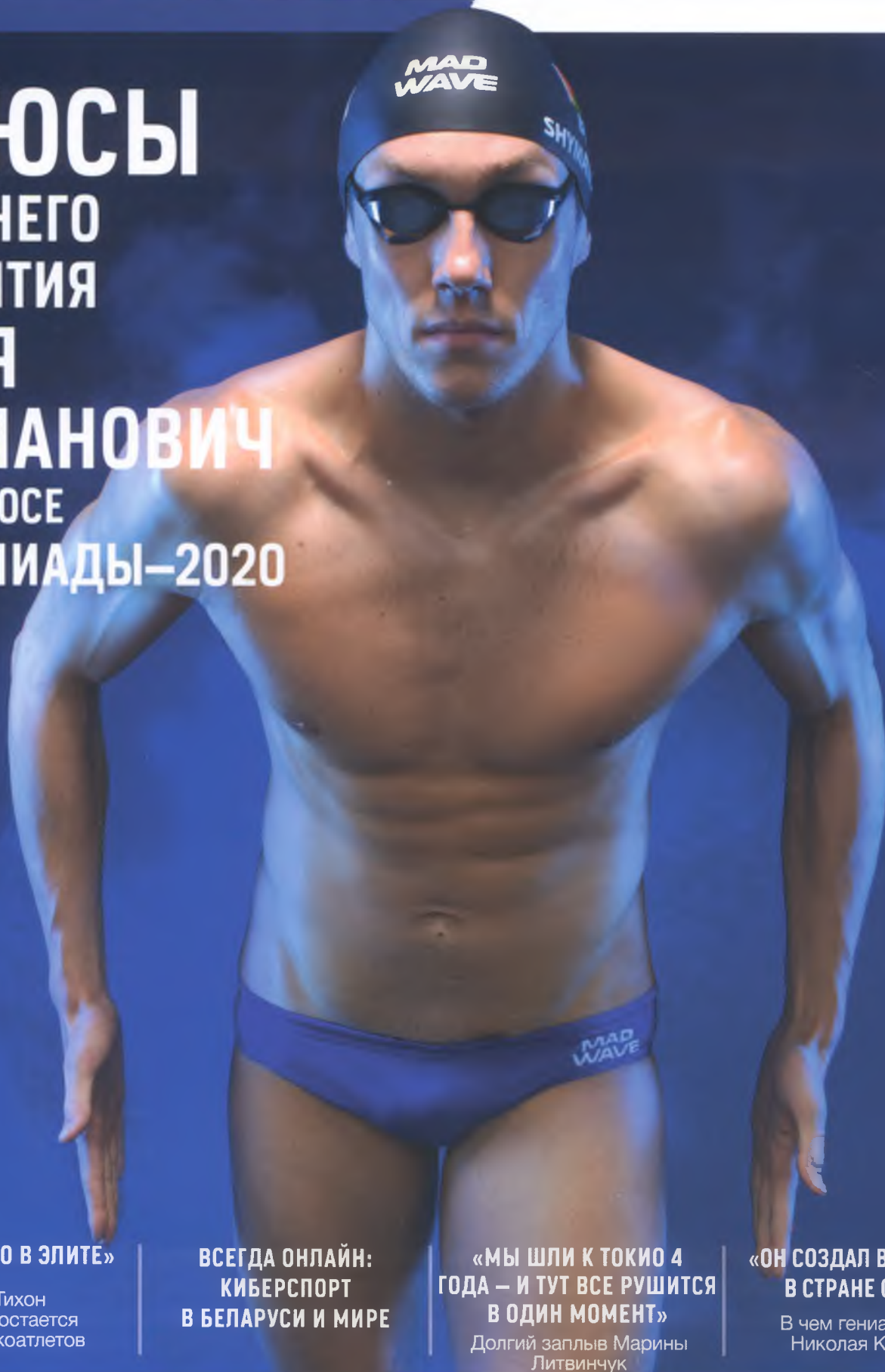


# СПОРТ TIME

**ПЛЮСЫ  
ПОЗДНЕГО  
РАЗВИТИЯ  
ИЛЬЯ  
ШИМАНОВИЧ  
О ПЕРЕНОСЕ  
ОЛИМПИАДЫ-2020**

**№05  
(56)  
МАЙ  
2020**



**«Я ВСЕ РАВНО В ЭЛИТЕ»**

Иван Тихон  
в 44 года остается  
в топе легкоатлетов

**ВСЕГДА ОНЛАЙН:  
КИБЕРСПОРТ  
В БЕЛАРУСИ И МИРЕ**

**«МЫ ШЛИ К ТОКИО 4  
ГОДА – И ТУТ ВСЕ РУШИТСЯ  
В ОДИН МОМЕНТ»**

Долгий заплыв Марины  
Литвинчук

**«ОН СОЗДАЛ ВИД СПОРТА  
В СТРАНЕ С НУЛЯ»**

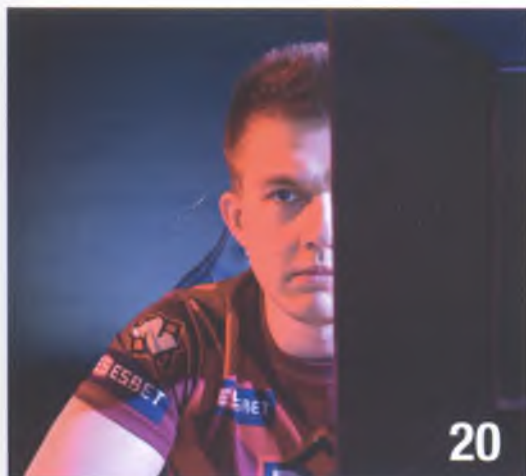
В чем гениальность  
Николая Козеко?



06



10



20



28



40

## 06 В ОЖИДАНИИ СТАРТОВ

Марина Литвинчук о гребле, семье и самоизоляции

## 10 ЛУЧШАЯ НАГРАДА — БЛАГОДАРНЫЕ УЧЕНИКИ

Николай Козеко отметил 70-летие

## 16 «НУЖНО УМЕТЬ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В НОВЫХ СИТУАЦИЯХ»

Иван Тихон по-прежнему нацелен на медаль Олимпиады

## 20 ДО ВСТРЕЧИ НА ОЛИМПИАДЕ!

Киберспорт продолжает покорять мир

## 24 КАК СИЛЬНО ТЫ ЭТОГО ХОЧЕШЬ?

Обзор лучших книг о спорте

## 28 ПЕРЕНОС — НЕ ПРИГОВОР

Илья Шиманович в ожидании Олимпиады-2020

## 32 ХОККЕЙ НАВСЕГДА

Вторая «Юность» Александра Макрицкого

## 36 СОЛОДУХА, РОДДОМ, САМОЛЕТ

Чем удивляют белорусские футбольные клубы в YouTube? Обзор видеоканалов!

**П**оиск интересных тем при работе с майским номером оказался непростым. Все упорно сводилось к одному и тому же: пандемия, перенос Олимпийских игр, новые условия в тренировках и в жизни. «То ли еще будет», — вторили коллеги из других спортивных изданий.

«Иногда стоит сделать шаг назад, чтобы потом сделать семь шагов вперед», — учит своих фристайлистов легендарный Николай Козеко. Хочется думать, что и весь белорусский спорт совсем скоро последует этому примеру. А пока мы предлагаем почитать о секретах работы великого тренера.

В мае мы вместе с Ильей Шимановичем рассуждаем о плюсах и минусах «года про запас», тренируемся и поддерживаем медиков с Мариной Литвинчук, ориентируемся только на собственные результаты с опытным Иваном Тихоном. Мы изучаем YouTube-каналы белорусских футбольных клубов и запоем читаем мотивирующие книги!

**ОСТАВАЙТЕСЬ СО «СПОРТТМЕ»!**



**НАТАЛЬЯ АЛЁХИНА**  
главный редактор



**СПОРТ ТМЕ**

Популярный журнал о спорте  
Выходит ежемесячно  
Издается с октября 2015 года  
№ 05 (56), май 2020 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.  
Телефоны: приемной — 290-23-42 (тел./факс);  
редакции журнала — 399-15-31.  
e-mail: info@nastgaz.by; sport-time.bel@mail.ru  
По вопросам рекламы обращаться: 215-05-21  
falaleev@nastgaz.by

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:**

Наталья АЛЁХИНА

**НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:**

Наталья АЛЁХИНА, Инга УСЕНКО,  
Дмитрий РУТО, Наталья ГЕРАЩЕНКО,  
Мария КОЖДАН, Сергей МЕЛЬНИК,  
Сергей СОЛОНКЕВИЧ, Ирина ПЕТЫШ,  
Екатерина ЛИХОШАПКО

**ЛИТЕРАТУРНЫЕ РЕДАКТОРЫ:**

Анастасия САДОВСКАЯ, Наталья ГЕРАЩЕНКО

**ДИЗАЙН И ВЕРСТКА:**

Наталья ЗАЛЕВСКАЯ

**НА ОБЛОЖКЕ: ИЛЬЯ ШИМАНОВИЧ** —  
многократный призер чемпионатов мира  
и Европы по плаванию  
Фотография: Мария Кождан

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

Подписано в печать 04.05.2020.  
Формат 64x90/8. Бумага мелованная матовая.  
Печать цифровая. Усл. печ. л. 7,5. Уч.-изд. л. 9,54.

Тираж 578 экз. Заказ 483.  
Цена свободная.

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

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



**40**

«У НАС ОДИН  
ИЗ САМЫХ СЛОЖНЫХ  
ВИДОВ СПОРТА»

Елена Светличная  
и ее русалки

**44**

БЕЗ ГРАНИЦ: КАК  
НАСТОЛЬНЫЙ  
ТЕННИС ПОМОГАЕТ  
ОСОБЕННЫМ ЛЮДЯМ

**48**

НЕ ПЕЙ, КОЗЛЕНОЧКОМ  
СТАНЕШЬ: ПОЧЕМУ  
ВАДА ЗАПРЕТИЛО  
АЛКОГОЛЬ?

**52**

НА ГРАНИ ВЫЖИВАНИЯ:  
КАК ФИТНЕС-КЛУБЫ  
ПЕРЕЖИВАЮТ КРИЗИС

**56**

«СПОРТ —  
ЭТО УМЕНИЕ  
ПРИСПОСОБИТЬСЯ»

Философия от тренера  
Юрия Моисевича

