



«ЗДОРОВОЕ, ФИЗИЧЕСКИ РАЗВИТОЕ НАСЕЛЕНИЕ — ВОТ НАША ЦЕЛЬ»

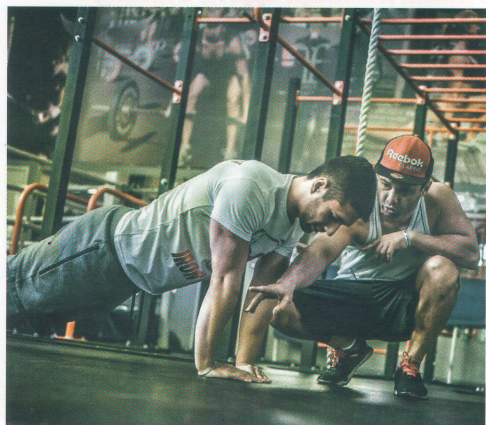
Год от года популярность физической культуры в России только возрастает: поощряется деятельность различных спортивных секций и клубов, проводятся массовые спортивные мероприятия и открытые тренировки. Одним словом, спорт пропагандируется на всех уровнях — от правительственных ведомств до общественных организаций.

О развитии молодежных видов спорта, создании эффективной системы физического воспитания и первых результатах реализации крупных социально-значимых проектов рассказывает **Павел Смоляков**, президент Общероссийской физкультур-

но-спортивной общественной организации «Федерация воздушно-силовой атлетики России» (ФВСАР).

— **Когда появилась ваша организация?**

— Изначально была только команда активистов и приверженцев нового спортивного веяния под названием воркаут. В 2008 году мы создали сайт и группу в соцсетях, где анонсировали каждую тренировку, на которую мог прийти любой желающий. Воркаут довольно быстро стал набирать популярность среди населения, поскольку был доступен, интересен и объединял простых ребят в команды единомышленников. В 2009 и 2010 годах в Москве состоялись первые Всероссийские сборы уличных атлетов, первые соревнования по воркауту, первые мастер-классы и



открытые бесплатные тренировки. Так что официальной «датой рождения» Федерации можно считать 2009-й год.

С 2011 года мы регулярно проводим соревнования городского, регионального, всероссийского и международного масштаба. Сегодня Федерация работает на всей территории страны и занимается комплексным развитием воздушно-силовой атлетики не только в столице, но и в регионах России.

— **Воздушно-силовая атлетика — звучит красиво, но можете объяснить для непосвященных, что это значит?**

— Воздушно-силовая атлетика — это комплекс наиболее популярных и массовых спортивных дисциплин, которыми могут заниматься все, вне зависимости от возраста, пола, социального и материального положения: воркаут, воркфит и воздушная атлетика на различных снарядах — пилон, воздушные полотна и воздушное кольцо, ремни и трапеция. Ежегодно для всех желающих мы проводим фестивали, турниры, чемпионаты и открытые мастер-классы по этим дисциплинам.

— **Звучит очень современно и актуально.**

— На самом деле все дисциплины воздушно-силовой атлетики имеют древние корни. Например, воркаут (спортивные упражнения с собственным весом, выполняемые как на спортивном снаряде, имеющем жесткие опорные крепления, так и без него. — Прим. авт.) как искусство владения собственным телом был известен еще в древности: одно из первых упоминаний встречается у древнегреческого историка Геродота (V в. до н.э.) в описании Фермопильского сражения.

Элементы воркаута можно найти и в спортивной гимнастике, и даже в методах советских тренировок. Когда в 1931 г. в СССР был введен комплекс ГТО, гимнастика и упражнения на турниках и брусьях пользовались большой популярностью. На улицах можно было видеть людей, выполняющих упраж-