



Санкт-Петербургский  
государственный  
университет



*Впервые в СПбГУ в 06 апреля 2022 года  
состоятся соревнования*

# КУБОК «ДЯДИ ВАНИ»

*«Интересно знать, – помянет ли кто меня добрым словом?»*

*И.В.Лебедев*





## Лебедев Иван Владимирович (1879-1950)

**1897 год** – гимназист И.В.Лебедев пришел в «Кружок любителей атлетики доктора В.Ф.Краевского», где стал одним из любимых учеников «отца русской атлетики».

**1898 год** – становится студентом Петербургского университета.

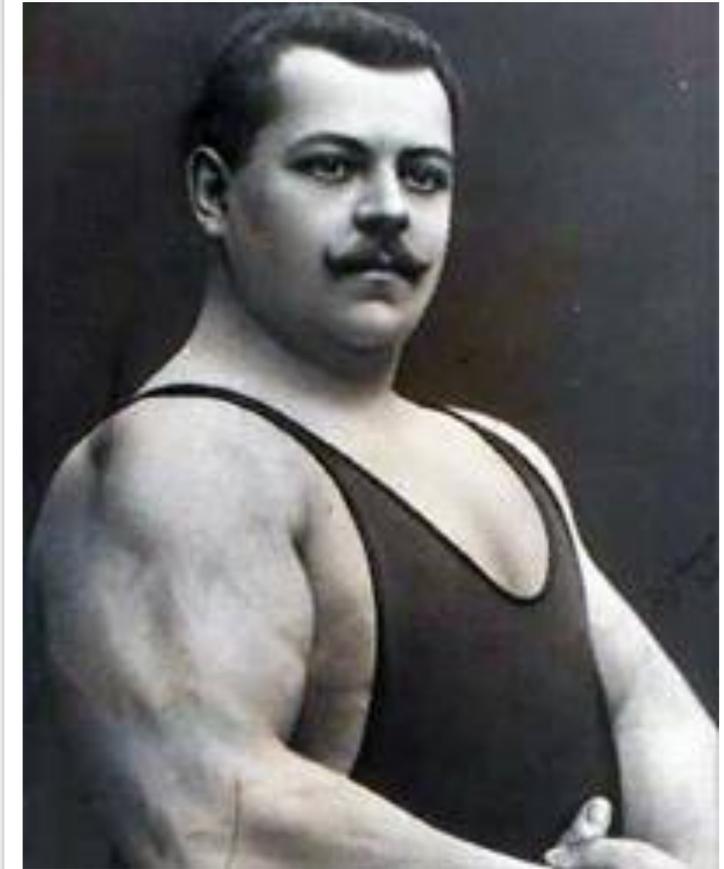
**1901 год** – организовал в Петербургском университете **первый** спортивный кружок «**Курсы шведской гимнастики и атлетики**».

**1905 год** – начал издавать «**иллюстрированный журнал атлетики и спорта**» (вышло 6 номеров) – **первый в России журнал, посвященный атлетическому делу**. Его девизом было: «Объединение русских спортсменов во Всероссийский спортивный союз».

**Весна 1905 года** – не сдавая экзаменов покинул университет.

**Июнь 1905 года** - открыл собственную школу атлетики и одновременно начал работать арбитром чемпионатов французской борьбы в цирке, став популярнейшим «**Дядей Ваней**». Так прозвало его московское студенчество, а потом «дядей Ваней» его стали называть во всей России. Так прозвало его московское студенчество, а потом «дядей Ваней» его стали называть во всей России.

**Автор книг:** «Сила и здоровье» (1912); «Тяжёлая атлетика» (1916); сборник рассказов «Гладиаторы наших дней» (1915); «Борцы» (портреты и характеристики) (1917); «Французская борьба» (1925); «История профессиональной борьбы» (1928); "Гантельная гимнастика" (1930). Книга «Самооборона и арест» (1914) может считаться основой для борьбы Самбо.



И.В.Лебедев



## Отчетъ о дѣятельности Курсовъ атлетики и шведской гимнастики.

Въ июнѣ 1901 г. была представлена Его Превосходительству Г-ну Ректору записка объ устройствѣ при Университетѣ кабинета физическаго развитія; 1-го ноября послѣдовало открытiе означеннаго кабинета подъ названiемъ «Курсовъ шведской гимнастики и атлетики». Всѣ занимающiеся были раздѣлены на группы, однородныя: въ шведской гимнастикѣ—по сложенiю, а въ атлетикѣ—по силѣ. Для допущенiя къ подниманiю тяжестей необходимымъ условiемъ было удостовѣренiе врача о немѣннiи препятствiй къ этому со стороны здоровья. Общее число занимающихся было 168 человекъ, при чемъ изъ 837-ми посѣщенiй на первые 1½ мѣсяца (съ 1-го ноября по 15-ое декабря) приходится 689 посѣщенiй при 39 дняхъ занятiй, а на время Рождественскихъ каникулъ (съ 15-го декабря по 15-ое Января)—158 посѣщенiй при 14 дняхъ занятiй.

Снаряды: коллекцiя гимнастическихъ гантелей, коллекцiя бульдоговъ, разборная штанга на 6 пудовъ, 2 вѣсовыхъ двухпудовки, 4 силорода системъ доктора Феллана и Сандова, аппаратъ для развитiя кистей.

По шведской гимнастикѣ завѣдующимъ курсами (И. В. Лебедевымъ) были произведены надъ нѣкоторыми студентами періодическiя измѣренiя объема груди.

Объемъ груди съ  
вдыханiемъ при  
поднятыхъ вверхъ  
рукахъ.

}	Э. Бриккертъ—ноябрь 83 ст. 12 декабря 85 ст.
	П. А. Карпинскiй—ноябрь 92½ ст. 23 декабря 95½ ст.
	Г. А. Спѣвачевскiй—12 декабря 93 ст. 23 декабря 96½ ст. 13 Января 98 ст.

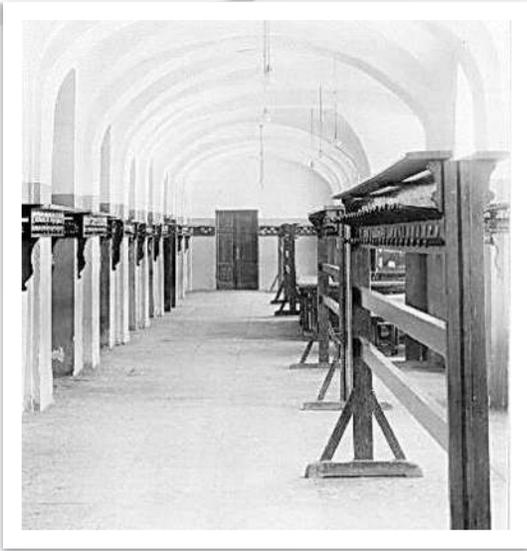
## 14 ноября 1901 года

(01 ноября по ст. стилю)

- Открытие «**Курсов шведской гимнастики и атлетики**» в Петербургском университете.
- Проект был утвержден министром просвещения Н.С.Ванновским.
- Эту дату принято считать **началом организованных занятий в студенческом спорте.**
- Заведующим курсами был назначен сам Иван Владимирович Лебедев



## КУРСЫ ШВЕДСКОЙ ГИМНАСТИКИ И АТЛЕТИКИ



*СПбГУ, шинельная*



*СПбГУ, ботанический сад*

- Сначала курсы располагались в помещении университетской **шинельной**, в теплое время занятия проходили в университетском **ботаническом саду**.
- В **ноябре 1903 г.** курсы были переведены в другое, более удобное, помещение, состоящее из двух комнат, в одной из которых вскоре был устроен холодный душ.
- В **1903 г.** общее число занимающихся было 2300 при 117 днях занятий.
- **Программа занятий**, разработанная И.В.Лебедевым, включала **гимнастику с легкими гирями, атлетику и шведскую гимнастику**.



## «ПРОФЕССОР АТЛЕТИКИ»

- Так как жалованье (50 руб. в месяц) И.В.Лебедеву платили не 20 числа, как всем служащим, а 1-го, вместе с профессорами, то его с тех пор и стали называть **«профессором атлетики»**, как преподавателя университета.
- На курсах проводились и **соревнования** по поднятию тяжестей. Лучшие атлеты университета награждались медалями, а за рекорды выдавались дипломы – карточки, а за выдающиеся результаты – жетоны и медали.
- Поскольку занятия и тренировки на курсах были не обязательными, а добровольными – для всех желающих, то это **первый признак спортивного**, а не учебного образования.
- В своих дневниковых записях, хранящихся вместе с другими его документами в Центральном Государственном архиве литературы и искусства С.-Петербурга (ЦГАЛИ СПб), Лебедев спрашивает:  
**«Интересно знать, – помянет ли кто меня добрым словом?»**



*Групповое фото активистов курсов  
с Ректором университета 1903-1905 г*



## Кирюхина Софья Михайловна

*тренер по силовой подготовке*

Обучающаяся 1 курса магистратуры  
по направлению «Спортивное право»

**Мастер спорта России  
по классическому пауэрлифтингу**

Член сборной команды Санкт-Петербурга

### *Достижения:*

Абсолютная чемпионка Открытого  
чемпионата Эстонии 2020 г.

Многочисленная чемпионка Санкт-Петербурга  
по пауэрлифтингу и жиму лежа.





## ЗАЛ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ



**Адрес:**

Измайловский пр., д.27, лит. "В"

**Площадь:**

166,9 кв.м.

**Пропускная способность:**

25 чел./час.

**Виды спорта/занятий:**

ОФП; Фитнес; Пауэрлифтинг



## ЗАНЯТИЯ ПО СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ СБОРНЫХ КОМАНД



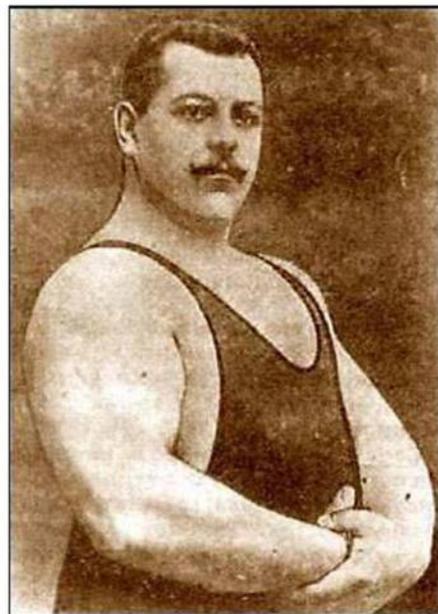
*Понедельник, вторник, четверг 20:00 – 21:30*



*Понедельник, вторник, четверг 18:30 – 20:00*



## Соревнования по народному жиму Кубок Дяди Вани



*Соревнования памяти Ивана Владимировича Лебедева - основателя первого в СПбГУ атлетического кружка.*

**18:00** - регистрация участников

**18:30** - церемония открытия

**18:40** - начало соревнований

**Категории участников:**

- женщины
- мужчины (до 75 кг)
- мужчины (75+ кг)

*Приглашаем всех обучающихся, сотрудников и выпускников СПбГУ принять участие!*





**«Народный жим»** – это многоповторный жим штанги лежа, на максимальное количество повторений, в соответствии с установленными правилами, выполняемый без использования экипировки, за отведенное количество времени.

### **Правила:**

- 1) Перед началом соревнований каждый атлет проходит взвешивание. С учетом прохождения процедуры взвешивания, будет определена последовательность выполнения упражнения каждым участником и рассчитан вес на штанге (женщины - 20 кг, мужчины до 75 кг - 30 кг, мужчины 75+ кг - 35 кг).
- 2) Упражнения выполняется лёжа на скамье (голова, плечи и ягодицы должны полностью соприкасаться с поверхностью скамьи). Подошва должна быть полностью на полу (ноги на носки ставить запрещено).
- 3) Атлет выполняет только один подход.
- 4) Ширину хвата каждый атлет определяет самостоятельно (расстояние между руками на грифе, которое измеряется между указательными пальцами, не должно превышать 81 см.). После снятия штанги со стоек на полностью выпрямленные руки атлет ждёт команду от судьи «жим» и начинает выполнение упражнения (опускает штангу на грудь и поднимает в исходное положение). Судья вслух считает количество повторений.
- 5) Спортсмен может делать остановки при выполнении упражнения, и отдыхать неограниченное количество раз в верхнем положении «штанга на прямых руках», но не более 5 секунд за одну остановку, и в рамках отведенного времени на выполнение упражнения (не более 10 минут). Старший судья засекает время отдыха и после его окончания дает команду «Жим» для продолжения выполнения упражнения. Если спортсмен не выполняет команду, то раздается следующая команда «На стойки», говорящая об окончании выполнения упражнения и подведения итогов с оглашением количества зафиксированных повторений.
- 6) По истечении 10 минут звучит финальная команда "Время". После чего главный судья оглашает засчитанное количество повторений. Каждый атлет использует то количество времени на подход, которое считает нужным, но в рамках отведенных 10 минут, не более.



*Кiryухина Софья Михайловна*  
*s.kiryukhina@spbu.ru*

## **Приглашаем**

**06 апреля 2022 года**

обучающихся, сотрудников и абитуриентов  
принять участие в первом  
Чемпионате СПбГУ по «Народному жиму»

## **Кубок «Дяди Вани»**

*посвященном*

*Ивану Владимировичу Лебедеву*

## Контакты

Заведующий спортивным клубом СПбГУ

**Коротченков Дмитрий Константинович**

+79218943009

st054785@student.spbu.ru

[vk.com/spbu.sport](https://vk.com/spbu.sport)

[uosd.spbu.ru/UOSDmain.php](https://uosd.spbu.ru/UOSDmain.php)