

Национальный государственный
университет
физической культуры, спорта
и здоровья
имени П. Ф. Лесгафта
Санкт-Петербург



ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ
СТУДЕНЧЕСКАЯ
УЧЕБНАЯ ГАЗЕТА

№ 08 (22)

октябрь
2020 года

**SPb Open-2020:
новая обертка, старая начинка**

Турнир получил новый статус,
но лишился изюминки
и стал вторичным

стр. 4

**FIFA 21: никогда такого не было,
и вот опять**

Команда разработчиков EA
не учится на своих ошибках
и игнорирует аудиторию

стр. 7

**Спортсмены, заболевшие
коронавирусом**

COVID-19 поражает всех
без разбора – досталось даже
португальцу Роналду

стр. 8



pub.twimg.com

**ОЛЬГА НИКИТИНА:
«НАДО БЫТЬ НА НЕСКОЛЬКО
ГОЛОВ ВЫШЕ ПРОТИВНИКА»**

стр. 2–3

спортивный интерес

ОЛЬГА НИКИТИНА: «НАДО БЫТЬ НА НЕСКОЛЬКО ГОЛОВ ВЫШЕ ПРОТИВНИКА»

Фехтование — это искусство наносить уколы и удары, не получая их. Чемпионка мира и Европы в команде, четырехкратная чемпионка России Ольга Никитина рассказала об особенностях фехтования и о достижениях в этом виде спорта.



Иван СОКОЛЬЦОВ

Ольга Никитина занимает первую строчку в российском рейтинге по женской сабле. Воспитанница Анзора Исаковича Гагулашвили, в 19 лет ставшая заслуженным мастером спорта, в интервью нашей газете рассказала об уникальности фехтования и о целях, которые должны быть у профессионального спортсмена.

— Вы занимаетесь фехтованием с 2007 года. Почему выбрали именно его?

— Я изначально занималась фигурным катанием. Потом там не сложилось, и у меня был выбор: пойти на легкую атлетику, плавание или фехтование. Именно тогда был набор в ЦСКА моего года. И мне фехтование показалось наиболее интересным видом спорта, потому что там надо думать, меняться, обыгрывать противника. А плавание и бег — это просто более монотонные виды спорта. И я пошла на фехтование. Мне очень повезло, я попала к шикарному тренеру. И я очень рада, что так получилось.

— Какой режим тренировок должен быть у фехтовальщика для достижения максимального результата?

— Это у каждого индивидуально. Самое главное, чтобы ты понимал несколько вещей: зачем ты пришел на тренировку, что тебе надо делать, что надо отрабатывать, чтобы голова постоянно работала на тренировке. Чтобы ты не просто так отбивал номер, а действительно работал целенаправленно и разумно.

— Сколько раз в неделю проходят тренировки?



ОЛЬГА — ЧЕМПИОНКА МИРА (БУДАПЕШТ, ВЕНГРИЯ) И ЧЕМПИОНКА ЕВРОПЫ (ДЮССЕЛЬДОРФ, ГЕРМАНИЯ) В КОМАНДНОЙ САБЛЕ. ОБЕ ПОБЕДЫ СЛУЧИЛИСЬ В 2019 ГОДУ

— На сборах по два раза в день, пять-шесть раз в неделю. Когда дома: шесть раз в неделю по одной тренировке.

— Скорость, выносливость, быстрота реакции. Какие качества важнее для фехтовальщика?

— Они все важны. Главное, чтобы голова работала хорошо, чтобы человек умел обыгрывать. А так, они все одинаково важны. Если какой-то компонент убрать, то ты уже не будешь

достаточно сильным, ты не будешь всех побеждать. Все важно, над всем надо работать.

— Экипировка фехтовальщика — это целый чемодан вещей. Из чего он состоит?

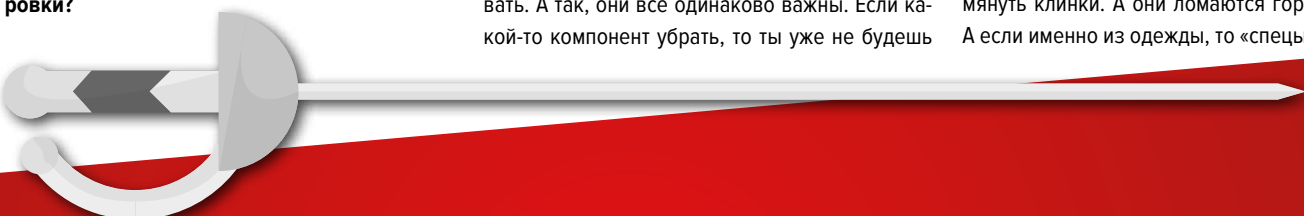
— Маска. Не шлем, не каска, а обязательно маска. Белый костюм: защита, набочник. Электрокуртка, шнуры, гетры, кроссовки. И сабли, несколько штук. Это чисто фехтовальная экипировка.

— Какую вещь из спортивного гардероба чаще всего приходится менять?

— Кроссовки. У нас «спецы» очень часто протираются, поэтому мы их постоянно меняем.

— И как часто?

— Где-то раз в полгода. Но также стоит упомянуть клинки. А они ломаются гораздо чаще. А если именно из одежды, то «спецы».



— **Эмоции на дорожке. Почему фехтовальщики кричат?**

— Потому что это выплеск эмоций. Когда ты выходишь на дорожку, тебе очень страшно. Это помогает внутри, помогает справляться с эмоциями и выплескивать негативную энергию. Тебя наоборот заряжает этот крик. То есть ты настраиваешься через него.

— **Этот крик направлен в сторону соперника или в окружающую среду?**

— Больше в окружающую среду. Конечно, бывают такие моменты, когда он направлен на противника, но не в плохом смысле. Больше в окружающую среду, больше для себя.

— **Как совмещать учебу и спорт?**

— Самое главное, чтобы было желание. Потому что после долгих тренировок остается мало сил. Если человек действительно хочет учиться, то ему надо просто заставить себя заниматься. И ездить в институт после тренировок или до, вставать рано утром. Повторюсь, самое главное, чтобы было желание. И тогда можно совместить и то, и другое.

— **Каких цели обязан достичь спортсмен?**

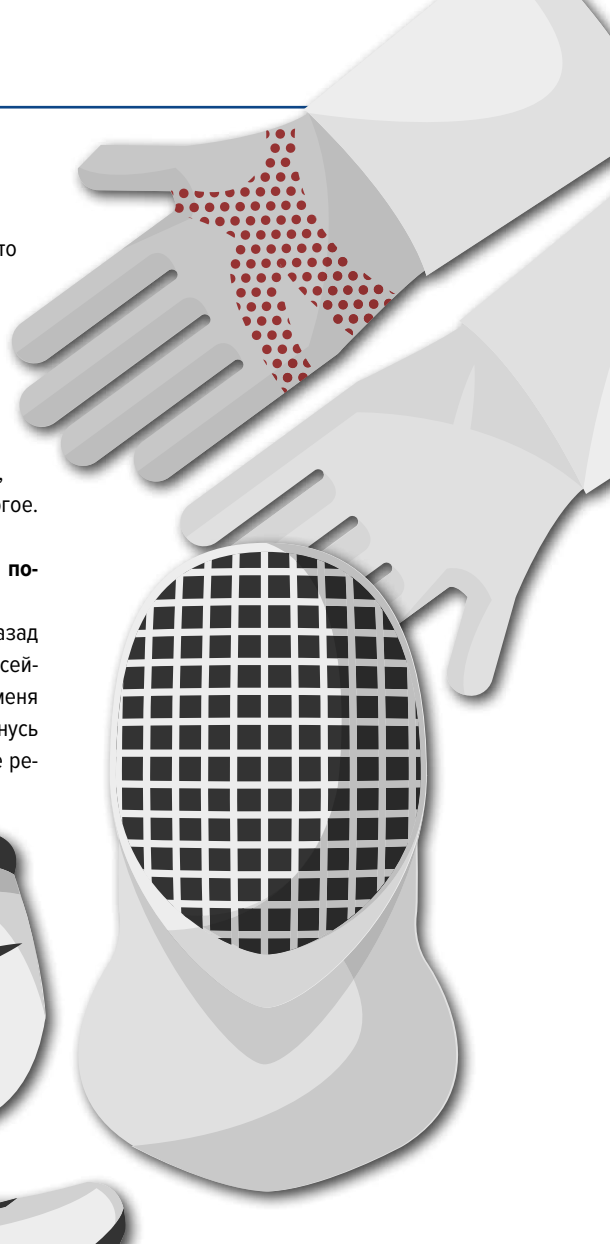
— Главная цель — это Олимпиада. Я считаю, если ты действительно профессионально занимаешься, то это золото Олимпиады и чемпионата мира.

— **Насколько достижение целей зависит от судейских ошибок?**

— Мне всегда мой тренер говорил, что надо быть на несколько голов выше других противников, потому что все мы люди и все мы ошибаемся. И если судья ошибся, ничего страшного. Ты должен все равно строить цепочку, наносить такие удары, чтобы было сразу понято, что ты нанес этот удар. Поэтому я считаю, что от судейских ошибок зависит немного. Если человек сильнее, он выиграет.

— **Как спортсмен может развиваться после достижения спортивных целей?**

— Я пока не знаю. Четыре месяца назад у меня были совершенно другие планы, сейчас они немножко поменялись. Тренером меня не очень тянет быть, но, возможно, останусь в сфере спорта, возможно — нет. Я еще не решила. Сейчас я фехтую и думаю о победах.



теннис

SPB OPEN-2020: НОВАЯ ОБЕРТКА, СТАРАЯ НАЧИНКА

В Санкт-Петербурге завершился юбилейный, 25-й St.Petersburg Open, получивший в этом сезоне статус выше, чем предыдущие. Однако изменения, которые турнир претерпел за год, не скрыли вторичность происходящего на корте «Сибур Арены».



Александр НЕПРАШ

Теннисный сезон в 2020 году — вещь уникальная, как и в каждом из видов спорта. Игроки не выступали с марта по август на официальных турнирах, организаторы отказывались от проведения или переносили сроки — в общем, был настоящий хаос.

После ряда таких переносов казалось, что турнир в Санкт-Петербурге обречен на отмену — на его дату перенесли «Ролан Гаррос», на который поедет вся элита мужского тенниса, сама Россия сейчас переживает не лучшие времена борьбы с коронавирусом. Однако организаторы питерского турнира умудрились не только сместить сроки проведения, но еще и выбить у боссов АТР новый статус: вместо АТР 250 он получил уровень АТР 500, что означало приезд новых звезд и ожесточенную борьбу уже не за 250 очков, а за престижные 500 поинтов.

После объявления нового статуса все стало похоже на сказку: в Россию едут сразу несколько игроков десятки, среди которых и дебютирующий здесь Стефанос Циципас, трибуны будут заполнены фанатами — ведь объявили продажу билетов. По факту же все оказалось куда прозаичней: Циципас отказался гнать в Санкт-Петербург, фанаты получили лишь 50% арены, а на кортах выступали уже привычные всем лица — любимцы публики Медведев, Хачанов и Ру-

блев, а также с десяток крепких игроков уровня АТР.

Да, на турнире были небольшие сенсации — тот же проигрыш Медведева в четвертьфинале турнира, где ему нужно было защищать титул. Но в остальном, SPb Open-2020 просто копировал все ходы прошлого года. В частности, мы успели посмотреть на российское дерби, увидеть в финале хорвата Борну Чорича и порадоваться успеху российского теннисиста, который забрал чашку. Ощущение дежавю не покидало вообще ни на секунду — будто ты просто включил полный повтор турнира-2019, но кто-то напакостил и поменял фамилии в некоторых матчах.

Да, были новшества с отсутствием линейных арбитров

зультатах турнира, а об очень странном поведении американца.

Вторым интересным кейсом этого турнира стала перепалка русскоговорящего канадца Дениса Шаповалова с болельщиком в полуфинале против Рублева. Молодой Денис знатно прибавил в ментальном смысле после старта работы с легендой российского тенниса Михаилом Южным, но в этот раз он выпустил старого себя наружу и начал грубую перепалку с фанатом Андрея. Этот момент также был в центре внимания медиа и фанатов, едва ли не важнее, чем успех Рублева. Чего же тогда стоит турнир, если перепалка может перекрыть восторг от победы соотечественника?

SPB OPEN-2020 — ЛИШЬ ЗАНОВО СОЗДАННАЯ ОБЕРТКА, НАКРЫВАЮЩАЯ СВЕРХУ ТО, ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПРОШЛОМ ГОДУ. НОЛЬ ИНТЕРЕСА, НОЛЬ ПРОГРЕССА, ДВЕ ЗАБАВНЫЕ НОВОСТИ

и физических контактов между теннисистами, болельщиками и журналистами — все взаимодействовали в онлайн-формате. Но это лишь заново созданная обертка, которая сверху накрыла то, что происходило в прошлом году. Ноль интереса, ноль прогресса, две забавные новости.

Турнир украсили даже не победа Рублева или вылет Медведева. Сначала с турнира снялся Сэм Куэрри, заболевший коронавирусом. Не дождавшись повторного теста спустя неделю, он со своей семьей самовольно покинул отель и рванул на частном самолете в Европу. Этот случай взорвал российские медиа, которые на протяжении нескольких дней говорили не о ре-



instagram.com



instagram.com

видеоигры и киберспорт.

FIFA 21: НИКОГДА ТАКОГО НЕ БЫЛО, И ВОТ ОПЯТЬ

Компания EA SPORTS выпустила очередную часть серии FIFA. Канадские разработчики не понимают: если мусор долго не выбрасывать, он будет пахнуть только сильнее.



Олег БАЙРАМОВ

9 октября состоялся долгожданный релиз FIFA 21. В анонсе очередной части EA пообещали фанатам большое количество нововведений, которые выведут серию игр на новый уровень в плане киберспорта. Отчасти эти слова подтвердились — в симуляторе появились новые фишки: управление игроком без мяча, улучшенные модели футболистов и их поведение на поле, реалистичные навесы и прессинг. В плане организации канадцы также подтянули игру: добавили соревновательный кооп-режим (теперь можно играть на результат вместе с другом за одну команду) и увеличили список лидеров в Weekend League с топ-100 до топ-200.

Обновление и новинки — это хорошо, но таким способом EA пытается закрыть глаза игроков на серьезные проблемы симулятора. Всех раздражали скрипты — алгоритм действий искусственного интеллекта, который может активно влиять на ход матча и давать преимущество одному из игроков. Всех раздражало плохое соединение, из-за которого невозможно играть без задержек. Разработчики уже в который раз проигнорировали мольбы игроков и сделали все по-своему.

Разработчики в принципе отказываются прикасаться к боль-



ным точкам игры: с 2017-го FIFA не прогрессирует ни в графике, ни в геймплее. К визуальной части вопросов меньше: EA ориентируется на графические возможности игровых приставок, чьи ресурсы в прогрессе исчерпали себя еще в 2017 году. Но игнорирование проблем с соединением и геймплеем прощать канадцам уже нельзя. Финансы для создания качественной игры и увеличения количества серверов у EA есть: не зря же они тратят миллионы долларов на приглашение звезд футбола и разрабатывают особые анимации игроков. Видимо, нет желания.

Фанатам FIFA можно лишь посочувствовать. Они не верят в изменения, понимают неизбежность проблем, но все равно покупают ее за баснословные 5–7 тысяч рублей. Многие из игроков вкладывают и еще большие деньги для улучшения состава — и так ежегодно по кругу.

Если с игрой все так плохо, то зачем в нее играть? Все потому, что FIFA — практически монополист в сфере футбольных симуляторов. Pro Evolution Soccer — номинальный конкурент «Фифы» — хоть и не похожа на канадского брата, но футбольные болельщики регулярно отвергают японский продукт на подсознательном уровне. Никто не ждет от Konami, разработчика PES, революции — потому они и сами перестали создавать что-то

уникальное для привлечения новых игроков. В EA же не чувствуют конкуренции и продолжают «клепать» однотипную жвачку с одной целью — выкачивание денег у потребителя.

Вердикт — игра не стоит своих денег. Если же вы хотите поиграть за любимых футболистов, то лучше сходите в любое заведение, где есть возможность запустить игру на консоли — так вы потратите гораздо меньше нервов и средств.



lifestyle

АЛТИМАТ. ИГРА ИЛИ РАЗВЛЕЧЕНИЕ?

Каждый из нас не раз кидал тарелку фрисби на пикнике. А что, если друзей разбить на команды, одеть их в спортивную форму и перенести на большое поле? В этом случае мы получим игру алтимат, серьезный вид спорта, со своими сборными и чемпионатами.



Диана АСЛАНДЗИЯ

Главные идеи игры в алтимат — это уважение к сопернику и удовольствие от процесса. Цель игры проста — заработать как можно больше очков. Сделать это можно, пасуя диск партнеру по команде, который находится в зоне противника. Всего на поле может быть от пяти до семи человек. И главное — это зрелищно! Тарелка неустанно летает по залу, игроки грациозно выпрыгивают за диском и быстро перемещаются с одной части площадки в другую.

Первыми начали играть в алтимат ученики школы Колумбия, штат Нью-Джерси. В 1968 году были организованы первые регу-

лярные игры между разными командами. Именно 1968-й считается годом изобретения алтимата. В Россию алтимат привезли канадские школьники, приехавшие по обмену в 1989 году в Санкт-Петербург. В столицу нашей родины игра пришла чуть позднее, в 1996 году.

Удивительно, но в игре отсутствуют судьи: роли арбитров исполняют сами игроки. Участники должны сами решать все возникающие между командами разногласия. Однако в игре могут также присутствовать наблюдатели, которые обычно помогают игрокам решать вопросы судейства.

**ФАКТ**

В алтимат принимают как мужские и женские команды, так и смешанные коллективы.

После каждого турнира две отыгравшие команды собираются в круг и обсуждают прошедшую игру, а затем ставят баллы противнику по следующим критериям:

- знание и использование правил;
- фолы и физические контакты;
- справедливость;
- позитивное отношение.

Команда, которая получает больше всех баллов в среднем, получает награду за «дух игры». Например, в алтимате фолы и симуляции, которыми иногда злоупотребляют в футболе, истолковываются как неспортивное поведение. За «низкий дух» или нечестность могут не пустить на международные соревнования. Это служит большой мотивацией для чистой и максимально приятной игры.

На турнирах обычно присутствуют скорпиер — человек, который следит за счетом и таймкиперы — люди, отвечающие за время игры. Также существует главный судья, который помогает решать спорные вопросы по регламенту турнира.

Игровой уровень команд последнее время стремительно растет, и российские сборные уже не первый год достойно выступают на европейских и мировых турнирах. В 2013 году женская сборная России выиграла чемпионат Европы по пляжному алтимату, а в 2015-м взяла серебро на ЧМ. В 2017 году наши девушки в финале пляжного чемпионата мира совершили невероятный камбек: проигрывая со счетом 6:10, женская сборная вырвала у США победу — 11:10 и стала чемпионом первенства. Так что Россия совсем не отстает в этом интересном виде спорта.

Казалось бы, фрисби в повседневной жизни — это обычный вид развлечения на пикнике с друзьями или веселое времяпрепровождение в приятной компании. Если же посмотреть на игру другим взглядом, то это — профессиональный вид спорта со своими правилами, эмоциями и важными чемпионатами.



смешанные единоборства

Скандально известный боец Конор Макгрегор снова возобновил карьеру и анонсировал бой с Дастином Порье — он пройдет 23 января 2021 года. Этот поединок будет вторым в их карьере. Шесть лет назад Макгрегор нокаутировал Порье за 106 секунд.

КОРОЛЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ



Артур МУРАДОВ

Это уже третье возвращение ирландца после официального завершения карьеры. Однако именно оно казалось всем наименее вероятным, и дело здесь не только в возрасте бывшего чемпиона. Официальную договоренность о бое в UFC следует воспринимать, скорее как большую удачу, и на это есть несколько причин.

ВНУТРЕННИЕ ПРОБЛЕМЫ

Еще осенью 2018 года было заметно, что Конор не соблюдает режим и куда больше сил вкладывает в рекламу своего нового виски, чем в раскрутку боев. Опоздания и пропуски пресс-конференций перед боем с Хабибом списывались всеми на психологические уловки ирландца и особым геймпланом. Однако после поражения бывший чемпион признавался, что был далеко не в самых идеальных кондициях. «В последний раз я пил пару месяцев назад или три-четыре... Во время подготовки к бою с Хабибом тоже пил. Это не обычное дело в моей карьере. Зачем? Не знаю, просто хотел этот яд», — признался Макгрегор в интервью ESPN.

После поражения в бою с Хабибом бывший чемпион завершил карьеру во второй раз. Конор объяснил свое решение отказом со стороны UFC отдать ему часть акций компании. Когда президент промоушна Дана Уайт лишил ирландца слота главного боя, Макгрегор решил, что его имя используют для раскрутки других бойцов.



Весь 2019 год Конор не выходил в октагон. За это время его обвинили в изнасиловании, он подрался с пожилым мужчиной и поучаствовал в потасовке с дагестанцами в Москве. Именно в этот момент для всех стало очевидно, что карьера самого дорого бойца смешанного стиля почти окончена.

КОНФЛИКТ С UFC

В январе 2020 года мир все же увидел Конора в бою с Дональдом Серроне. UFC подобрали ирландцу стилистически удобного соперника с именем и достаточно большой фанбазой. Макгрегор одержал легкую победу, нокаутировав «ковбоя» за 40 секунд. «Король вернулся», — сказал нокаутер в интервью после боя. Только через долгое время стало ясно, что подразумевал под Макгрегор под этой фразой: бывший чемпион хотел провести много боев за относительно короткий промежуток времени.

Это и стало предпосылкой для очередного конфликта с промоушном и третьего завершения карьеры. Если верить

переписке Конора и Уайта, слитой ирландцем в сеть в конце сентября, Макгрегор просил бой весной с Диего Санчесом — он не хотел долго простаивать без боя. В UFC же отказали ирландцу, сославшись на то, что Санчес — не боец уровня бывшего чемпиона. Уайт предложил бывшему чемпиону дождаться мая и сразиться с Джастином Гейджи. Ирландец отказался и летом объявил о завершении карьеры в третий раз.

ВСЕГДА 2019 ГОД КОНОР НЕ ВЫХОДИЛ В ОКТАГОН. ЗА ЭТО ВРЕМЯ ЕГО ОБВИНИЛИ В ИЗНАСИЛОВАНИИ, ОН ПОДРАЛСЯ С ПОЖИЛЫМ МУЖЧИНОЙ И ПОУЧАСТВОВАЛ В ПОТАСОВКЕ С ДАГЕСТАНЦАМИ В МОСКВЕ

Дана Уайт же отмечал, что одиозный боец сам не хотел драться и именно по этой причине UFC не смогли подписать с ним новый контракт. Тогда-то ирландец и опубликовал переписку с главой промоушна, из которой становится ясно, что желание биться у спортсмена было. На обвинения со стороны Даны Уайта в нарушении «негласного кодекса поведения» Макгрегор ответил у себя в твиттере: «Кодекс был нарушен, когда ты соврал, что я отказывался от боев, приятель. Я сказал дать мне Джастина в мае, а ты пошел к журналистам и сказал, что я не хочу драться. Дело не в Диего. Санчес был выбран, чтобы повести больше боев. Перестань врать!»

Пусть многие и не восприняли всерьез слова Конора об очередном завершении карьеры, но именно в этот раз мы могли больше не увидеть ирландца в октагоне. К счастью для фанатов, после третьего ухода почти сразу случилось и третье возвращение. Осталось лишь дождаться боя с Порье.



COVID-19

СПОРТСМЕНЫ, ЗАБОЛЕВШИЕ КОРОНАВИРУСОМ

Мир охватила пандемия коронавируса, от которой не застрахован никто из нас. Спортсмены с многомиллионными контрактами также рискуют подхватить COVID-19 и пропустить сразу несколько важных матчей или турниров.



Диана МАНЫЛОВА

Коронавирус не различает людей по профессиям: у спортсменов он встречается практически с такой же частотой, как и у других людей. Но симптоматика заболеваний у спортсменов менее выражена, так как их организм обладает большими резервными возможностями, чем существует в организме человека без регулярных тренировок.

Количество спортсменов, которые заболели коронавирусом, достаточно велико. Нужно понимать, что большая часть из них перенесли это вирусное заболевание бессимптомно или как простое респираторное заболевание.

Положительный тест на COVID-19 оказался у португальца Криштиану Роналду. Футболист покинул расположение сборной и был изолирован от окружающих. По словам нападающего, он чувствует себя хорошо и тренируется дома, а также



следит за тренировочным процессом партнеров.

Менее повезло экс-защитнику, а ныне техническому директору «Милана» Паоло Мальдини. Футболист не только потерял вкус и обоняние из-за коронавируса,

**КОРОНАВИРУС НЕ РАЗЛИЧАЕТ ЛЮДЕЙ
ПО ПРОФЕССИЯМ: У СПОРТСМЕНОВ
ОН ВСТРЕЧАЕТСЯ ПРАКТИЧЕСКИ С ТАКОЙ ЖЕ
ЧАСТОТОЙ, КАК И У ДРУГИХ ЛЮДЕЙ**

и испытывал сильную боль и давление в груди. Паоло до сих пор полностью не восстановился от болезни. Также в итальянском футболе с этим вирусом «познакомился» нападающий «Ювентуса» Пауло Дибала. Аргентинец не ощущал никаких симпто-

мов и, если бы не положительный тест, никогда бы не догадался, что в его организме побывал COVID-19.

Вирус не обошел стороной и другие виды спорта. У нападающего хоккейного клуба «Авангард» Сергея Шумакова также обнаружили коронавирус. В тренировочном процессе он участия не принимает

и сейчас изолирован от команды. По словам спортсмена, у него хорошее самочувствие.

Конечно, COVID-19 оказался и в российском спорте. Заражение коронавирусом было выявлено сразу у нескольких игроков «Локомотива», «Рубина», «Ростова» и «Динамо».

Мы желаем спортсменам скорейшего выздоровления и вам, дорогие читатели, не болеть, и придерживаться рекомендаций врачей. Всем добра и здоровья!

СТУДЕНЧЕСКАЯ УЧЕБНАЯ ГАЗЕТА

«СПОРТ-КАДРЫ»,

НГУ им. П. Ф. Лесгафта,

Санкт-Петербург,

номер 08 (22),

октябрь 2020 года.

Куратор проекта:

доцент М. С. Голокова.

Главный редактор:

Александр Непраш.

Над номером работали:

Иван Сокольников,

Олег Байрамов,

Диана Асландзия,

Артур Мурадов,

Диана Манылова.

Верстка:

Анна Александрова

Мы в Интернете:

<https://vk.com/sportkadry>

<http://www.lesgaft.spb.ru/ru/content/>

[uchebnaya-gazeta-sport-kadry](http://www.lesgaft.spb.ru/ru/content/uchebnaya-gazeta-sport-kadry)