



**ФУТБОЛ:** стр. 10  
Андреа Пирло  
остаётся  
в Милане

**ФУТБОЛ:** стр. 8–9  
Анатолий Тимошук:  
«Бавария» в чем-то  
похожа на «Зенит»

**ФУТБОЛ:** стр. 2  
Россия потеряла  
первого  
еврокубкового  
бойца

**Спорт**  
ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

Пятница  
7 августа 2009  
№ 174 (1186)  
цена свободная

www.sportsdaily.ru

**ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ**

ПРОЕКТ РЕАЛИЗОВАН НА СРЕДСТВА ГРАНТА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Пятница  
7 августа 2009

СЕРГЕЙ БАВЛИ | СПОРТ - ЗДОРОВЬЕ – ДОЛГОЛЕТИЕ

s.bavli@sportsdaily.ru

# Детище академика Несмеянова

**Любые занятия спортом полезны для здоровья. Это аксиома.  
Казалось бы, видов спорта существует множество и незачем  
изобретать велосипед. Велосипед действительно давно изобретен,  
как, впрочем, и баскетбол.**

**Но это не помешало петербургскому ученому, профессору медицины, академику  
РАЕН-Анатолию Несмеянову придумать разновидность  
баскетбола - питербаскет.**

## **Брат баскетбола - питербаскет**

В названии легко угадывается любимый город хирурга и изобретателя Несмеянова. Питербаскет - запатентованная официально игра, которая развивается уже не только в России, но и в Литве. В минувший вторник в Санкт-Петербурге прошла встреча с участием гостей из янтарной республики, посвященная знаковому событию для всех поклонников баскетбола. Видные деятели питерского спорта (легенды баскетбола Андрей Фетисов и Александра Овчинникова, известный тренер Анатолий Штейнбок), журналисты и представители общественности с удовольствием в очередной раз просмотрели видеозапись памятного всем финального матча Олимпиады 1972 года между сборными СССР и США, когда команда нашего земляка Владимира Кондрашина благодаря фантастическому броску другого великого питерского спортсмена Александра Белова одержала историческую победу. Встречу организовал профессор Несмеянов. Баскетбол - его любовь на всю жизнь, в молодости он тоже был учеником Владимира Петровича Кондрашина. Вместе с директором литовского Музея баскетбола Леонасом Каралюнасом он рассказал и о питербаскете, его достоинствах и преимуществах.

Эта командная игра гораздо более доступна, чем собственно баскетбол. На площадку в составе противоборствующих команд выходят по три человека. Площадка - в виде круга с тремя концентрическими разметками. В центре круга расположена стойка, а на ней - три

## О работах академика Анатолия Несмеянова

корзины, которые и нужно поражать. Играть можно как на открытом воздухе, так и в спортивном зале. Игровое поле значительно меньше баскетбольного, создать его несложно.

В принципе, такую площадку можно устроить в каждом дворе, в каждой школе. Кольца расположены ниже, чем в классическом баскетболе, поразить их проще, они доступны не только гигантам. Это привлекательно для детворы, делает игру для них более зрелищной.

Леонас Каралюнас рассказал журналистам, что питербаскет стремительно набирает популярность в Литве. По его словам, о ней высоко отзывались такие выдающиеся баскетболисты, как Модестас Паулаускас, Шарунас Марчуленис и другие.

### Идеальное средство

Академик Несмеянов особо подчеркивает роль питербаскета в реабилитации инвалидов-колясочников. Не секрет, что они очень увлекаются баскетболом. Но новая игра предоставляет им совсем иные возможности, расширяя контингент людей с ограниченными физическими возможностями, могущих заняться спортом.

Адаптивная физическая культура, способствующая реабилитации инвалидов, давно уже в центре внимания не только медиков. Роль спорта здесь трудно переоценить. Люди с ограниченными физическими возможностями, прикованные к инвалидной коляске, должны чувствовать себя полноценными членами общества. Выполнение этого условия - признак цивилизованности общества. Занятия спортом в колоссальной степени способствуют психологической реабилитации и адаптации инвалидов. Кроме того, спорт и физическая культура - лучший лекарь для любого человека, а для инвалида в особенности. Они развивают координацию, дыхание, группы мышц, которые начинают выполнять компенсаторную функцию. Питербаскет идеально подходит для этой цели. Точность и выверенность движений, дыхательный ритм, развитие мышц шейно-плечевого пояса, верхних конечностей. Все это - на сравнительно небольшом круге диаметром примерно 18 метров. То есть, нет избыточной, рискованной нагрузки (если речь идет об инвалиде) на сердечно-сосудистую систему.

Характерно, что изобретателем и пропагандистом питербаскета стал профессор медицины, не понаслышке знакомый с проблемами больных людей. Анатолий Несмеянов много лет прослужил в Военно-медицинской академии, где инвалиды с повреждениями позвоночника, конечностей, к сожалению, не редкость. Восхищает желание доктора позаботиться о них не только в острый период, когда они проходят лечение в клинике, но в течение всей дальнейшей жизни, и, главное, помочь им сделать жизнь насыщенной и полноценной.

### Игра для всех желающих

Впрочем, сам Анатолий Несмеянов и его литовские друзья подчеркивают, что питербаскет - игра для всех желающих. Причем вне зависимости от возраста. Игра захватывает, она зрелищна, риск травматизма в ней практически сведен к нулю. Сегодня, когда высшие руководители Российской Федерации' объявили здоровье граждан национальным приоритетом, не содействовать развитию питербаскета просто недопустимо. Эта доступная спортивная игра - лучшая альтернатива бессмысленному, а потому опасному времяпровождению молодежи. Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь, стали ее постоянным атрибутом. Увы, они приносят и некоторый вред человеческому организму. Какие кресла ни подбери, сидячий образ жизни (а благодаря тотальной компьютеризации к нему склонны и подростки, и молодежь) способствует, в частности, развитию многочисленных и крайне неприятных заболеваний опорно-двигательной системы, и в первую очередь позвоночника. Это, разумеется, прекрасно знает академик Несмеянов. Его детище - питербаскет - одновременно и отличная профилактика остеохондроза и сколиоза, и весьма эффективный способ их лечения. Этот вид спорта способствует координации движений, развивает глазомер, увеличивает дыхательную емкость легких.

Это в свою очередь ведет к обогащению крови кислородом, стимулирует обменные процессы в организме и улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы. Питербаскет - отменная профилактика плоскостопия, еще одной серьезнейшей проблемы, связанной с гиподинамией, - бичом XXI века.

Словом, увлечение спортом профессора медицины привело к блестящему результату. Тем более что академик Несмеянов задумывает уже и аквапитербаскет. Питербаскет на воде, как показала практика, возможен и очень интересен. Значение этой разновидности нового вида спорта в борьбе со многими заболеваниями сложно переоценить.

Развитие питербаскета в городе, имя которого присутствует в названии игры, не должно стать уделом нескольких энтузиастов. Ведь все мы заинтересованы в собственном здоровье и расширении возможностей сделать жизнь активной, насыщенной и интересной.

О работах академика Анатолия Несмеянова

