



# # ВЫБОР СОВРЕМЕННОГО ШКОЛЬНИКА: СПОРТ ИЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ?



АНАСТАСИЯ МАЛЬЧИКОВА. ФОТО

Очень важно понимать, чего ты хочешь достичь в жизни. Но в наше время невозможно добиться чего-то определённого, если ты не будешь мобильным – быстрым, спортивным! Каждый твой шаг как будто априори подразумевает: «Будь быстрее, выше, сильнее!» Можно заметить, что истинного успеха могут добиться лишь те, кто привык сражаться с неприятностями, а главное с самим собой. Таких людей по жизни ведёт девиз: «Спорт = жизнь!»

Этот выпуск «СверхНовой Эры» расскажет тебе, дорогой читатель, о разных видах спорта на каждый день. Следуя «календарю», который мы составили вместе с самы-

ми спортивными людьми области – победителем ралли «Дакар» **Сергеем Карякиным**, тренером морского многоборья **Алексеем Трофимовым**, призёром первенств по лёгкой

атлетике **Мариной Суслевой** и многими другими, ты сможешь научиться планировать свою спортивную неделю, месяц и даже год!

Однако спорт – это не только сильные мышцы, но и развитый мозг. Правильное питание и современная одежда, правильный выбор направления и контроль своего здоровья – всё это часть спорта на каждый день. Поэтому не теряй ни минуты, открывай «Новую Эру»!

Особенность нашего молодёжного приложения в том, что его делают ровесники читателей – юные корреспонденты «Новой Эры». В этом номере газеты за организационную и редакторскую работу взялась Анастасия Мальчикова из Екатеринбурга. Теперь любой активный юнкор может стать дежурным редактором крупнейшего в России СМИ для детей и подростков

## Войти в «Новую Эру»

В социальных сетях  
В Интернете



В реальности –  
г. Екатеринбург,  
ул. Малышева, 101,  
оф. 355

... или написать нам  
на почту  
[ne@oblgazeta.ru](mailto:ne@oblgazeta.ru)

## ВНИМАНИЕ! конкурс

Ты – молодой фотограф? Твои снимки может увидеть вся область! Предложи собственный снимок для обложки одного из следующих номеров. Если твой кадр окажется лучшим, он украсит «СверхНовую Эру». Снимки должны быть вертикальными, размером 20x30 см и с разрешением не менее 300 dpi.

## Темы ближайших номеров

- 100 лет молодёжному движению на Урале
- Квесты: реальные и виртуальные

# # СЕРГЕЙ КАРЯКИН, К ДОСКЕ!

«СверхНовая Эра» начинает новый интерактивный проект «К доске ...!» Мы приглашаем интересных взрослых собеседников в нашу студию, оформленную под школьный класс. А потом «вызываем» наших гостей к доске, чтобы они ответили на все интересующие подростков вопросы. Первым к доске пойдёт **Сергей КАРЯКИН** – чемпион ралли «Дакар-2017».

### Урок «ТРУДА»

– Как вы начали заниматься квадроциклами?  
– С детства хотел скорости, адреналина, начал с мопедов. Но я всегда мечтал о мощном мотоцикле. А родители запрещали. Они посчитали, что квадроцикл – безопаснее, но со временем я убедился, что это не так.

– Уральская погода отличается от африканской, сложно ли тренироваться в нашем климате?

– Приходится исходить из того, что есть. Для гонщиков, живущих в жарких странах, климат привычнее, чем для меня. Однажды я показал им ролик, на котором гонял по снежной трассе. У них был такой восторг, они никогда не видели снега!

– Сергей, расскажите, пожалуйста, о своей первой гонке.

– Мне было 13 лет, я приехал без напарника, а в команде должно быть два гонщика. У меня получилось присоединиться к команде, как потом я узнал, самой сильной. Но сразу после этой гонки со мной попрощались, я был слишком мал. Пришлось ждать 16-летия.

– Приходилось ли вам кому-либо помогать во время соревнований?

– Для меня моральные устои важнее результата. Я знаю, что если остано-



Сергей Карякин отвечал у доски без заминок и с располагающей улыбкой на лице

лось, время мне не вернут, но зато я смогу выполнить свой человеческий долг.

– Сергей, а есть ли у вас кумир?

– Нет, я всегда стараюсь идти своей дорогой. Но при общении с людьми всегда стремлюсь чему-то у них научиться.

– Ралли «Дакар» – это очень опасное испытание, как вас отпустили туда родные?

– Они знают, что это – моя жизнь, спорт для меня – возможность отвлечься. Нужно отдыхать морально от работы, и ралли для меня – это то, что нужно.

### Урок «ИСТОРИИ»

– Сергей, как вы живёте вне гонок, чем занимаетесь?

– Абсолютно простая жизнь: в будни работаю, на выходных отдыхаю. У меня есть жена и двое детей, отцом я стал уже в 21. С семьёй мы стараемся проводить как можно больше времени вместе. Даже когда еду на соревнования, стараюсь брать их с собой.

– Большинство наших читателей учится в школе, и у всех есть любимый учитель и предмет. Какие они были у вас?

– Я очень любил физику, и хотя не всегда получал высокие оценки, понимал её. Статьи, высшее образование у меня связано с этой дисциплиной: я инженер-проектировщик газотурбинных и газоперекачивающих комплексов, к сожалению, это сейчас не востребованная специальность. Поэтому советую грамотно подойти к выбору профессии.

– Неинтересный уроки часто прогуливали?

– В школу ходил всегда, но на некоторых занятиях занимался своими делами, спал. Я был не самым прилежным учеником, но закончил школу без троек, ЕГЭ сдал сам и поступил на бюджет. Я всегда старался не заучить, а понять. Кто-то из преподавателей это ценил, кто-то не особо.

– Случалось ли вам драться?

– Очень редко. Драка бессмысленное занятие, а зачастую и опасное.

– В школе у многих случается первая любовь, помните ли вы девочку, которая вам нравилась?

– Это было классе в первом. Сейчас эта девочка живёт неподалёку от меня. В любви я ей, конечно, так и не признался. Это было детское, наивное чувство.

– А чем вообще привлекали вас девочки? Красотой?

– Красота вообще очень относительна. Связи между внешним видом и чувствами нет. Даже самую красивую девушку не получится полюбить, если она не подходит тебе по характеру.

– Какие советы давали вам старшие? Прислушивались ли вы к ним?

– Зачастую я никого не слушал... Наверное, если бы не пропускал рекомендации мимо ушей, то достиг бы большего. Не встречал людей, которые учатся на чужих ошибках, хотя качество это очень полезное.

– Имеется ли у вас особый ритуал перед началом гонки? Как поддерживаете себя?

– Если честно, нет никакого ритуала. Просто проверяю, всё ли сделал, ничего ли не забыл. Настраиваюсь мысленно, восстанавливаю дыхание перед стартом, что немаловажно. Стараюсь максимально сконцентрироваться на гонке.

### КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (в форме блиц-опроса)

– Играете ли в компьютерные игры?

– Раньше много посвящал этому времени, помню такую игру – «Герой меча и магии», безумно любил её. И сейчас очень хочу поиграть, даже купил себе PlayStation, но включил его только три раза. На большее времени так и не хватило.

– Что бы выбрали: театр или клуб?

– Остался бы дома и никуда не пошёл. Но раньше в театр с родителями ходил постоянно, но только потому, что мама делала мне во время спектакля массаж рук.

– Существует ли Дед Мороз?

– Я заказываю его детям, стоит он порядка пяти тысяч рублей. Сказка – это всегда хорошо, и верить в неё нужно до последнего, ведь рано или поздно окунёшься в реальность.

– Пригодилась ли вам в жизни какая-нибудь школьная формула?

– Для меня важны не расчёты, а понимание процессов работы и устройства. Мне не нужны цифры. Если что-то будет нужно, я открою учебник и посчитаю. А учить все формулы абсолютно бесполезно, я считаю.

– Что важнее, чувства или разум?

– Это всегда работает вкупе. Жить, опираясь только на расчёт – бессмысленно. Если не относиться к делу с эмоциями, то ничего хорошего из него не получится.

Беседовали:

Анастасия МАЛЬЧИКОВА,  
Ольга МАГАСУМОВА,  
Анастасия ВАСИЛЬЕВА,  
Юлия ШАМРО,  
Анастасия МАКЕШИНА,  
Егор ДОМОЖИРОВ



Всеволод @ Доможиров.фото

Уральские школьники усадили чемпиона ралли «Дакар» за парту и завалили вопросами