпионский результат в забеге на 200 м (22,4 с) показал Никита Богданов. Он же стал победителем на дистанции 400 м (49,5 с). Молодой атлет начал заниматься этим видом спорта под руководством тренера Александра Андрианова, будучи ещё учеником Зареченской СОШ №2. Сегодня он – обладатель большого количества медалей за победы в областных и всероссийских со-

ревнованиях, а также звания кандидата в мастера спорта.

На длинных дистанциях (1,5 и 3 км) выступал ветеран труда и спорта Фёдор Ахмеев, принесёв желанные баллы.

В смешанной эстафете участвовали Никита Богданов, Людмила Мелешко, Сергей Червонцев и Юлия Губарь. Километровую дистанцию четвёрка легкоатлетов преодолела за 2 мин. 20,3 с. До самого последнего эстафетного старта этот результат оставался лучшим, но в самом конце сразу три команды соперников вырвались вперёд, и тотчанам досталось четвёртое место. В целом, по лёгкой атлетике наша команда стала восьмой.

Завершилась сельская спартакиада для тоцких спортсменов в общем командном зачёте четвёртым местом в своей группе, а среди 29 районов – восьмым.

Все наши спортсмены показали достойный результат, который станет трамплином для прыжка к новым достижениям и победам!

**Леонид МИХАЭЛИС,**  
инструктор по спорту  
ЦФОР Тоцкого района.

Современники |

## Жизнь в движении дарит радость каждый день

Жительница Тоцкого Светлана Владимировна Ефимова всегда придерживается активного образа жизни. Сидеть на месте – это не про неё, поэтому фамилию Светланы часто можно встретить среди участников различных спортивных мероприятий. Но протяжении многих лет молодая женщина остаётся верна волейболу и лёгкой атлетике.

Любовь к спорту у Светланы с детства, когда ещё не было всевозможных гаджетов, которые сегодня отнимают у ребятшек много времени и ограничивают в физическом развитии. Мальчишки и девчонки собирались во дворах большими компаниями и играли в подвижные игры.

– Каждая из них приносила массу эмоций и удовольствия, – вспоминает женщина. – Больше нравилось те, где нужно было бегать и игры с мячом. Чаще всего – это пионербол и волейбол. И нас не смущало отсутствие сетки, вместо неё мы использовали газовую трубу, отработывая навыки передачи мяча. А иногда просто пинали мяч с мальчишками. Бывает и сегодня, играя в волейбол,

меня так и тянет отразить удар ногой. Не сложно догадаться, что для Светланы любимым школьным предметом была физкультура. Да и в соревнованиях она постоянно принимала самое активное участие. Отличные результаты девушка показывала и в метании мяча или гранаты. Это умение и сейчас выделяет её среди других на фестивалях ГТО, ежегодно проводимых в нашем районе.

После школы наша героиня мечтала поступить в педагогический колледж и стать учителем физкультуры. Но родители настояли на получении другой профессии – повара-кондитера, по которой, кстати, девушка так и не стала работать. Позже вышла замуж, получила ещё одну специальность – химик-лаборант и теперь трудится аппаратчиком химводоочистки на предприятии ЖКХ военного городка. Свободное от работы и домашних дел время – обязательно посвящает спорту.

У Светланы две дочки. Десятикласснице Оле, как и маме, нравится волейбол и она с удовольствием занимается этим видом спорта. Младшая, Настя, перешла в шестой класс и пока пробует себя в разных направлениях: занималась

лёгкой атлетикой, хореографией. А теперь твёрдо решила выбрать также волейбол.

Обе девочки не упускают возможности поучаствовать в различных состязаниях, где добиваются определённых успехов. У каждой из них в личных копилках спортивных достижений есть и знаки ГТО: три – разного достоинства – у старшей, «золото» и «серебро» – у младшей. Всё это вызывает особую гордость у мамы. Светлана и сама, кстати, является обладательницей серебряного знака Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Теперь её цель – обязательно получить высшую награду.

Примечательно, что в жизни С.Ефимовой был период, когда уделять внимание спортивным увлечениям не получалось: семья, быт, рождение детей. Но душа всё равно стремилась на стадион. Когда Настя была ещё маленькой, Светлана узнала, что в райцентре есть женская волейбольная команда и записалась в неё. Супруг Сергей сначала воспринял это скептически, но потом понял, что спорт для любимой такая же охота, как для него охота.



– Возвращаться к физическим нагрузкам было очень сложно после перерыва, – признаётся спортсменка. – Поэтому мой совет тем, кто занимается каким-либо видом спорта, – стараться не бросать, поскольку долго и тяжело потом приходится навёрстывать упущенное. Немалый водительский стаж тоже сделал своё дело, теперь заставляю себя порой отказываться от поездок и больше ходить пешком.

Сегодня Светлана в хорошей физической форме, что позволяет ей выступать не только на волейбольных турнирах, но и «Оренбургской сударыне», где в состязаниях по прыжкам на скалке (скиппинге) ей нет равных. А в этом году наша землячка отстала вместе с другими тотчанками честь района в летних сельских спортивных играх «Золотой колос Оренбуржья». Она внесла свою лепту в легкоатлетических забегах

на разные дистанции, а также удивила близких и друзей призовым местом в соревнованиях по армспорту, результаты которых пошли в зачёт летней малой олимпиады.

Ещё одним ярким спортивным событием для Светланы Ефимовой, по её словам, стало прохождение полосы препятствий «Железная воля» два года назад. Несмотря на то, что её команда не заняла призового места, женщина получила хорошую проверку физической подготовки, выносливости, силы духа и сплочённости.

Свою безудержную физическую активность наша героиня удивительным образом сочетает с такими увлечениями, как вязание и игра на гитаре, приводя таким образом в гармонию мысли, чувства и эмоции. Однако движение всегда будет у неё в приоритете, поскольку оно – это жизнь.

**Наталья ПОПОВА.**