



**Виктор ОЗЕРОВ,**  
Председатель Комитета  
массового футбола РФС,  
Председатель Комитета  
Совета Федерации по  
обороне и безопасности



## СИЛЬНЫЕ ДЕТИ – ИСТИННЫЕ ЧЕМПИОНЫ!

— Весь любительский футбол сейчас живем предвкушением майских событий. Впервые в истории европейского футбола вся неделя перед финальным матчем Лиги чемпионов в Мадриде будет посвящена массовому футболу.

Одобренный Исполнительным комитетом УЕФА официальный День массового футбола, который в 2010 году придется на 19 мая и по заявлению чиновников УЕФА станет ежегодным, будет празднованием массового футбола по всей Европе, и должен еще раз подчеркнуть позицию УЕФА, что элитный футбол не может процветать без здоровых корней, коими в данном случае является футбол массовый. И лейтмотивом предстоящего праздника будет тезис, что футбол открыт для всех.

Каждой из 53 футбольных ассоциаций, входящих в состав УЕФА, запланированы многочисленные мероприятия, которые будут отражать работу в направлении любительского футбола. Так, Немецкий футбольный союз организует по всей стране юношеские турниры, которые пройдут на 800 мини-площадках под девизом «Сильные дети – истинные чемпионы!». В Словакии пройдет мини-турнир среди 14-летних мальчишек. На тренировочной базе национальной сборной соберутся сборные, представляющие четыре разных региона страны.

Федерация футбола Италии задумала отразить День массового футбола путем организации акции под названием «Ценности выходят на игровое поле». В 100 городах страны одновременно сыграют матчи команды общеобразовательных школ (дети в возрасте от 8 до 10 лет), которые будут сопровождаться рассказами действующих игроков о футбольных ценностях и роли учебы в жизни спортсменов. Всего в празднике будет задействовано 100 тысяч детей.

Наконец, у наших соседей белорусов торжество пройдет 22 мая. В 9 утра в Минске состоится красочная церемония открытия праздника, за которой последуют многочисленные турниры, в которых будут вовлечены дети, любительские клубы, ветераны, звезды эстрады. Параллельно будут проводиться мастер-классы для детей, встречи с легендами футбола, будут вручены награды «Лучший проект в области массового футбола», «Лучший любительский клуб», «Лидер в области массового футбола». А завершится все это массовым просмотром финала Лиги чемпионов на гигантском экране.

Россия тоже не будет чужой на этом празднике массового футбола. Российский футбольный союз вместе с межрегиональными и региональными федерациями футбола запланировал ряд мероприятий по всей стране, цель которых показать, что футбол – это не только игра, это средство сплочения людей, пропаганда здорового образа жизни, наконец, просто средство для поднятия настроения.

В одном только Ростове-на-Дону в связи с проведением 16-17 мая в финала Кубка России по футболу и Конференции РФС, а также элитного раунда отборочного турнира Чемпионата Европы (U-19, 20-27 мая) Федерацией футбола Ростовской при поддержке РФС будут проведены мини-турнир среди детско-юношеских футбольных школ Ростовской области среди мальчиков 1997 г.р., который завершится 16 мая и награждение участников которого планируется провести в начале или по окончании финального матча, областные турниры среди студентов, учащихся кадетских корпусов, женских команд, футболистов с ограниченными возможностями здоровья, корпоративно-производственных коллективов по мини-футболу, не считая многочисленных городских соревнования среди ДЮСШ.

В подмосковном городе Долгопрудном к Дню массового футбола будет приурочен очередной Матч века. Это традиционное мероприятие Московского физико-технического института, когда 8 факультетов разбиваются на пары и играют (в составе 6 на 6 человек) в течение 24-х часов без перерывов. Количество замен не ограничено. Участие в игре принимают как студенты, так и преподаватели вуза. Первый такой футбольный матч был проведен в Физтехе 40 лет назад. Ряд мероприятий будет проведен и в Москве. Так, в рамках празднования Дня массового футбола пройдет очередной тур Чемпионата России по футболу 8 x 8. Красноярск, Ярославль, Краснодар, Екатеринбург, Хабаровск, футбольные турниры с участием любителей запланированы в каждом уголке нашей необъятной страны. Этот день мы должны использовать с целью убедить детей, что поход на стадион гораздо лучше вылазок в сомнительные заведения.

Понятно, что организуемые РФС мероприятия не смогут задействовать всех любителей футбола. Поэтому, пользуясь случаем, хочу призвать всех, кому не равнодушен футбол в любых его проявлениях, выйти 19 мая на футбольные поля, площадки, паркет и стать частью большого праздника под названием День массового футбола!

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРНИР «ЕВРАЗИЯ»

# ОМСК СТАЛ ФУТБОЛЬНЫМ МОСТОМ МЕЖДУ ЕВРОПОЙ И АЗИЕЙ

С 13 по 21 февраля в Омске впервые прошел международный турнир по футболу среди команд девушек «Евразия». Матчи прошли в крытом манеже МУ СК «Красная Звезда». Организаторами столь масштабного мероприятия выступили Российский футбольный союз, Администрация города Омска и Омская областная федерация футбола. В турнире приняли участие 5 команд сборная Омской области, сборная России, сборная Украины, сборная Казахстана и сборная Акмолинской области Казахстана.

«Нам выпала большая честь – проведение турнира международного уровня в городе Омске. Нельзя не сказать, что мы имеем такую возможность благодаря тому, что существует уникальный спортивный комплекс «Красная звезда». Футбол – очень популярный вид спорта среди омичей, проведение соревнований такого уровня повысят престиж омского футбола в целом и дадут новый толчок развитию для женского футбола. Мы постарались приложить все усилия, чтобы достойно провести эти соревнования», – сказал директор департамента по делам молодежи, физической культуры и спорта Администрации города Омска Денис Пеганский.

Все пять игровых дней команды радовали болельщиков яркой игрой, интересной борьбой и красивыми голевыми моментами. Все команды играли достойно, но, как известно, побеждает сильнейший. После первых матчей выделились явные фавориты. Ими стали команды Омской области и Украины. До последнего момента не было ясно, кто же из них станет победителем. Судьбу команд решил последний игровой день. Победителем первого международного турнира по женскому футболу среди команд девушек «Евразия» стала сборная команда Украины. Второе место завоевали футболистки сборной Омской области. Замкнула тройку лидеров сборная команда России.

«Мы рады, что приняли участие в таком турнире. Город Омск встретил нас приветливо. Очень приятно было, когда выйдя из самолета, мы увидели встречающих нас людей. Особенно неожиданным было увидеть в рядах встречающих представителей украинской диаспоры. Вообще организация турнира очень хорошая. В выходные нас возили на экскурсию, мы смогли рассмотреть и узнать Омск. Для команд организаторы создали все условия: и питание, и проживание, и организацию досуга. Если говорить о соперниках по турниру «Евразия», то сильной командой, в первую очередь, считаю команду хозяев турнира. Омички играют технично и слаженно, приятно посмотреть на девушек. Особенно капитан команды, думаю, у нее должно быть хорошее футбольное будущее», – дал свой комментарий наставник сборной Украины Василий Мамчур.

«Участие в турнире «Евразия» мы рассмат-

ривали, прежде всего, как этап подготовки к чемпионату России первой лиги. Конкретно к этому турниру не готовились, так что для нас это прекрасная возможность проверить свои силы. Второй важный момент – это игры со спарринг-партнерами. В-третьих, участие в международном турнире «Евразия» позволило нам узнать о командах других стран, сформировать представления о женском футболе других государств в целом. Для меня, как для тренера, по содержанию самой интересной была игра со сборной России. Этот турнир первый, поэтому конечно есть определенные недочеты. Девчонки довольны, да и тренеры тоже, так как удалось поиграть с командами из других стран. Но нет предела совершенству. Мы надеемся, что такие турниры войдут в традицию», – сказала главный тренер сборной Омской области Евгения Иванова.

«Участие в международном турнире по футболу среди команд девушек «Евразия» – важный аспект в подготовке. Это своеобразный старт сезона для нашей команды. Первый турнир, первые матчи... Сами понимаете, сложно ставить высокие цели и достигать их весьма сложно. Поэтому все задачи сразу решить не удалось. У каждой из команд-соперниц есть свои отличительные черты, своя манера игры. Из всех команд, принимающих участие в турнире, я бы выделил, пожалуй, сборную Украины. У них очень сбалансированный состав по всем линиям. Возможно, отчасти дело в возрасте. Игроки украинской сборной немного постарше соперниц, по сравне-

нию с командами Казахстана и сборной России. Наша команда в этом году участвует в отборочном матче на чемпионат Европы в группе U-17, поэтому привезли полный, боевой состав 1994-95 года рождения», – в свою очередь, отметил представитель сборной Казахстана Бауыржан Абдукаитов.

### Состав сборной России на турнире:

**Вратари:** Дарья Мещерякова (ЦСК ВВС Самара), Виктория Носенко (Кубаночка, Краснодар), Ольга Седых (Чертаново Москва).

**Защитники:** Екатерина Брюханова (Кузбасс, Кемерово), Екатерина Ковтун (УОР, Серебряные Пруды), Виктория Стукалова, Анжелика Хочолава (обе – СДЮСШОР № 9, Краснодар), Виктория Филичкина (Чертаново).

**Полузащитники:** Ирина Васильева (ДЮСШ Назарово), Ксения Веселуха, Диана Лазуткина (обе – Кубаночка), Анастасия Соколова (ЦСК ВВС), Мария Сысоева (УОР), Анастасия Шевченко (Коламбия Тимберс, США).

**Нападающие:** Анна Антонова (Олимп, Москва), Мария Кисконен (Чертаново), Эльмира Пискунова, Кристина Санина (обе – Старт, Красноярск).

### ЛАУРЕАТЫ ТУРНИРА

**Лучший вратарь:** Валерия Гаевская (Украина)

**Лучший защитник:** Улпан Пазыл (Казахстан)

**Лучший полузащитник:** Дарья Макаренко (Омская область)

**Лучший нападающий:** Юлия Николаенко (Кокшетау)

**Лучший бомбардир:** Марина Кисконен (Россия)

**Лучший игрок:** Марина Кисконен (Россия)

Турнир «Евразия» – это одно из немногих возможностей проверить себя в деле с командами из других стран

	Итоговая таблица										
	1	2	3	4	5	И	В	Н	П	М	О
1. Украина		0:0	4:1	5:0	3:0	4	3	1	0	12-1	10
2. Омская область	0:0		2:1	3:0	3:0	4	3	1	0	8-1	10
3. Россия	1:4	1:2		4:0	3:2	4	2	0	2	9-8	6
4. Казахстан	0:5	0:3	0:4		4:1	4	1	0	3	4-13	3
5. Акмолинская область	0:3	0:3	2:3	1:4		4	0	0	4	3-12	0



Кандидат биологических наук Сергей Константинович Поддубный разъясняет участникам турнира «Евразия», почему спортсмен должен сказать нет допингу

## БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ДОБАВКИ? БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!

Во время турнира «Евразия» были проведены различные мероприятия, направленные на обучение юных футболистов. Одно из них – семинар, проведенный совместно доцентом, кандидатом биологических наук Поддубным Сергеем Константиновичем и заведующим кафедрой теории и методики футбола и хоккея Сибирского государственного университета физической культуры Блиновым Вячеславом Анатольевичем, на тему допинга в спорте и футболе в частности. Небольшие выдержки из их выступления мы публикуем ниже.

Пищевые добавки широко распространены в спортивной среде, однако эффективность большинства из них вызывает сомнения.

Употребляя пищевые добавки, спортсмены рассчитывают на ускоренную адаптацию к тренировкам, сокращение времени на восстановление, обеспечение организма энергией, улучшение спортивных результатов. Лишь незначительное число используемых спортсменами добавок обладает эффективностью, подтвержденной достоверными научными данными, большинство же добавок опасно для здоровья и содержит запрещенные вещества.

Если в организме наблюдается ярко выраженная нехватка того или иного витамина или минерала и возможность восполнить ее за счет питания по ка-

ким-то причинам отсутствует, пищевые добавки могут стать кратковременным способом решения дефицита, но решить проблему неполноценного питания они не могут. Многие спортсмены поступают крайне неосмотрительно, принимая пищевые добавки в дозах, превышающих допустимые, слепо доверяя рекламе, «гарантирующей» на сто процентов положительный эффект без всякого побочного действия. Последствия такого безответственного подхода могут быть губительными для здоровья и спортивной карьеры.

Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать веществам, указанным на его упаковке. В некоторых случаях среди субстанций, не указанных на упаковке, могут быть запрещенные в соответствии с антидопинговыми правилами. Значительная часть положительных результатов допинг-контроля является следствием использования некачественных пищевых добавок.

ВАДА обеспокоено тем, что многие спортсмены принимают те или иные пищевые добавки без достаточных знаний о пользе данного препара-

та, а также о том, содержится или нет запрещенная субстанция в препарате. Использование некачественной пищевой добавки не служит оправданием при рассмотрении дел об обнаружении допинга. Спортсмены должны помнить о том, что пищевые добавки могут содержать опасные и вредные вещества, а также о принципе полной ответственности спортсмена.

Особую осторожность при приеме пищевых добавок нужно проявлять спортсменам, которые проходят допинг-контроль в рамках национальных и международных программ тестирования.

Изготовление некоторых пищевых добавок происходит в антисанитарных условиях, многие добавки содержат токсичные, вызывающие желудочно-кишечные расстройства. Зачастую в пищевые добавки добавляют анаболические стероиды, стимуляторы и другие запрещенные в спорте вещества. По имеющимся сведениям, каждая четвертая добавка может вызвать положительный результат допинг-пробы. Причем запрещенные вещества часто не указываются на этикетке, поэтому ни спортсмен, ни медицинский персонал могут не подозревать об их наличии.

Гарантированно чистых пищевых добавок на сегодняшний день не суще-

ствует. Быть полностью уверенным в чистоте своего организма можно только при полном отказе от пищевых добавок, но в современном спорте соблюдение такого условия маловероятно.

Прежде чем решиться на прием той или иной добавки, ответственный спортсмен сначала должен убедиться в том, что это ему действительно необходимо и не сопряжено с риском для здоровья и спортивной карьеры. Принимать пищевые добавки следует в соответствии с рекомендациями спортивного врача на основании данных медицинского обследования. Приняв решение о приеме добавок, следует использовать препараты, выпущенные производителями, имеющими солидную репутацию и использующими качественное оборудование, такими как всемирно известные фармацевтические компании. Необходимо помнить, что до 80 процентов продукции спортивного питания на российском рынке составляют подделки, которые могут содержать запрещенные в спорте вещества. Особенно осторожно следует относиться к приобретению продуктов спортивного питания через интернет.

Внимание! Нельзя относиться к пищевым добавкам как к универсальному средству, которое можно использовать самостоятельно без консультации врача. Это может быть опасно для здоровья и для спортивной карьеры.