

СПОРТ TIME

ЧЕТЫРЕ РЕКОРДА
ЗА ГОД

ИРИНА ЖУК

О ВЫСОКОЙ ПЛАНКЕ,
КОТОРУЮ ОНА
СТРЕМИТСЯ
ПРЕОДОЛЕТЬ

№3
(66)
МАРТ
2021



БАШС –
АББРЕВИАТУРА
ПОДДЕРЖКИ

ОБЪЕКТЫ И ЦЕЛИ
ЗОЖ, здоровье
и спорт в университете

НОРВЕЖСКАЯ МЕТОДИКА
ДЛЯ МОГИЛЕВСКИХ
СПОРТСМЕНОВ

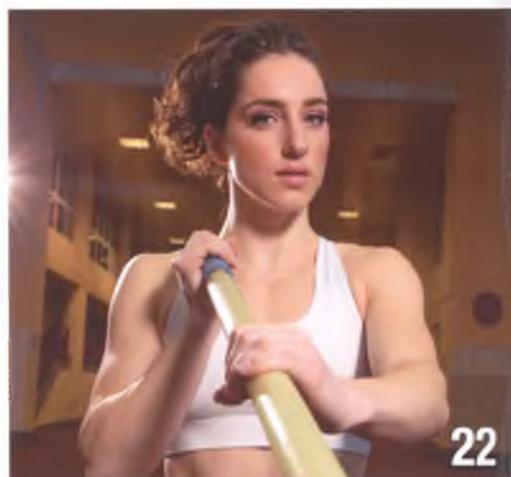
ФРИДАЙВИНГ
КАК СПОСОБ ПОНЯТЬ СЕБЯ
И СВОИ ЧУВСТВА



14



18



22



28



32



38

10 ПОДДЕРЖКА, РАЗВИТИЕ,
ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ
Как и для чего работает БАШС

28 ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР РЕКТОРА
Как заинтересовать и повести коллектив
за собой

14 ТАЛАНТЫ ДЛЯ КОРОЛЕВЫ —
НАДЕЖДА ДЛЯ СПОРТА:
Школьники в легкой атлетике

32 ВСЁ ДЛЯ СПОРТА, ВСЁ ДЛЯ
ПОБЕДЫ!
Спортивная инфраструктура главного
педагогического университета страны

18 СИНИЙ И КРАСНЫЙ:
РУКОПАШНОЕ ПРОТИВОСТОЯНИЕ

38 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ И БИАТЛОН
Могилевчане в топе

22 ИРИНА ЖУК:
«Мы сами себе устанавливаем предел,
я пока не знаю, какой он»

42 ВСЁ ПО—ВЗРОСЛОМУ
Дистанции и огневые рубежи «карасиков»
и «плотвичек»

44

МАКСИМ ЛИХОВЕЦ

Борьба
с математическим
уклоном



52

ТЕСТ ДЛЯ ЭРУДИТОВ:

не игра, но много
амплуа в одной
команде

48

РАЗВЕДКА
С САМИМ СОБОЙ

Николай Спирин о том,
как фридайвинг помогает
справляться со стрессами



56

SUPERSTARЦЫ:
ДОЛГАЯ ДОРОГА
В СПОРТЕ

СПОРТ TIME

Популярный журнал о спорте
Выходит ежемесячно
Издается с октября 2015 года
№ 03 (66), март 2021 г.

УЧРЕДИТЕЛИ:

Министерство образования Республики Беларусь
Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Белорусская ассоциация студенческого спорта
Учреждение «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов»
Редакционно-издательское учреждение
«Издательский дом «Педагогическая пресса»

СВИДЕТЕЛЬСТВО О ГОСУДАРСТВЕННОЙ

РЕГИСТРАЦИИ средства массовой информации
№ 1767 от 28.08.2019,
выдано Министерством информации
Республики Беларусь

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

74883 (инд.), 748832 (вед.), 706 (ЕРИП)

ИЗДАТЕЛЬ:

Редакционно-издательское учреждение
«Издательский дом «Педагогическая пресса»
220013, Минск, пр. Независимости, д. 77, к. 110.

ДИРЕКТОР, ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

Вадим Александрович КИШИШЕВ
Телефоны: приемный — 290-23-42 (тел./факс);
руководитель проекта — 215-05-21.
e-mail: info@nastgaz.by; sporttime@nastgaz.by
По вопросам рекламы обращаться:
falaleev@nastgaz.by

РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА

«ЖУРНАЛ «СПОРТ TIME»:
заместитель директора Издательского дома
«Педагогическая пресса»
Владимир ФАЛАЛЕЕВ

ЛИТЕРАТУРНЫЙ РЕДАКТОР:

Анастасия САДОВСКАЯ

ДИЗАЙН И ВЕРСТКА:

Наталья ЗАЛЕВСКАЯ

НА ОБЛОЖКЕ: ИРИНА ЖУК —
12-кратная чемпионка Беларуси,
бронзовый призер чемпионата Европы по легкой
атлетике – 2021 (Торунь, Польша)
Фотография обложки: Мария КОЖДАН
Фотография задней обложки: Александр
АНТАШКЕВИЧ

Отпечатано: Республиканское унитарное
предприятие «СтройМедиаПроект»
220123, г. Минск, ул. В. Хоружей, 13/61
Свидетельство о ЛП №02330/071 от 23.01.2014

Подписано в печать 23.03.2021.
Формат 64x90/8. Бумага мелованная матовая.
Печать цифровая. Усл. печ. л. 7,5. Уч.-изд. л. 9,54.

Тираж 262 экз. Заказ 245.
Цена свободная.

© Редакционно-издательское учреждение
«Издательский дом «Педагогическая пресса»

Любое использование материалов, фрагментов
из них, размещение в иных источниках
информации без письменного разрешения
редакции запрещены. Мнение авторов может
не совпадать с точкой зрения редакции.
Материалы не рецензируются