

Спорт – просто космос: в России стартовал спортивный конкурс

С 15 июня по 12 июля любители активного образа жизни смогут принять участие в совместном конкурсе Минспорта России и Роскосмоса и стать ближе к звездам, продемонстрировав свои спортивные результаты.

Чтобы стать космонавтом, требуется высокий уровень физической подготовки. А посетить Центр подготовки космонавтов им Ю. Гагарина и испытать свои силы можно уже сейчас, сняв лучший ролик с выполнением упражнений из перечня нормативов космонавтов или любой другой физической активностью. Ознакомиться с правилами конкурса и информацией о призах можно на сайте СПОРТПРОСТОКОСМОС.РФ. Результаты конкурса будут объявлены 3 августа 2026 года.

Этот год – особенный для отечественной космонавтики: 65-лет первого полета человека в космос, объявлен 5-ый открытый отбор в отряд космонавтов Роскосмоса, в России прошла первая Неделя космоса.

К участию в конкурсе приглашаются все желающие, а самым спортивным конкурсантам предлагается выполнить задания, которые проходят кандидаты при реальном отборе в отряд космонавтов Роскосмоса.

Конкурс приурочен к старту рекламной кампании «Глаза боятся – руки делают» государственной программы «Спорт России». Цель кампании – мотивировать россиян регулярно заниматься спортом. Видео в формате музыкального клипа транслируется на федеральных телеканалах и в сети, а аудиотрек, написанный специально для кампании, размещен в социальных сетях.

«Минспорт России и Роскосмос начали совместный [конкурс](#) «Спорт – просто космос». Его идея в том, чтобы мотивировать как можно больше наших граждан выходить на ближайшие спортивные площадки, в спортзалы, бассейны, секции и благодаря регулярным тренировкам становиться быстрее, сильнее, красивее.

Чтобы начать, не нужно ждать понедельника или чего-то стесняться. Выйти на первую тренировку можно уже сегодня, а еще лучше – поделиться впечатлениями и рассказать об этом в соцсетях, чтобы зарядить на спорт еще и своих друзей. Призом для самых активных участников конкурса станет приглашение в Центр подготовки космонавтов им. Ю. Гагарина.

Одна из ключевых спортивных целей развития России вовлечь к 2030 г. 70% граждан в регулярные занятия спортом. Сейчас этот показатель на уровне 62,6%. Чтобы систематически повышать его, в рамках госпрограммы «Спорт России» по поручению Президента России В. В. Путина последовательно создаются условия, чтобы каждый мог вести активный образ жизни. Развивается спортивная инфраструктура и такие массовые программы как комплекс ГТО, расширяется сетка массовых соревнований, ведется активная социальная реклама физкультуры и спорта», – прокомментировал министр спорта, председатель Олимпийского комитета России Михаил Дегтярев.

С 2019 года при государственной поддержке в России построено более 600 капитальных спортивных объектов, а также порядка 3 тыс. некапитальных (площадки ГТО, «умные» спортивные площадки, модульные спортивные сооружения, ФОКОТы, футбольные поля). С 2025 года по госпрограмме в регионах будет появляться не менее 350 современных спортивных комплексов в год. Дворцы спорта, ледовые арены, универсальные залы, бассейны и катки будут возводиться не только в крупных городах, но и в малых населенных пунктах.

«Раньше дети на вопрос “Кем ты хочешь стать?” часто отвечали – “Космонавтом”. Представители этой профессии должны иметь отличную физическую подготовку и отличное здоровье. Чтобы с каждым днем становиться ближе к своей мечте, вести активный образ жизни, достаточно начать с малого – выйти на площадку возле дома и попробовать выполнить упражнения. Мы хотим показать, что заниматься спортом и получать заряд активности может каждый, невзирая на возраст или опыт физической активности. Секрет успеха – начать действовать и не останавливаться на достигнутом», – подчеркнула генеральный директор АНО «Национальные приоритеты» София Малявина.

Чтобы принять участие, необходимо загрузить на свою страницу в ВК вертикальное видео с выполнением одного из упражнений из перечня нормативов космонавтов: бег, подтягивания, угол в упоре, прыжок в длину с места, наклон вперед, плавание или

любой другой двигательной активностью [под аудиотрек рекламной кампании «Глаза боятся – руки делают»](#)
с хэштегом #спортпростокосмос.

Главный приз для победителя в возрасте от 14 до 18 лет – посещение Центра подготовки космонавтов им. Ю. Гагарина, а для совершеннолетнего победителя – настоящая тренировка с космонавтами. Финалисты конкурса получают призы от Роскосмоса и подарки от Минспорта!

Правила конкурса на сайте [СПОРТПРОСТОКОСМОС.РФ](#) .