Пожарно-спасательный кроссфит вполне может стать самостоятельным видом спорта

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий |
| 10.11.2019 19:11 |
| **Пожарно-спасательный кроссфит вполне может стать самостоятельным видом спорта** |
|  |
| 29 апреля 2018 г. состоится I международный чемпионат по функциональному силовому многоборью пожарных и спасателей (пожарно-спасательный кроссфит). Соревнования пройдут в Иркутске. Инициатива большого спортивного мероприятия принадлежит Сибирскому региональному центру МЧС России. О необычных, новых для России стартах рассказывает начальник физической подготовки и спорта Сибирского регионального центра МЧС России полковник внутренней службы Константин Бабушкин.    - Константин Юрьевич, до соревнований остался месяц, в какой стадии готовности находится мероприятие?    - Подготовка идёт по плану. Задачи ясны. При правительстве Иркутской области создан и активно работает организационный комитет, в составе которого как представители от системы МЧС России, так и заинтересованные министерства и ведомства Иркутской области и мэрии. Могу гарантировать, что с нашей стороны никаких проволочек не будет, механизм, связанный с формальными вопросами, финансированием, командированием участников (27 регионов Сибири, Урала и Дальнего Востока направят на соревнования 35 команд – прим. пресс-службы), запущен своевременно и работает без сбоев. Пожарно-спасательные подразделения МЧС России в регионах провели отборочные этапы кроссфита в караулах, частях, отрядах. Уже сформированы команды (состав команды 5 человек – прим. пресс-службы) и идёт предметная подготовка к финальным стартам. Настрой боевой, готовятся серьёзно, у многих коллективов амбициозные планы на победу. Могу назвать Тюменскую область, Челябинск, Приморье, Алтайский край, Красноярский край, Амурскую область, ну, и, конечно, Иркутск, который является родоначальником масштабного и организованного команд участия в этого новом виде силового многоборья. Иркутск первым показал пожарно-спасательный кроссфит массовому зрителю. Это будет настоящий спортивный праздник. Я не сомневаюсь, что горожане и гости Иркутска, кто посетит наше мероприятие 29 апреля, получат настоящее удовольствие, хороший эмоциональный заряд и приятные воспоминания на долгое время.    - Почему кроссфит?    - Это инициатива самих пожарных. Наши пожарные любят спорт, относятся к спорту с уважением, занимаются разными видами. В основном, конечно, это лёгкая атлетика, коньки и лыжи, командно-игровые виды, пожарно-спасательный спорт. Многие на высоком уровне занимаются тяжёлой атлетикой, борьбой. Есть в системе МЧС России даже свой «Железный человек», пока единственный. Этого престижного титула, который присуждается в триатлоне (самое сложное в мире однодневное соревнование, которое включает заплыв в открытой воде почти 4 км, затем велопробег 180 км и марафон 42 км 195 метров – прим. пресс-службы), удостоен сибиряк, инспектор пожарного надзора из Хакасии.    Главное для огнеборцев – поддержать силу и физическую форму, продлить профессиональное долголетие. Каждый самостоятельно выбирает, в каком виде спорта ему комфортнее развиваться, совершенствовать мастерство пожарного-спасателя, быть примером здорового образа жизни. Новый вид многоборья основан на основных принципах кроссфита, то есть на силовых нагрузках и интенсивности упражнений, но все элементы многоборья – махи гирей в 24 кг, подъём 40-килограммовой штанги, перемещение покрышек большегрузных автомобилей и перемещение при помощи каната непосредственно автомобиля, перенос утяжелённых пожарных рукавов и наполненных газовых баллонов, отжимание лёжа, транспортировка манекена взрослого человека - взяты из повседневной практики наших реагирующих подразделений. Соревновательные упражнения направлены на укрепление силы и духа, повышение ловкости и выносливости пожарных и спасателей. Отличная физическая подготовка - одно из ключевых требований в МЧС России, поскольку наши бойцы должны быть готовы к любым непредвиденным ситуациям.    К тому же, кроссфит доступен и прост с точки зрения материальной базы. Для организации тренировок не требуется финансовых затрат, всё «спортивное оборудование» можно найти в пожарных частях – гири, гантели, штанги, кувалды, мешки с песком, манекены, автошины. Именно для физической подготовки личного состава в своё время иркутские огнеборцы и разработали программу, основанную на элементах функционального тренинга. Тогда никто и не предполагал, что серия специальных упражнений получит такую популярность и ляжет в основу особого вида спорта – функционального силового многоборья, которое в обиходе мы называем пожарно-спасательный кроссфит.    - Вы, действительно, полагаете, что у пожарно-спасательного кроссфита есть будущее?    - Судите сами. Первый раз массово, на глазах у публики соревнования по пожарно-спасательному кроссфиту иркутские огнеборцы провели в 2015 году, посвятив новый вид многоборья 25-летию образования МЧС России. Как рассказывают очевидцы, это был необычный подарок горожанам, зрители были в восторге. Тогда состязались бойцы только Иркутской области. И буквально через год-два география соревнований значительно расширилась. В августе 2017-го за победные места боролись уже 30 команд из Сибири, с Урала и Дальнего Востока. Продвижением силового многоборья в профессиональную среду активно занялся Сибирский региональный центр МЧС России. Министерство одобрило инициативу и в текущем году внесло I международный чемпионат по функциональному многоборью в план основных мероприятий.    Пока пожарно-спасательный кроссфит не имеет официального статуса. Это, скорее, любительские состязания, но перспективы очень хорошие. Есть зрелищность, есть востребованность, есть результат. Со временем, при грамотном и усердном развитии этого многоборья, его можно зарегистрировать установленным порядком как отдельный вид прикладного спорта для присвоения спортивных разрядов и званий. Это реально. А главное, это отличный стимул для продвижения здорового образа жизни среди подростков и молодёжи, для повышения профессионального мастерства и физического совершенствования представителей пожарно-спасательных и других оперативных формирований, независимо от ведомственной принадлежности.    - Какое поощрение подготовлено для победителей?    - Призов будет много. Награды будут разные. Будут отмечены победители в каждом из пяти этапов многоюорья. Будут отмечены показательные старты девушек. За Сибирский федеральный округ выступит сборная женская команда от Иркутской области, за Дальневосточный округ – команда от Приморского края, за Урал – команда от Челябинской области. Предусмотрено также вручение государственных и ведомственных наград МЧС России. Ну, и сама процедура награждения будет очень эффектной. Секретов раскрывать не буду, но сценарий чемпионата удивит всех зрителей без исключения. Это будет настоящее спортивное шоу!    - Кстати, как оцениваете работу оргкомитета? Возможно, у вас есть какие-то пожелания? Ещё есть время что-то поправить.    - Кроме слов благодарности руководству Иркутской области ничего добавить не могу. Добротная организация всех подготовительных и основных мероприятий, очень приятно работать! У нас давние деловые контакты с этим сибирским регионом, несколько чемпионатов по разным видам спорта мы проводили на иркутской земле. Сложились прекрасные взаимные отношения. И министерство спорта, и министерство культуры, и силовые ведомства с готовностью откликаются и оказывают помощь, идут навстречу всему, что связано со здоровьем, со спортом, с движением вперёд. Уверен, что в результате этого чемпионата мы уберём все шероховатости, которые бывают в любом новом деле, доработаем положение, другие организационно-методические нюансы и сделаем чемпионат по функциональному силовому многоборью пожарных и спасателей открытым для всех субъектов Российской Федерации.    Интервью подготовлено пресс-службой    Сибирского регионального центра МЧС России |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий © 2025 |