

Проект на тему: Гордость города Волгодонска.

Юлия Ефимова



Выполнила: ученица МБОУ
«Лицей №16»
4 «Б» класса
Абросимова Дарья

Юлия Андреевна Ефимова (род. 3
апреля 1992, Грозный, Россия) —
Российская пловчиха, трёхкратный
призёр Олимпийских игр 2012 и 2016
годов, пятикратная чемпионка мира,
трёхкратная чемпионка
Европы, заслуженный
мастер спорта России.





Победа Ефимовой на дистанции 50 метров брассом в Риме в 2009 году стала первой победой в бассейне для российского женского плавания на чемпионатах мира.

Юлия родилась в Грозном, но из-за разразившейся в Чеченской Республике войны ее семья переехала в Ростовскую область и обосновалась в городе Волгодонске. Сначала мама отдала ее на спортивную акробатику и танцы, но отец Андрей Михайлович, который был тренером по плаванию, настоял на том, чтобы забрать дочь в свою секцию. Он же прививал Юле мысль, что она – будущая чемпионка.





Отец Юлии Ефимовой является приверженцем теории, что ребенок должен научиться плавать еще до того, как сможет ходить. Поэтому девочка не боялась воды и умела на ней уверенно держаться уже к двум годам.



*До 2011 года проживала в
Таганроге, где тренировалась у
заслуженного тренера России
Ирины Вятчаниной.*



С марта 2011 по 2016 годы спортсменка проживала в Калифорнии и тренировалась у Дэвида Сало. После Олимпиады в Рио-де-Жанейро из-за допингового скандала Ефимовой пришлось расстаться с Сало. В настоящее время вновь тренируется под руководством отца.

Юлия Ефимова – трёхкратная чемпионка Европы 2007 года в плавании на короткой воде (50, 100 и 200 метров брассом), чемпионка (200 м брассом) и серебряный призёр (50 м) чемпионата Европы 2008 года. Рекордсменка Европы и чемпионатов Европы на дистанции 100 м брассом.



Юлия Ефимова – участница
Олимпийских игр 2008 года в Пекине,
где заняла 4-е место на дистанции
100 метров и 5-е на 200 метров
брассом.

В 2008 году Всероссийская федерация
плаванья признала Юлию Ефимову
лучшей пловчихой страны и
«Открытием года».

В 2010 году она завоевала две медали
высшей пробы на чемпионате Европы
по водным видам спорта 2010 на
дистанциях 50 и 100 метров
брассом.

На Олимпийских играх в Лондоне в
2012 году завоевала бронзовую медаль
на дистанции 200 метров брассом с
результатом 2.20,92 минуты.





В 2013 году на чемпионате мира в Барселоне Юлия завоевала золотую медаль на дистанции 200 метров

В августе 2015 года, через пять месяцев после завершения срока дисквалификации, на чемпионате мира в Казани впервые в карьере выиграла золото на дистанции 100 метров брассом,

В июле 2016 года заняла первое место на турнире в Лос-Анджелесе в заплыве на 200 метров брассом, показав лучший результат в сезоне. Международная федерация плавания

отказалась допустить спортсменку к Олимпийским играм

2016 года, однако спортсменка подала иск в Спортивный арбитражный суд, который отменил запрет на её участие в Олимпиаде.

В настоящее время (июль 2017) владеет всеми рекордами России в брассовых дисциплинах.

Награды Юлии



«Серебряная лань» — лучший спортсмен года (Федерация спортивных журналистов России, 18 декабря 2013 года)

Орден Дружбы (25 августа 2016 года) — за высокие спортивные достижения на Играх Олимпиады 2016 года в городе Рио-де-Жанейро (Бразилия), проявленные волю к победе и целеустремленность.

Медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени (13 августа 2012 года) — за большой вклад в развитие физической культуры и спорта, высокие спортивные достижения на Играх Олимпиады 2012 года в городе Лондоне.

Заслуженный мастер спорта России (5 апреля 2010 года).

Почётная грамота Президента Российской Федерации (19 июля 2013 года) — за высокие спортивные достижения на XXVII Всемирной летней универсиаде 2013 года в городе Казани.

Почётный гражданин города Волгодонска (4 июня 2008 года).



Работа над проектом была очень
увлекательной и интересной!



Я думаю, мы должны гордиться
такими людьми, как Юлия
Ефимова. Брать с них пример,
ставить перед собой цели, много и
упорно трудиться, чтобы их
достичь.

Равнение только на
лучших!!!