



*Муниципальное автономное образовательное
учреждение муниципального образования город
Краснодар лицей №48*

имени Александра Васильевича Суворова

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

на тему:

**«РОМАН НЕУДАЧИН – ЧЕМПИОН РОССИИ ПО ПРЫЖКАМ НА БАТУТЕ,
ГОРДОСТЬ КУБАНИ»**

секция

«Гуманитарная»

Работу выполнил:

Ученик 3 «Б» класса

Шатохин Илья Андреевич

Научный руководитель:

Власенко Татьяна Геннадьевна

Спортивный консультант:

Тренер-преподаватель ССШ №1

Плотников Дмитрий Анатольевич

Краснодар, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. Теоретическая часть	4
1.1 Выбор вида спорта	4
1.2 История возникновения прыжков на батуте	4
1.3 Дальнейшее развитие прыжков на батуте, как самостоятельного вида спорта	5
1.4 Развитие батутного спорта на Кубани	6
1.5 Специализированная спортивная школа №1 в Краснодаре	6
1.6 Спортклуб акробатики и прыжков на батуте им. В.Н. Мачуги	7
1.7 Достижения специализированной спортивной школы №1	8
1.8 Правильный выбор	9
ГЛАВА II. Практическая часть	10
1.1 Анкетирование учеников 3-х классов	10
1.2 Предложение варианта решения проблемы	10
1.3 Выбор спортсмена	10
1.4 Интервью с Романом Неудачиным	11
ГЛАВА III. Продукт проекта	19
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	24
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	25
ПРИЛОЖЕНИЕ	26

ВВЕДЕНИЕ.

Изучение истории города, в котором ты родился очень важно. Без знания истории Краснодара и Краснодарского края сложно представить, каким будет их будущее. Исследование исторических фактов помогает учиться на ошибках прошлого, делать верные выводы и развивать край. Я родился и живу в Краснодаре и считаю, что каждому уроженцу Кубани, а также приезжим нужно знать историю, культуру и традиции места, в котором живешь и работаешь, чтобы сделать свой вклад в его процветание.

Изучать историю можно через традиции, искусство, поэзию и спорт. Каждая страничка истории пишется людьми, которые служат на благо Кубани.

О важности изучения истории своей Родины знает каждый, но далеко не всем известны имена современных героев, которые эту историю создают. В связи с этим вижу **проблему** в неосведомлённости жителей города и края в историях успеха земляков, ныне живущих с нами. А ведь таких людей среди нас немало, стоит лишь только приглядеться. Ведь герой - это не тот парень из мультфильма с развивающимся плащом за спиной и суперсилой, а тот человек, живущий среди нас, который верен своему делу и много трудится для его развития. Его суперсила в дисциплине, творческом подходе и в вере, что всё обязательно получится.

Цель проекта – создать буклет-приложение, состоящий из нескольких страниц, для учебного пособия «Кубановедение» о земляках, прославляющих историю Краснодарского края.

Задачи:

1. Изучить историю создания Спортклуба акробатики и прыжков на батуте имени В.Н. Мачуги
2. Взять интервью у Романа Неудачина – чемпиона России в прыжках на батуте 2023 года.
3. На основе анализа фактов из биографии Романа Неудачина, сведениях о батутном спорте и спортшколы, в которой занимается этот спортсмен, разработать буклет-приложение с занимательными заданиями для рабочей тетради по кубановедению.

ГЛАВА I. Теоретическая часть.

1.1 Выбор вида спорта.

Почему изучение истории родного края я решил осуществить через призму спортивного мира? Всё просто. За свои недолгие 9 лет жизни на Кубани я попробовал себя в нескольких видах спорта – самбо, футбол, плавание, акробатика, прыжки на батуте. Свой выбор остановил на последней дисциплине. Сейчас я занимаюсь в Спортклубе акробатики и прыжков на батуте имени В.Н. Мачуги, который является филиалом специализированной спортивной школы №1 г. Краснодара. Мне есть с чем сравнивать. Коммерческая образовательная спортивная организация всегда будет отличаться от государственной бюджетной. Перечисленные мной выше спортивные виды спорта, кроме прыжков на батуте, я посещал на базе частных спортивных организаций и, помимо очевидной финансовой выгоды, есть существенная разница в организации тренировочного процесса и в отношении тренеров к своим подопечным. Роль и значение спортивных школ на Кубани, воспитывающих не только будущих чемпионов нашей страны, но и позволяющие детям благодаря физической нагрузке иметь крепкое здоровье, силу и дух, сложно переоценить.

1.2 История возникновения прыжков на батуте.

Прыжки на батуте – зрелищный вид спорта. Рассмотрим историю возникновения этого вида спорта.

У эскимосов и алеутов были игры, аналогичные прыжкам на батуте. Для них использовали эластичную шкуру моржей. Чтоб совершить прыжок ее держали и натягивали окружающие. Взмывая высоко вверх, они понимали, где находится их будущая добыча. В XIX веке известный акробат Пабло Фэнк применил конструкцию, собранную из пружин и сеток. Этот аналог батута применялся для страховки артистов. А уже в XX веке цирковые акробаты удивляли зрителей «прыгающими кроватями». Эти свидетельства говорят о том, что идея высоких безопасных прыжков зародилась давно.

В 1930-х годах американец Джордж Ниссен, который профессионально занимался акробатическими прыжками и прыжками в воду, изобрел в своем гараже устройство для прыжков в высоту. Он положил холст на металлическую основу на шарнирах, привязал ее эластичным жгутом. Так и родился современный батут.

Чуть позже, летчики из Франции стали применять комплекс прыжков на батуте для улучшения функционирования вестибулярного аппарата. В США, а затем и в СССР начинают использовать батут для физических упражнений космонавтов [1].

Интересный факт: прыжки на батуте в течение 10 минут равнозначны нагрузке, получаемой при беге на дистанции в 1 километр. Однако при тренировке на батуте суставы не подвергаются той чрезмерной нагрузке, которая появляется при беге. Спортсмены-батутисты заметили, что тренировки на батуте способствуют росту физической выносливости, замедляют процесс старения и укрепляют вестибулярный аппарат. Также в медицине прыжки на батуте используются спортсменами для восстановления после микротравм мышц и суставов [2].

1.3 Дальнейшее развитие прыжков на батуте, как самостоятельного вида спорта.

В 1948 году проходит первый чемпионат США по прыжкам на батуте. Америка становится родиной нового вида спорта.

В Европе прыжки на батуте появились, благодаря двум легендарным людям: швейцарцу Курту Бехлеру и англичанину Тэду Блэйку. Они много сделали в деле популяризации этого спорта по всему миру. В 1964 году в Германии появляется международная федерация по прыжкам на батуте. 21 марта 1964 г. в Лондоне проходит первый чемпионат мира, в котором принимают участие как мужчины, так и женщины. Популярность нового вида спорта росла с каждым годом, добавились новые дисциплины, такие как синхронные и индивидуальные прыжки. Зрители массово пошли на стадионы, желая увидеть акробатическую дорожку или двойной минитрамп. В 2000 г. прыжки на батуте включены в программу Олимпиад.

В СССР прыжки на батуте появились в 1960-е годы. Связаны они с именем Владимира Пилипченко, который затратил много сил и времени для развития

нового вида спорта. Он много лет посвятил отработке акробатических трюков и прыжков, внес огромный вклад в дело развития батутного спорта России [1].

1.4 Развитие батутного спорта на Кубани.

Если же говорить о развитии батутного спорта на Кубани, то здесь не обойтись без упоминания Виталия Федоровича Дубко. За всю историю существования этого вида спорта мир не знал столь незаурядной, яркой личности, столь уникального специалиста, как Дубко. Ученики Виталия Федоровича в течение многих лет удивляют земной шар своими достижениями, меняя наше представление о возможностях человека. Тренер Дубко взрастил столько чемпионов мира и Европы, сколько не воспитали все его коллеги на планете вместе взятые. И этот рекорд вряд ли будет когда-либо побит, во всяком случае в обозримом будущем.

Зажжённые им звёзды одна ярче другой. Евгений Янес – двукратный чемпион мира, «батутист на все времена». Ирина Караваева – 4-хкратная чемпионка мира, олимпийская чемпионка, символ мирового батута. Александр Москаленко – олимпийский чемпион и пятикратный чемпион мира, самый титулованный батутист планеты. Чемпионы мира и Европы Евгений Яковенко, Герман Хнычев, Людмила Карпова, Наталья Чернова, Ирина Слонова, Александр Данильченко, Сергей Яшев.

Виталий Дубко официально признан лучшим тренером мира 2000 года [3]. Именно благодаря его усилиям кубанская школа батутного спорта считается одной из самых сильных в мире, на которую равняются все мировые спортсмены.

1.5 Специализированная спортивная школа №1 в Краснодаре.

Хочу немного рассказать о спортивной школе, в которой я занимаюсь сейчас в секции прыжков на батуте. Сама спортивная школа была открыта в июле 1943 года вскоре после освобождения Краснодара от гитлеровских захватчиков. И уже совсем скоро спортивная школа будет отмечать своё 80-летие! В 1957 году спортивная школа получает материальную базу, а именно спортивный зал по ул. Красноармейской 72. Основные виды спорта, которым там учат это спортивная и художественная акробатика, бокс, баскетбол, легкая атлетика, плавание и шахматы.

Со временем эти отделения отделились в самостоятельные спортивные школы. Остались спортивная и художественная акробатика, в 1999 году открыли отделение прыжков на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе, а в 2005 году отделение танцевального спорта [4].

1.6 Спортклуб акробатики и прыжков на батуте им. В.Н. Мачуги.

Особое внимание следует уделить Спортклубу акробатики и прыжков на батуте им. В.Н. Мачуги, где сейчас тренируется Роман Неудачин. Этот спортклуб является сейчас филиалом ССШ №1. Он был открыт в 1985 году и изначально носил название Спортклуб «Радуга». Но его бы не было без упорного старания Василия Николаевича Мачуги – двухкратного абсолютного чемпиона мира и Европы по спортивной акробатике, заслуженного мастера спорта.

Как вспоминает сын Василия Николаевича Олег в своём интервью газете «Московский комсомолец на Кубани»: «Утром, когда я пошёл в школу, не нашёл свою тетрадь по математике. Оказалось, родителям потребовались листы в клеточку, чтоб удобней было чертить. Так на кухне за одну ночь вырисовывалась в детской тетрадке идея, которая через несколько лет стала реальностью»[5].

Чтобы начать строить, надо получение одобрение властей. Мачуга достаточно долго пытался попасть к первому лицу Кубани, но попытки были безуспешны. Тогда они с партнёром по спорту Владимиром Петровичем Почиваловым дождались, когда руководство края будет выходить из здания на Красной 3, и сделали акробатический элемент. Подобного никто из них явно не видел. После обсуждения деталей идеи добро было получено. Но сложности при этом не закончились. Стройка не раз замораживалась и Василию Николаевичу стоило немало усилий её реанимировать. «Папа ездил в далекий Орск на завод за стройматериалами для зала, он практически жил на стройке, по ночам охраняя кирпичи и материалы» - вспоминает сын Олег[5].

Василий Николаевич Мачуга позже был назначен министром спорта СССР и немало сделал для спорта нашей страны в целом. Для него было очень важным сделать спорт общедоступным, чтобы дети даже из малообеспеченных семей могли заниматься бесплатно. Василий Николаевич говорил: «Я вырос в семье

колхозников. Мои родители вряд ли могли бы платить за спорт. И кем бы я стал в сегодняшнем мире?» [5]. Также идея проведения зимних Олимпийских игр в Сочи тоже принадлежит Мачуге.

Благодаря идее и стараниям такого равнодушного и выдающегося спортсмена, как Василий Николаевич Мачуга, в Краснодаре появился Спортклуб, который носит сейчас его имя. Невозможно не гордиться такими земляками! Он надолго оставил память о себе в истории края.

1.7 Достижения специализированной спортивной школы №1

Тренерский состав спортклуба на то время – сильнейший в мире. Благодаря его самоотверженной работы кубанцы по праву могут гордиться достижениями своих земляков. Это 10 заслуженных мастеров спорта СССР, 12 заслуженных мастеров спорта России, 43 мастера спорта международного класса [6].

За годы существования Специализированной спортивной школы №1 усилиями педагогов подготовлено: 32 Заслуженных мастера спорта, 113 мастера спорта международного класса – победители чемпионатов и первенств Европы и Мира, более 2000 мастеров спорта и тысячи спортсменов массовых разрядов. Среди воспитанников школы также чемпионы и призеры Олимпийских игр. А именно: чемпионы Мира Сергей Погиба и Андрей Гарбузов, чемпионы Европы – Александр Марейдо, Лев Песок, Владимир и Юрий Мотренко (акробаты). Семикратные чемпионы СССР, первые среди акробатов Советского Союза Заслуженные мастера спорта СССР – Альберт Корнев и Виктор Ананевич [4].

В настоящее время в СДЮСШ №1 обучаются более 1800 учащихся, а с ними работают 75 талантливых тренеров-преподавателей, 32 из них выпускники этой же спортивной школы.

По итогам смотра-конкурса по результатам работы спортивных школ Краснодарского края с 2007 г. по 2019 г. школа занимает ведущее место среди спортивных школ города Краснодара и Краснодарского края, внесена в рейтинг лучших спортивных школ России.

Коллектив СДЮСШ №1 – единая команда целеустремленных творческих педагогов, которых объединил и ведёт к достижению поставленной цели

талантливый педагог, мудрый руководитель, неравнодушный человек, Заслуженный тренер РСФСР, судья международной категории, «Почетный работник общего образования РФ», «Отличник физической культуры и спорта», награжденный медалью ордена «За высокий профессионализм», памятной медалью «За заслуги» - Плотников Анатолий Иванович [4]. В январе этого года, прогуливаясь по Городскому саду г. Краснодара, я увидел аллею преподавателей с 20-ю стендами. На каждом из стендов была представлена фотография и описание заслуг краснодарских педагогов. Среди них я узнал фото хорошо знакомого мне Анатолия Ивановича Плотникова. Его заслуги решило отметить и руководство нашего города. Немудрено, ведь общий стаж работы Анатолия Ивановича на благо спорта составляет уже 51 год!

Стоит отметить, что моим тренером в спортивной школе сейчас является мастер спорта России по прыжкам на батуте Дмитрий Анатольевич Плотников – сын Анатолия Ивановича, а его дочь - Лидия Анатольевна Захарова является ведущим тренером России и Краснодарского края на акробатической дорожке. Такая преемственность в спорте - не новость. Здорово, что дети следуют по стопам своих родителей, прославляя фамилию и делая ощутимый вклад в историю спорта Кубани.

1.8 Правильный выбор.

Из всего вышесказанного стоит заключить, что к выбору вида спорта для занятий физической культурой стоит подходить серьезно, опираясь при этом на историю спортивной организации, материальную базу спортивной школы, на профессионализм педагогического состава и на уровень подготовки уже выпустившихся спортсменов. Я считаю, что свой выбор я сделал верно. Во время подготовки этого проекта я много узнал о кубанских спортсменах в мире акробатики и прыжках на батуте.

ГЛАВА II. Практическая часть

1.1 Анкетирование учеников 3-х классов.

Следующим этапом проекта стало исследование знаний моими ровесниками современных звёзд спорта на Кубани. Я провёл опрос среди учеников третьих классов в моём лицее №48 имени А.В. Суворова г. Краснодара. Результаты опроса представлены в приложении 1.

Результаты опроса показали, что выделить кубанских спортсменов из списка российских смогло 31,6 % учеников 3-их классов. В то время как указать вид спорта, которому наши земляки посвятили свою жизнь, смогло только лишь 6,55 % третьеклассников.

1.2 Предложение варианта решения проблемы.

Я считаю, этот пробел в знаниях учеников начальной школы нужно заполнить, поэтому я предлагаю внести познавательные странички о кубанских спортсменах в рабочую тетрадь по кубановедению. Таким образом, с помощью интересных фактов из жизни спортсмена, нескучных заданий, ребусов о его виде спорта, а также возможности познакомиться ближе со спортсменом через видеороликах о нём, ученики начальной школы восполнят пробелы в своих знаниях о выдающихся спортсменах своего края.

1.3 Выбор спортсмена.

Для своего проекта я выбрал молодого спортсмена по прыжкам на батуте Романа Неудачина. Мне выпала возможность пообщаться с ним лично и взять у него интервью. Сейчас Роман является чемпионом России в прыжках на батуте и редко находится дома в Краснодаре, т.к. участвует в сборах и турнирах, проводимых в других городах России и мира. Роман тренируется в той же спортивной школе, что и я, а также у нас с ним один тренер - мастер спорта России по прыжкам на батуте Дмитрий Анатольевич Плотников.

1.4 Интервью с Романом Неудачиным.

Роман Неудачин родился в Краснодаре 29 июля 2002 года. Мальчик был очень активным в детстве и родители решили отдать его в спортивную школу в возрасте пяти лет в секцию спортивной акробатики. С 5 до 12 лет Рома занимался акробатикой, а потом, не видя значительных результатов в этом направлении, тренерский состав решил начать тренировать его в смежном виде спорта – прыжки на акробатической дорожке. По той же причине он вскоре перешёл на прыжки на двойном минитрампе, а затем и батут. Тренера видели, что технику этих снарядов Рома осваивал быстрее. А в то время, пока главный тренер Дмитрий Анатольевич уезжал на соревнования с другой своей подопечной чемпионкой Европы, победительницей первенства Европы, финалистка первенства мира Дарьей Солкиной, второй тренер Богдан Денисович Торбьяковский «сильно брался» за Рому. Совместная работа тренеров дала сильный толчок Роману в освоении новых навыков в новом для него виде спорта. Прыжки на батуте позволили реализовать молодому спортсмену свой потенциал физических возможностей. В 15 лет Роман впервые поехал на первенство России по прыжкам на батуте в Санкт-Петербург, а также выступал на Международных соревнованиях.

В семье Неудачиных Роман стал первым профессиональным спортсменом. Родители Ромы посещали спортивные секции лишь в детстве: мама, Наталья Николаевна, ходила на лёгкую атлетику, а папа, Олег Анатольевич, – на тяжёлую. Тем не менее, стремление своего сына покорять спортивный олимп они, естественно, поддержали. И вот что спортсмен говорит о родительской поддержке: «Родительская поддержка для спортсмена – это самое важное, а потом идёт всё остальное. В этом плане мне очень повезло. Родители возили меня с центра в спортклуб имени Мачуги на Гидрострое каждый день. Они оплачивали поездки на соревнования даже когда понимали, что призовых мест я там скорее не заработаю, а еду за опытом. Они первые, с кем я делюсь своими переживаниями, взлетами и падениями. Они всегда меня выслушают и поддержат».

После того, как у Ромы появились первые успехи в прыжках на батуте, он загорелся мечтой попасть в сборную России и стать лучшим. Для реализации этой цели ему пришлось долго и упорно тренироваться. Его труд и дисциплина были

вознаграждены победами. Рома признался в интервью: «Да, это было совсем непросто, но я ни разу не пожалел о принятом решении. Хочу снова поучаствовать в международных турнирах после открытия границ. Конечно мечтаю выступить на Олимпийских играх и даже занять призовое место. Готов работать упорно, без остановок, чтобы достичь этого результата». Самодисциплине и выдержке этого спортсмена можно позавидовать!

Кумирами Романа в спорте являются Александр Москаленко (14-кратный чемпион мира, олимпийский чемпион 2000 года в Сиднее, за самое большое количество выигранных наград занесён в книгу рекордов Гиннеса) и Дмитрий Ушаков (серебряный призер летних Олимпийских игр в Лондоне в 2012 году, чемпион мира и многократный призер чемпионатов мира). Причём стоит отметить, что Дмитрий в свои 35 лет ещё не закончил спортивную карьеру, и Рома обращается к нему за советами по улучшению своей техники.

Роман Неудачин и его кумиры, а также многие другие титулованные батутисты являются уроженцами Краснодарского края.

Я поинтересовался, почему кубанская батутная школа является сильнейшей в мире:

«Конечно не без упорного, кропотливого труда Виталия Федоровича Дубко. Он был признан лучшим тренером 20-го века за количество чемпионов, которое ему удалось воспитать и свой вклад в батутный спорт. Всю технику выполнения прыжковых элементов Виталий Федорович детально описывал, опираясь исключительно на практику свои подопечных. Сейчас китайцы одни из самых сильных в мире в прыжках на батуте, их опережают белорусы и все они прыгают по методикам нашего кубанского тренера. Своими секретами Дубко делился с тренерами других стран, проводя для них мастер-классы, потому сейчас иностранные спортсмены показывают высочайший уровень выполнения прыжков и существует такая конкуренция в этом виде спорта».

Рома учился в МОУ СОШ № 19 и вот что он рассказывает о том, как ему удавалось совмещать учебу в школе с тренировочным процессом: «Пока я занимался акробатикой, всё с учебой было нормально. Учился на «4» и «5», иногда проскакивала троечка по алгебре. Но когда перешёл в батутный спорт, то начались

монотонные выезды на соревнования и стало заметно тяжелее. Я мог в школе не появляться 2-3 месяца. Мой классный руководитель Светлана Викторовна помогала мне. Бывали случаи, когда я просто засыпал на уроке от усталости, и она с пониманием ко мне относилась. Вообще считаю, что образование для спортсмена крайне важно, потому как мы не знаем, когда может оборваться спортивная карьера, а упущенный учебный материал потом будет наверстать крайне сложно. Я, конечно, не придерживался того, о чем сейчас сказал и теперь в университете мне приходится тяжело, нужно тратить много времени на восполнение пробелов в учебе. Второй курс университета я вообще не помню, т.к. практически весь провел на сборах. Студенческой жизни как таковой у меня не было. В университете не все преподаватели идут мне на встречу и приходится отрабатывать все пропуски после соревнований. Но ничего, я справляюсь с этим».

Сейчас Рома учится Кубанском Государственном Университете физической культуры спорта и туризма на 4-ом курсе. Планирует после окончания устроиться работать тренером на непродолжительное время. Параллельно хочет поступить в магистратуру на факультет менеджмента либо на факультет адаптивной физической культуры, чтобы иметь возможность работать с «особенными» детьми. У спортсмена есть 2 мечты: работать в департаменте спорта, чтобы заниматься развитием спорта на Кубани или же помогать детям-инвалидам. Он пока на распутье. Неизвестно куда поведёт его судьба. К тренерской деятельности относится с большим уважением и сейчас, проходя практику, он понимает, насколько это непростая, но важная работа.

Было интересно узнать о переломном моменте в спортивной карьере Романа. Вот что рассказывает спортсмен об этом: «Не так давно я в течение года ездил на соревнования без своего тренера. Это было тяжело. Было 4 турнира подряд, и я всех проиграл. Я попал в эмоциональную яму. Были такие тренировки, когда я приходил и говорил, что у меня болит колено, хотя на самом деле чувствовал себя хорошо. Я не мог справиться со своим эмоциональным настроением и хотел поскорее уйти с тренировки. Я был дома всего лишь неделю в перерыве между сборами. Я позвонил тренеру и сказал, что мне нужно потренироваться дома. Я чувствовал, что не справляюсь с нагрузкой. После последнего провального кубка России, когда я

упал в полуфинале, я поговорил с тренерами сборной, чтобы меня освободили от одного сбора. Я хотел подготовиться дома в Краснодаре к Чемпионату России, и меня отпустили. Полгода я был невыездной на сборы, только участвовал на соревнованиях. В это время я слушал психологические тренинги, ходил к психологу, получал поддержку родителей и своего тренера. Через некоторое время мой настрой стал меняться, и уже на тренировки я стал приходить с улыбкой на лице. Мои навыки в прыжках на батуте тоже стали значительно прогрессировать, это привело к тому, что я занял 4-е место на Чемпионате России этой весной, а в сентябре 1-е место».

Рома поделился своими секретами подготовки к выступлению.

Спортсмен использует дыхательную медитацию, а также для мобилизации организма к прыжкам пользуется визуализацией. Вот в чём её суть. Он закрывает глаза, представляет лимон. Дальше также в мыслях он разрезает его, выдавливает сок цитруса себе на язык, глотает. Всё это естественно сопровождается полным погружением в это действие, вплоть до ощущения кислого вкуса лимона во рту и мимикой лица. Затем он представляет, как уже жуёт этот фрукт, глотает его. Это сильно бодрит спортсмена и придаёт сил непосредственно перед выступлением. Этим техникам он научился у психологов и считает их эффективными. Роман планирует их использовать и дальше.

Самым сложным в спортивной карьере Рома считает момент перехода спортсмена из юношеской категории во взрослую. Он говорит, что в возрасте 17-18 лет много молодых спортсменов уходит из спорта из-за того, что не могут конкурировать с уже опытными взрослыми спортсменами. Нужно уметь отключить свои детские эмоции, когда что-то не получается. Перестать пинать маты, ругаться, плакать. Нужно суметь вовремя повзрослеть, чтобы продолжить тренироваться и получать нужные результаты. Роме это удалось не без труда конечно же: «Пришлось через многое пройти, как все говорят потом и кровью заслуженный результат. Крови, Слава Богу, не было, но боль терпеть приходилось не раз. Нужно просто перетерпеть этот этап и начать работать ещё больше и тогда всё получится. Бывают уникальные спортсмены, у которых талант и им возможно даётся что-то намного проще. Но если у тебя его нет и ты, несмотря на это, будешь работать усердно,

буквально «пахать», то вскоре ты сможешь «переплюнуть» самого талантливого спортсмена. Просто нужно время и ежедневный труд».

Свободное от тренировок время Рома проводит активно, т.к. мышцы важно поддерживать в тонусе. Единственный день свободный от тренировок – это воскресенье, и спортсмен идёт в тренажерный зал для легкой тренировки, парится в бане, посещает массажиста и гуляет. Организм спортсмена успевает отдохнуть за это время. Важен также режим сна, полноценное питание, приём витаминов.

Была у Романа травма. Она не слишком серьезная, но выводы после неё спортсмен для себя сделал. В 2021 году Неудачин готовился к чемпионату России и, за день до выезда на сборы, во время тренировки, он растянул связки левой ноги. Это случилось из-за несоблюдения техники безопасности. В сетке была маленькая дырка и Роман при очередном толчке попал пяткой именно в это «слабое» место. Одна нога продрала дыру в сетке, сделав её ещё больше, и осталась под ней, другая лежала на сетке. Спортсмену тут же поехали делать рентген, но здорово, что кости остались целыми. Нужно было время, что восстановились связки. На следующий день Роман вместе с другими ребятами поехал на сборы. Во время дороги он делал компрессы, не напрягал ногу, надеясь, что за 3 дня он успеет восстановиться. Но увы. Чуда не произошло, и он не стал выступать. Он вспоминает, как в этот день он просто забрался на батут, поднял руки и слез обратно. Эта травма Романа не сломила, он восстановился и продолжил выступать.

Самыми запоминающимися турнирами стали его первые первенство Европы (в Баку) и первенство мира (в Санкт-Петербурге) в 2018 году. Неожиданно для Романа, по причине медицинского недопуска одного из спортсменов, его срочно отобрали в команду за 3 дня до вылета. Там, в командном зачёте, команда Романа заняла 3-е место и это было успехом. На первенстве мира Неудачин занял 5-е место, его трясло от переполняющих его эмоций. Эти турниры надолго останутся в его памяти.

Одним из увлечений Романа является пение. Оказывается, что в его семье почти все любят петь, а его старший брат Святослав даже принимал участие в песенном конкурсе на канале ТНТ, его также приглашали на канал Кубань 24, чтобы он исполнил песню про Краснодар для военных в армии. У Романа есть

профессиональное оборудование для вокала дома, и он в свободное время оттачивает своё мастерство ещё и в пении.

Я также не мог не спросить Рому про его фамилию: были ли случаи, когда его подтрунивали из-за неё? Оказывается, что в его первый турнир по прыжкам на двойном минитрампе, Рома испытывал дискомфорт и ждал насмешливой реакции, когда в микрофон будут объявлять его фамилию. Но разговор с тренером помог ему справиться с негативными мыслями, и он смог спокойно выступить. Спортсмена давно уже не волнует реакции людей на его фамилию, ведь он точно знает, что по крайней мере в спорте удачи не существует. Рома твёрдо убеждён, что есть только усердный труд либо его недостаток, есть детальный анализ и правильно сделанные выводы после падения. Только это и больше ничего. Роман Неудачин не верит в неудачу!

Мы поговорили также о качествах, которые помогли Роману достичь успеха. К ним спортсмен отнёс несомненно упорство, а также добросовестное отношение к делу, которым он занимается, и доброе отношение к людям. Сюда же стоит отнести беспрекословное следование советам тренера, а лучше - контакт с ним. Роману повезло, что с тренером Дмитрием Анатольевичем его связывают не только отношения тренер – подопечный, но и близость характеров, увлечений, взглядов на жизнь. Они могут поболтать на отвлечённые от спорта темы, сходить вместе на футбол и т.д. Рома очень дорожит этим.

Для меня было любопытно узнать, что Роман увлекается изучением истории России и Краснодарского края. Также он начал изучать родословную своей семьи и пришёл к выводу, что он - коренной кубанец, потомок малоросов. Такое увлечение возникло относительно недавно. Молодой парень стал задавать вопросы «Кто я? Кто мои предки?». И отрадно знать, что Роман гордится быть русским и жить в России. Поездив по другим странам мира и, увидев как живут люди там, он полюбил свою страну ещё больше. «Проезжая по Тульской области, из окна я видел целую деревню, состоящую из деревянных домов, такую красоту я могу видеть только в России. Я хотел выпрыгнуть на ходу из поезда и побежать туда» - так рассказывает Роман про свои впечатления о путешествии по России.

Также мы поговорили о подводных камнях в данном виде спорта. Роман сказал, что на тренировку он приходит прежде всего отработать элементы, выполнить необходимую работу, а на все остальные моменты он старается не отвлекаться. Единственное, чем обеспокоен Неудачин – это состояние спортивных снарядов и спортивных залов в целом. Много требует обновления. А ведь важно, чтобы спортсмены готовились к соревнованиям на современном и качественном оборудовании. Это одна из причин, по которой Роман хочет работать в департаменте физической культуры. Ведь он знает нужды спортивных школ изнутри, как живут спортсмены и что им нужно.

В настоящий момент Роман стал работником спортшколы: он является спортсменом-инструктором и получает денежную компенсацию, так сказать, стимулирующую ставку в соответствии с показанными результатами. Для Романа, конечно, это не основа мотивации для занятий, но приятный бонус. Спортсмен накопил на свой первый дорогостоящий телефон после Чемпионата Европы, а недавно приобрёл подержанный автомобиль Лада Нива. За свои деньги он покупает спортивное питание и инвентарь. А в пандемию у него была возможность помогать своим родителям, будучи работником бюджетной сферы. Это отличная помощь для молодого студента!

Совсем недавно, во время написания моего проекта, в ноябре во время очередных сборов в Сочи Роман получил травму – он сломал таранную кость на стопе. Но спортсмен стойко выдержал все сложности и назвал эту травму «рабочим моментом». Даже находясь в гипсе, он продолжает тренироваться по мере своих возможностей. Вот это сила воли и духа! Уже 4 января Роману сняли гипс и сейчас он проходит курс реабилитации. Спортсмен планирует уже в апреле-мае вновь войти в свой привычный режим и участвовать в составе сборной края и России. 20 декабря 2023 года в Краснодаре состоялось мероприятие «Краснодарский Олимп 2023», в котором Роман удостоился звания «Спортсмен года», а его тренер Дмитрий Анатольевич – «Тренер года». Гипс на ноге и использование костылей не стало помехой для спортсмена, чтобы принять участие в этом знаменательном событии.

Не забыл Роман и про советы для начинающих спортсменов, как я: «Очень важным является образование, ни в коем случае не стоит игнорировать учебу в

школе, в университете. Важно отвлекаться от тренировочного процесса и менять его на умственную деятельность - читать книги, расширять свой кругозор, быть любопытным. Второе, что я хотел бы отметить, но точно не по значимости, – это конечно же упорный, кропотливый, ежедневный труд, без нытья и ухода от трудностей. Только благодаря этому спортсмен может достичь успехов и сделать свой вклад в спортивную копилку страны. Внимательно относись к своей жизни, делай своё дело по совести и относись к людям по-доброму».

ГЛАВА III. Продукт проекта

Представляю разработанные мною занимательные и познавательные страницы для буклета-приложения к рабочей тетради по кубановедению для начальных классов.

РОМАН НЕУДАЧИН



- чемпион России в индивидуальных прыжках на батуте 2023 года;
- бронзовый призёр Первенства Европы в 2018 году в командных соревнованиях в индивидуальных прыжках
- 2-хкратный чемпион России в синхронных прыжках в 2019 и 2022 годах
- серебряный призёр Командного Чемпионата России в составе Краснодарского края 2019, 2022 и 2023 годов;
- бронзовый призёр Чемпионата России 2022 года в индивидуальных прыжках.



Отсканируй QR-код и посмотри видео о Романе Неудачине

Родился 29 июля 2002 года в Краснодаре.

Родители отдали Рому в спорт в 5 лет, т.к. он был гиперактивным ребёнком.

Выпускник МОУ СОШ №19, а сейчас учится в КГУФКСТ на 4-м курсе.

Одну из первых медалей за 3 место Роман получил в 2017 году на Первенстве ЮФО, затем за 2 место в Первенстве РФ.

Перед выступлением настраивается с помощью дыхательной техники и визуализации.



В свободное время иногда подрабатывает аниматором.

Увлекается историей России и родного края. Любит петь и слушать музыку. Любимый исполнитель Макс Корж.

Является спортсменом-инструктором в ССШ №1, получая денежную стимулирующую ставку. За счёт накопленных денег купил себе отличный телефон, а также подержанный автомобиль Лада Нива.

В ноябре 2023 года во время сборов в Сочи получил травму – сломал таранную кость на стопе правой ноги.

20 декабря 2023 года Роман и его тренер Дмитрий Анатольевич Плотников были торжественно награждены на мероприятии «Краснодарский Олимп 2023». Роман в номинации «Спортсмен года», а Дмитрий Анатольевич в номинации «Тренер года».

Интересные факты о спортивной школе, где занимается Роман Неудачин.



Фото опилочной дорожки

Изначально маленького Рому родители привели заниматься в ССШ№1, которая находится по адресу ул. Красноармейская д. 72.

Первая на Кубани спортивная школа была открыта в июле 1943 года. Но так как своего спортивного зала у неё ещё не было, то спортсмены-энтузиасты проводили занятия в спортзалах СОШ №28, КубГТУ и прочих учебных

заведениях, которые были готовы предоставить спортсменам свои спортзалы.

Летом перед зданием Медицинского Университета спортсмены вырывали ров длиной около метра и длиной до 30 метров для того, чтобы заполнить его опилками. Это была импровизированная акробатическая дорожка, которая заменяла прыгунам современную надувную. Во дворе ССШ №1 и сейчас в летнее время ребята прыгают на такой опилочной дорожке, отрабатывая акробатические элементы.

Свои же спортивные залы по адресу ул. Красноармейская д.72 школа получила только в 1955 году.

В 1962 году ССШ№1 была участницей ВДНХ, где удостоилась бронзовой медали за подготовку спортсменов. За один год школа подготовила 20 мастеров спорта СССР! Но в 2003 году ССШ№1 превзошла этот результат, подготовив уже 35 мастеров спорта России!

В 1985 году открылся спортклуб «Радуга»,

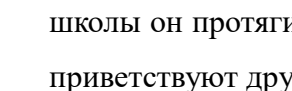
который стал кузницей звёзд гимнастики, акробатики, а со временем и прыжков на батуте. Сейчас этот клуб назван именем Василия Николаевича Мачуги, потому как именно благодаря его стараниям клубу суждено было появиться в Краснодаре.

Долгое время Мачуга получал отказ в финансировании спортклуба от местных властей. Но Мачуга со своим партнёром Владимиром Петровичем Почиваловым сделали свою знаменитую стойку перед зданием на Красной 3 в тот момент, когда мэр вышел на улицу. Подобного он никогда не видел и дал добро на строительство спортклуба.

Сейчас ССШ№1 руководит Анатолий Иванович Плотников. В конце 2023 года стенд о его заслугах был установлен на аллее преподавателей в Городском саду! Он очень любит своё дело и детей. При встрече с учениками школы он протягивает им мизинец, а ребятам ему свой в ответ. И в такой пальцевой сцепке они приветствуют друг друга. Стаж его работы 51 год!



На фото В.Н.Мачуга снизу, В.П.Почивалов – сверху



Задания на понимание прочитанного материала.



Реши задачки, используя данные из фактов, описанных на страничках выше.

1. Подсчитай, сколько лет исполнится Роману Неудачину в 2024 году?
2. В каком году родители отдали маленького Рому в спортивную школу?
3. В каком возрасте Роман заработал одну из первых своих медалей по прыжкам на батуте на первенстве Южного Федерального округа?
4. Сколько лет прошло с момента основания Спортивной школы №1 до выделения городом материальной базы в виде её первого спортивного зала?
5. На сколько больше Мастеров спорта России подготовила ССШ №1 в 2003 году по сравнению с 1962 годом?



Сканируй QR-код и смотри видео о любимом месте Романа Неудачина в Краснодаре

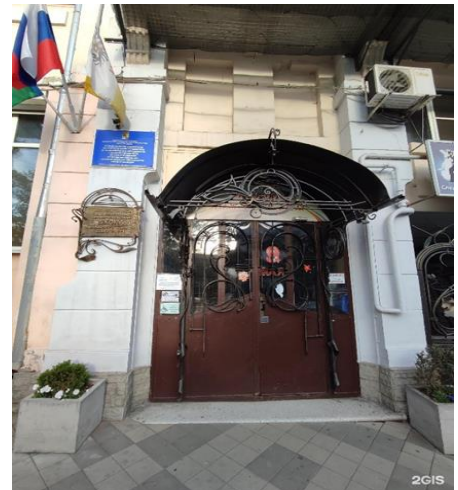
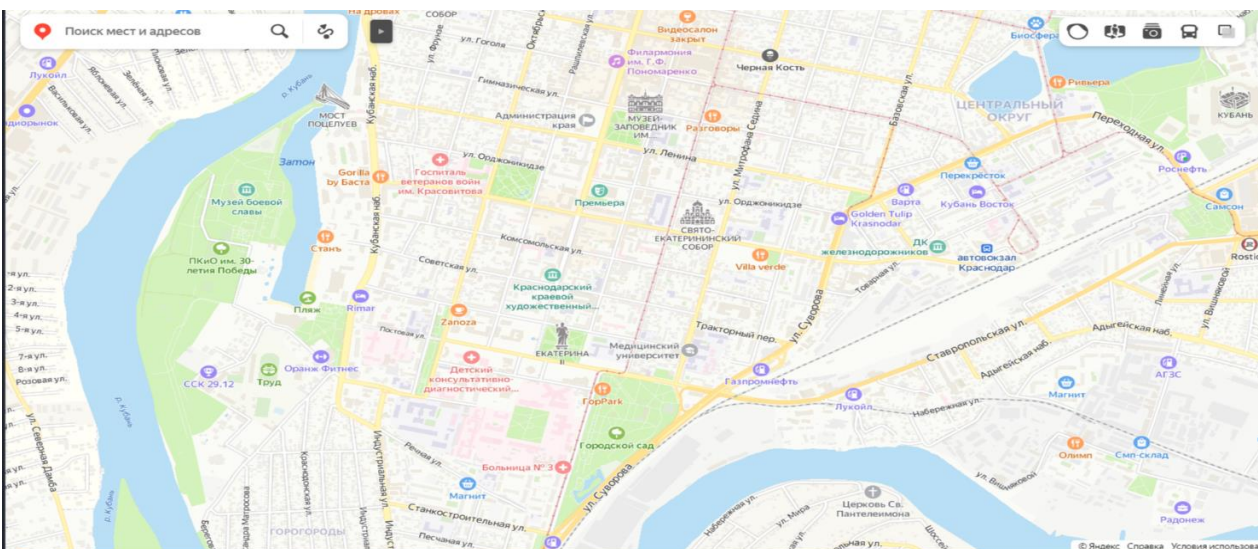


Фото ССШ №1 на ул. Красноармейской д. 72

Отметь на карте Краснодара любимое место спортсмена, опираясь на видео



Интересные факты о батутном спорте.



Родоначальниками батута принято считать народы крайнего севера. Именно они являются родителями прыжков на натянутых шкурах оленей и моржей. В ясную погоду и в свободное от охоты и приготовления пищи время люди натягивали незамысловатые приспособления и попеременно скакали на них, пока не надоест.

В первую очередь для них это был отличный способ согреться в лютые морозы. А также с высоты заглянуть за горизонт – вдруг там зарождается буря, бредет белый медведь или ползёт потерявший ориентацию полярник. Кроме того, прыгание на шкурах несло и сакральные смыслы: приобщение к небесным духам и подпитка энергией. Удивительно, но подобные прыжки на шкурах сохранились и по сей день. Северные народы могут потешать таким образом захвативших к ним туристов.

Отцом современного батута и основателем батутного спорта является американец **Джордж Ниссен** – поистине культовая фигура. В 1930 году 16-летний подросток из любопытства пришел посмотреть представление воздушных акробатов. И загорелся крутой идеей. Ниссен проявил себя не только конструктором и бизнесменом, но и профессионалом в области пиара. В результате креативного подхода Джорджа мир увидел уникальное и теперь легендарное фото прыжков на батуте Ниссена и кенгуру. Причем сенсационный снимок не являлся монтажом — животное реально резвилось и балдело в полете вместе с человеком!



После Второй мировой войны популярность прыжков на батуте стремительно росла. Зародились первые организации батутистов и начали проводиться национальные и международные соревнования. Но дебюта на Играх пришлось ждать еще долго. Только в 2000-м году, на Олимпиаде в Сиднее соревнования по прыжкам на батуте впервые были включены в



соревновательную программу. Первыми олимпийскими чемпионами стали наши земляки Ирина Каравеева и Александр Москаленко. В качестве почетного гостя на соревнованиях присутствовал создатель современного батута Джордж Ниссен.

Разгадай ребусы:



О

4 = Ъ



” ”



Ь

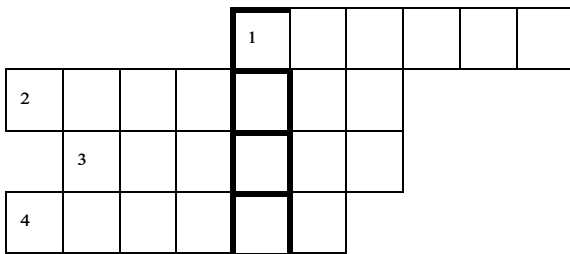


” ”

Т = В



Разгадай кроссворд и узнай, как называется элемент программы прыгуна на батуте.



1 Эта характеристика особенно ценится среди прыгунов на батуте. Чем она больше, тем выше баллов присуждается прыгуну.

2 Она находится между сеткой и рамой на батуте. Благодаря ей сетка получает свою «прыгучесть».

3 При проведении Олимпийских игр в этом городе Австралии в 2000 году прыжки на батуте были впервые включены в программу.

4 Как называется переворот в воздухе через голову на 360°?

Отгадай загадку:

Стань-ка на снаряд, дружок.

Раз - прыжок, и два – прыжок,

Три – прыжок до потолка,

В воздухе два кувырка.

Что за чудо сетка тут?

Для прыжков снаряд - ...

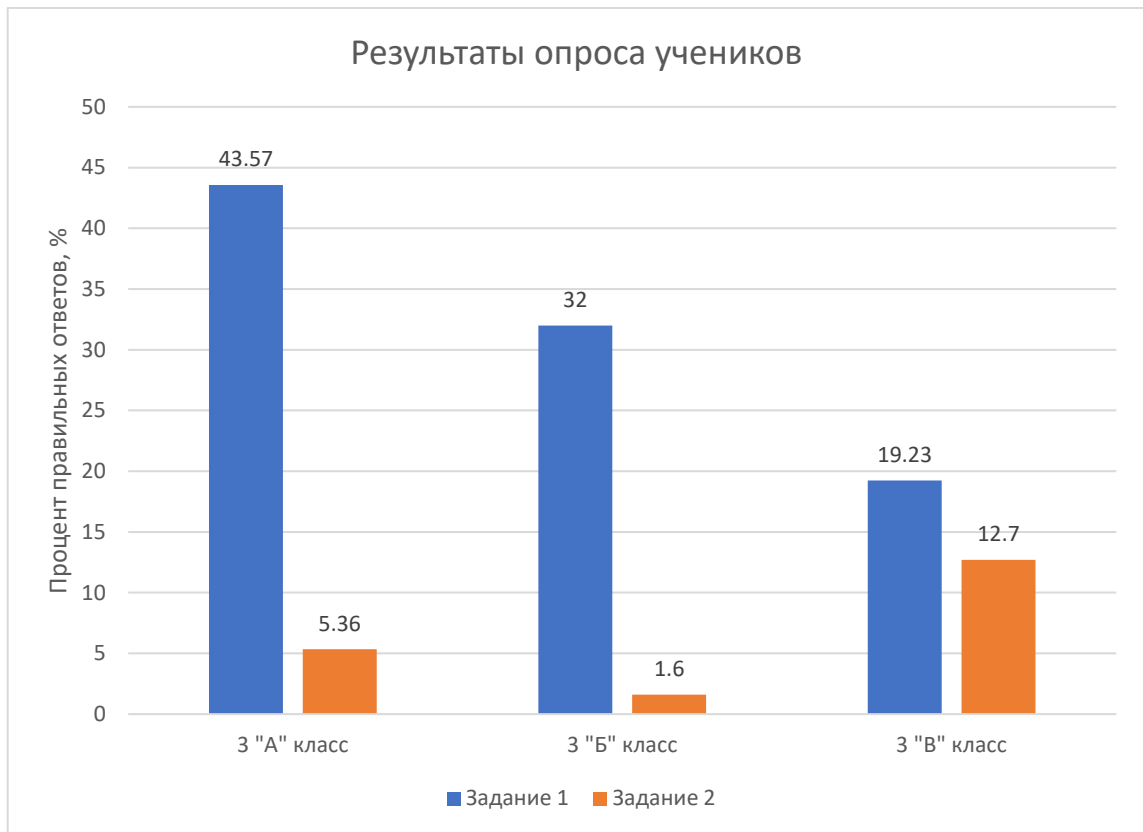
ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведённой работы была раскрыта основная проблема этого проекта. Я постарался наиболее полно проинформировать учеников начальной школы, для которых предназначался продукт этого проекта, об одном из современных спортсменов Кубани, о виде спорта, которым он занимается, о школе, где воспитывается. Разработанный мной буклет-приложение для рабочей тетради по кубановедению информативен и способен с помощью современных гаджетов дополнить полученные знания просмотром видеоролика о спортсмене. При подготовке материалов для данного проекта я узнал имена ещё многих выдающихся спортсменов Краснодарского края. Для популяризации наших спортсменов-земляков среди современной молодежи необходимо сделать подобные буклеты и о других звёздах спортивного Олимпа Кубани. Данный проект требует продолжения. Вероятно, что в будущем потребуется создать брошюру, в которой будут собраны самые титулованные спортсмены Кубани. Ведь знать людей, которые делают вклад в историю своей Родины благодаря усердному труду, таланту, находчивости и неунывающего характера, важно.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. <https://sportsgroup.ru/letnie-vidyi-sporta/istoriya-pryizhkov-na-batute.html>
2. «Кубань спортивная»/Е.Е.Тованчев, Е.С.Тованчев, А.М.Тованчева - Краснодар: издательство Традиция, 2013 – 356 с.:ил.
3. «100 выдающихся спортсменов и тренеров Кубани и Адыгеи»/А.М.Банников. – Краснодар:Традиция, 2012. – 176 с.
4. <https://xn--23-kmc.xn--80aafey1amqq.xn--d1acj3b/organization/164/>
5. <https://kuban.mk.ru/articles/2016/02/03/moy-papa-legend.html>
6. История физкультуры и спорта на Кубани: очерки / Ю.Г.Бич. – Краснодар: Традиция, 2011. – 192 с.: ил.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1



Опрос проводился среди учеников 3-их классов МАОУ МО г. Краснодар лицей №48 имени А.В. Суворова. Участвовало 3 класса с численностью: 3 «А» класс – 28 человек, 3 «Б» класс – 25 человек и 3 «В» класс – 26 человек.

Опрос состоял из 2-х заданий, направленных на знание кубанских спортсменов.

В первом задании нужно было из перечня российских спортсменов выбрать уроженцев Краснодарского края. Всего в списке было 20 фамилий знаменитых спортсменов России, из которых 10 принадлежали спортсменам Кубани. Ребята отмечали галочкой фамилии знаменитых спортсменов нашего края.

Во втором задании необходимо было указать вид спорта, которым занимался/занимается тот или иной кубанский спортсмен. Всего было представлено 10 имён знаменитых звезд спорта Кубани.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

Ответы на задания.

Задача №1: В 2024 году Роману Неудачину исполнится 22 года.

Задача №2: Родители привели маленького Рому в спортивную школу в 2007 году.

Задача №3: В 15 лет Роман получил одну из первых медалей в Первенстве ЮФО.

Задача №4: Только спустя 12 лет после основания спортивная школа №1 получила свой первый спортивный зал для воспитанников.

Задача №5: На 15 мастеров спорта России больше подготовила ССШ№1 по сравнению с 1962 годом.

На карте необходимо отметить парк 30 лет Победы.

Ребус №1: Прыжок

Ребус №2: Сальто

Ребус №3: Здоровье

Кроссворд: 1. Высота; 2. Пружина; 3. Сидней; 4. Сальто.

Загаданное слово: винт.

Ответ на загадку: батут.