



НИКОЛАЙ СКВОРЦОВ: “КӨЧЛЕ КӨНДӘШ ЯНЫНДА КӨЧЛЕГӘ ӘЙЛӘНӘСЕҢ”

🕒 12.11.2015, 20:33

СПОРТ



Калуга өлкәсеннән Николай Скворцов баттерфляй белән 200 метрга йөзү ярышында нормативка сыешып һәм 1:52.38 нәтижәсе белән жиңеп чыкты. Алда аны Европа чемпионаты ярышлары көтә.

Скворцов – тәҗрибәле “сугышчы”: Россия җыелма командасы әгъзасы, кыска суда Европа чемпионы, дөнья һәм Европа чемпионатларының күп тапкырлар призеры, шул ук 200 метрга ярышта дөнья рекорды авторы.

- Дистанциядә илдәге иң көчле йөзүче буларак, ниләр кичерәсез?

- Үз көчмә ышаныч. Мин ярыйсы ук озак – ел ярым – бу дистанциядә чемпион булмадым, ә хәзер Олимпиадага да сайланырлык ышаныч тоям. Дөнья кубогы этәпләрендә Ирина Вятчанина, Игорь Омельченко, Читиллардә эшли тәренерлар белән дә аралаштым. 31 яшьтә, ни гажәп, күп яңа нәрсәләр белдем. Өйрәнүләр методикасы үзгәрәп тәора, хәттә тәҗрибәле тәренерлар да эш стильләрен үзгәртәләр. Бу бик кирәк, нәтижәләр даими яхшыра. Җыелмада калыр өчен өйрәнүләрнең сыйфаты өстәндә интеллект уаль тә өстә эшләргә кирәк. Нигездә мин программаны язам, тәренер техникада ярдәм итә, нәрсәндер контрольдә тә өтә.

- Ярышларда барысы да барып чыгамы соң?

- Юк. Озын суда кыенлыктар килеп чыккан булыр иде – аларны бетерү өстәндә эшләчәкмен.

- Еш очышлар сәбәпле, Дөнья кубогы этәпләрен ничек кичердегез?

- Сәгать пояслары алмашынуны бик жиңел кичердем, ә дистанцияне – авыр. Старттан стартка көч арт барды, ышаныч тәуды. Шул этәпләргә рәхмәтле мин, шулар аркасында гына Россия чемпионатында минем форма – 4+. Старттан стартка форма җыю миңа бик ошый, өйрәнүләр барышында моны эшләү авыр, ә ярышларда бар көчәң тә ырышасың. Өйрәнүләр вакытында алай тә ырышыр өчен кемдер минем ачуну чыгарырга тә иеш, ә ярышта бу гадәттә өстә килеп чыга.

- Бу методиканы Олимпия уеннарына да саклаячаксызмы?

- Стартларны сайлап алуга алай күп булмас, ә менә җирле ярышларга – әйе. Минем өчен хәзер иң мөһим старт – апрельдә буласы Россия чемпионаты. Бу – этәлеш ноктасы. Алга тәба ни булачагын фаразлауны күрәге юк.

- Россия чемпионатына әзерләнгән идегезме соң?

- Әзерләндем, инде оны тәылган көрәш киеренкелеген искә тә өшерү өчен махсус тә өстә Дөнья кубогы этәпләрына жибәрүләрән сорадым. Гел Чадле Кло белән йөздем. Чемпионга караган чакта көч артып киткәндәй була, миңа бу эффект тәаныш. Шәһәрдә үзәңнән яшьрәкләр белән йөзәсәң, аларның ост алык дәрәжәсе кискәк артып китә. Шахмат тәагы кебек инде: көчле көндәш янында үзәң дә көчләрәк буласың.

- Үзегез өчен кемне авторитет дип саныйсыз?

- Андый лаеклылар күп. Йөзүдә лидер – Фелпс, әмма миң, гадәттә, кешеләргә тә үгел, аларда булган сыйфатларга сокланам – исемнәре тә үгел, нәкъ менә аларда булган сыйфатлары аларны чемпион итә, хөрмәткә лаеклы затларга әверелдерә.

- Сездә нинди сыйфат ул?

- Миңдә өйрәнү сәләте бар дип уйлыйм. Даими тә өстә нәрсәгәдер өйрәнәргә тә ырышам.

“Спорт проектлары башкарма дирекциясе” КБАО мат бугат хезмәте



[ЯҢАЛЫКЛАР ТАСМАСЫНАЧАРГА](#)