

ВЫСШЕЕ образование в РОССИИ

ISSN 0869-3617 (Print)
ISSN 2072-0459 (Online)

1 / 2024

НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Yysshee obrazovanie v Rossii / Higher Education in Russia



«Пресса России» индекс: 83142

Журнал издается с 1992 года

ВЫСШЕЕ образование в РОССИИ

1/2024

НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
Vysshee obrazovanie v Rossii / Higher Education in Russia

Содержание

Contents	3
КОРЧАК А.Э., ХАВЕНСОН Т.Е. Понятие «качество» в высшем образовании: от офлайн- к онлайн-формату.....	9–27
КОТОМИНА О.В., САЖИНА А.И., ВИЛКОВА К.А. Участие родителей в образовании студентов российских вузов.....	28–43
ПАРМА Р.В. Продвижение патриотической повестки в социальных медиа среди российской студенческой молодёжи	44–67
ПОГОРЕЛЬСКАЯ А.М., ТРОИЦКИЙ Е.Ф., ПАКУЛИН В.С. Интернационализация системы высшего образования в Казахстане (2022–2023 гг.): преемственность курса или смена ориентиров?	68–86
ДАНИЛАЕВ Д.П., МАЛИВАНОВ Н.Н. Воспитание профессионально значимых качеств в системе инженерного образования	87–105



Соучредители: Московский
политехнический
университет;

Ассоциация технических
университетов

Главный редактор:
В.С. Никольский

Зам. главного редактора:
Н.П. Лябина

Редакторы:
Н.Н. Жильцов
Д.А. Видавская
Э.Ю. Шишкова

Ответственный секретарь:
Д.В. Давыдова

Адрес редакции:
127550, Москва,
ул. Прянишникова, д. 2А
e-mail: vovrus@inbox.ru
vovr@bk.ru

Журнал зарегистрирован
в Роскомнадзоре
Рег. св. ПИ № ФС7754511
от 17 июня 2013 года

Издатели:
Московский политехнический
университет
Адрес: 107023, Россия, г. Москва,
ул. Б. Семеновская, д. 38

Российский университет
дружбы народов
Адрес: 117198, Россия, Москва,
ул. Миклухо-Маклая, д. 6

Подписано в печать с
оригинал-макета 25.01.2024
Выход в свет 15.02.2024.
Усл. п. л. 11. Тираж 500 экз.

Заказ № 124

Отпечатано в типографии
Издательско-полиграфического
комплекса РУДН.

Адрес:
115419, Москва, Россия,
ул. Орджоникидзе, д. 3,
тел.: (495) 952-04-41;
e-mail: publishing@rudn.ru

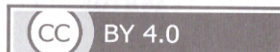
© «Высшее образование
в России»

www.vovr.elpub.ru;
www.vovr.ru

МИХЕЕВ С.А. Комбинированная
online-дискуссия как инструмент
формирования рефлексии будущих
инженеров в условиях цифровизации
образования 106–127

АЛИКИНА Е.В., МАЛЬЦЕВ Д.В.
Лингвопедагогический дизайн
тестовых заданий открытого типа
в условиях цифровизации 128–148

**ГУТ Ю.Н., ТУРСУНОВ Л.Э.,
ЛАНСКИХ М.В., АХМЕДОВА Ш.Б.**
Развитие инновационной активности
преподавателей вуза: философская
и психологическая перспективы 149–163



Двухлетний импакт-фактор
РИНЦ-2022, без самоцитирования

ВОПРОСЫ ОБРАЗОВАНИЯ	3,938
ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ В РОССИИ	3,139
ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА	2,986
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ	2,943
УНИВЕРСИТЕТСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ: ПРАКТИКА И АНАЛИЗ	1,928
ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ	1,613
СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ	1,491
ЭПИСТЕМОЛОГИЯ И ФИЛОСОФИЯ НАУКИ	0,689
ВОПРОСЫ ФИЛОСОФИИ	0,655
ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ СЕГОДНЯ	0,524
АЛМА МАТЕР (Вестник высшей школы)	0,276
ПЕДАГОГИКА	0,006

информационно-методическое издание по детской безопасности
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ОБЖ

№ 1

ЯНВАРЬ 2024

ISSN 2949-2378

ЭКСКЛЮЗИВ
АКАДЕМИЯ
ФИГУРНОГО
КАТАНИЯ
ТАТЬЯНЫ НАВКИ
С. 4

наш гость
ВЛАДИСЛАВ
ТРЕТЬЯК
С. 12



ЗИМА – ДЛЯ СПОРТА

ТЕМА НОМЕРА: ЗИМА – ДЛЯ СПОРТА



О ВАЖНОМ

4

Мария Полякова:

**«В первую очередь – счастье детей,
во вторую – результат»**

Интервью с главным тренером, директором Академии фигурного катания Татьяны Навки «Наши Надежды».

8

Хороший пример заразителен

Как успех и победы любимой команды могут повлиять на формирование характера и жизненных ориентиров? Почему полезно смотреть с детьми спортивные трансляции?

НАШ ГОСТЬ

12

Владислав Третьяк:

«Спорт учит и как падать, и как вставать»

ОБЗОР

16

Сыграем по-новому?

Мы выбрали ряд неординарных соревнований, в которых порой парадоксальным образом сочетаются умственные и физические активности.

ЛИЧНОСТЬ

18

Владимир Вяткин: «Фотография – искусство быстрого мышления, но долгих размышлений»

В ФОКУСЕ

24

Гонки на собачьих упряжках

28

Играл ли Александр Невский в килу?

В России возрождают исторический вид спорта, истоки которого берут начало в русской национальной культуре

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

32

Пьедестал Победы

Спорт в осажденном Ленинграде – до сих пор малоизвестная страница истории, и мы хотим заполнить ее фактами. Сплоченность, невероятная сила духа, железная воля к победе! Да, в окруженном городе, когда крошка хлеба стала ценностью, а день без артобстрела – чудом, проводились спортивные состязания.

ЭКСПЕРТНОЕ МНЕНИЕ

34

Закаляйся, как сталь: 10 шагов к здоровью

Совместно с врачом-терапевтом мы подготовили пошаговую инструкцию.

38

Культура безопасности станет трендом

Интервью с главным государственным инспектором Российской Федерации по пожарному надзору Анатолием Супруновским.

БЕЗОПАСНОСТЬ

42

Советы спасателя. Особенности зимнего туризма

Как подготовиться к зимнему походу, чтобы путешествие прошло без сюрпризов и запомнилось только положительными эмоциями.

46

Осторожно, скорость!

Как уберечься от травм на тюбинге

СОБЫТИЯ

10

Искусство изо льда

На зимних каникулах столица преобразуется в сказочное ледяное царство. Можно не только рассматривать композиции изо льда, но и почувствовать себя скульптором на мастер-классах, и мы расскажем, где именно.

РОДИТЕЛЯМ И ДЕТЯМ

48

За и против: зачем нужны лыжи на физкультуре?

Кажется, ни одна школьная дисциплина не вызывает столько споров. Мы опросили наших читателей, чтобы разобраться в этом вопросе.

52

Одежда для лыжной подготовки

Чемпионка мира по лыжным гонкам Екатерина Счастливая дает полезные советы и рассказывает о том, как выбрать идеальную экипировку для занятий.

54

Русские горки:**традиционная зимняя забава**

История, интересные факты и правила, которые помогут сделать ваше катание безопасным и приятным, – в нашем материале.

КОНСПЕКТ ПЕДАГОГА

56

Неочевидные опасные ситуации зимой

60

Основам безопасности научат... куклы!

Игровой сценарий для интерактива с младшими детьми.

ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ

62

Анализируем свои доходы и расходы

ЛОГИЧЕСКИЙ ВЫЗОВ

64

Умная тренировка

В этот раз Наталья Горелова сочинила математические задачки на зимнюю тему.



ОБЖ

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Информационно-методическое издание по детской безопасности

1 (289) январь 2024 г.

ISSN 2949-2378



9 772949 237007 >

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство о регистрации ПИ ФС77-67964 от 6.12.2016

12+

УЧРЕДИТЕЛЬ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

ИЗДАТЕЛЬ

Федеральное государственное бюджетное учреждение «МЧС Медиа» 121357, г. Москва, ул. Ватутина, д. 1 тел.: (495) 400-94-87 (доб. 5112), info@mchsmedia.ru

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Максимова Екатерина Александровна

РЕДАКЦИЯ

121357, г. Москва, ул. Давыдовская, д. 7 тел.: (499) 995-59-99 (доб. 5108); vpsob@mchsmedia.ru

ШЕФ-РЕДАКТОР

Арнаутова Дарья Павловна

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

Барне А.О., Васютинская Ю.А., Захарова Н.В., Куликова Е.А., Куликов С.А., Сидорочева О.Ф., Якубов И.Л.

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ

reklama@mchsmedia.ru

ОТДЕЛ РАСПРОСТРАНЕНИЯ

тел.: (499) 995-59-99 (доб. 5116), +7 (991) 976-61-43, +7 (991) 976-61-44, +7 (991) 976-61-45 podpiska@mchsmedia.ru

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ

П4164, Позб4 – в почтовых отделениях «Почты России» При оформлении подписки у других подписных агентств необходимо дополнительно уточнять подписные индексы по каталогам

Цена свободная

Номер подписан в печать 21.12.2023

Заказ № 14623

Тираж 3000 экз.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции

Перепечатка материалов допускается только с согласия издателя

ОТПЕЧАТАНО

ИП Питикова Юлия Владимировна Адрес: Ленинградская область, Всеволожский район, деревня Ваганово

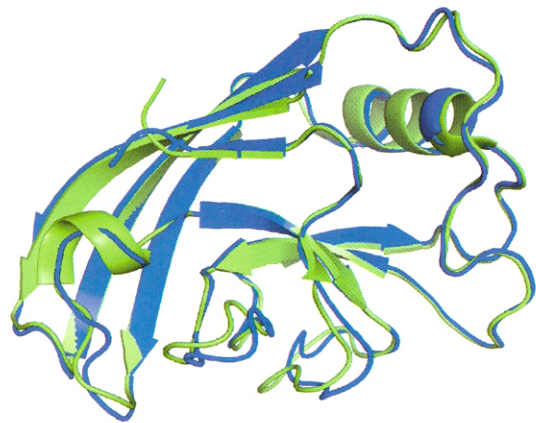


НАУКА И ЖИЗНЬ

ISSN 0028-1263

I
2024

● Личинка, куколка, комар... Очень узкая область биологии? Отнюдь! ● Путешествия по Солнечной системе продолжают: летим к поясу Койпера ● Фантастика — не золушка из литературного «гетто». А что? ● Надо любить диких зверей! Но отойдя от них на некоторое расстояние.



AlphaFold

Experiment

В Н О М Е Р Е :

- В. БОЛЬШАКОВ, канд. биол. наук —
Каждая личинка — индивидуальность
 (беседа ведёт Н. Лескова) 2
- Десять значимых событий 2023 года
 в физике и астрономии** (материал
 подготовил канд. физ.-мат. наук
 А. Понятов) 14
- Наука и жизнь сто лет назад** 23
- Вести из лабораторий**
- О. ЗАКУТНЯЯ — **Облака в объекти-
 ве** (24). Т. ЗИМИНА — **Тонкая настройка
 для успешной реакции** (58); **Пептид
 морской анемоны поможет лечить диабе-
 т** (59).
- Бюро иностранной научно-технической
 информации** 26
- А. ФИНКЕЛЬШТЕЙН, чл.-корр. РАН,
 Н. БОГАТЫРЁВА, канд. физ.-мат. наук,
 Д. ИВАНКОВ, канд. физ.-мат. наук —
**Искусственный интеллект
 для физики белка** 30
- Кунсткамера** 40
- О. ПЕРШИН — **Мастера маскировки** 42
- В. МАКСИМОВ, канд. филол. наук —
Из истории фамилий 56
- Рефераты** (подготовил Л. Ашкинази) 60
- Н. ЕСКИН — **Заповедник: остров в море
 цивилизации** (беседа ведёт
 Н. Лескова) 62
- Заповедные новости** 78

«УМА ПАЛАТА»

Познавательно-развивающий раздел
 для школьников

А. СДОБИНА — **Обитатели пояса
 Койпера** (81). Д. ЗЛАТОПОЛЬСКИЙ,
 канд. техн. наук — **Тональная система
 Джона Нистрома** (90). Р. СЕЙФУЛИ-
 НА, канд. биол. наук — **Экстремалы
 в природе, или О пределах выносли-
 вости** (92). Ю. ПОПОВ — **Число года
 2024** (101).

- О чём пишут научно-популярные
 журналы мира** 102
- И. СОКОЛЬСКИЙ, канд. фармацевт.
 наук — **Австралийский орех
 макадамия** 107
- А. ПЕРВУШИН — **Наука в фантастике:
 эпизоды истории. Достоверные
 чудеса прогресса** 112
- Л. АШКИНАЗИ, Н. СЯНОВА —
**Что видим? Нечто странное!
 Вопросы, вопросы...** 126
- С. ШКОДИНА — **«Ванильная
 кудряшка»** 129
- А. СТОЛЯРОВ — **Танцуют все
 (фантастическая повесть,
 продолжение)** 132
- «Воскресят ли...» Но кого?** 139
- Маленькие хитрости** 140
- Ответы на кроссворд
 с фрагментами** 141
- Кроссворд с фрагментами** 142

НА ОБЛОЖКЕ:

1-я стр. — «Мадонна» с младенцем. На фото Олега Першина — козодой, мать и дитя. (См. его статью, стр. 42.)

Внизу: Искусственный интеллект, обученный на большом массиве данных, способен довольно точно предсказать пространственную структуру белка по его аминокислотной последовательности. На рисунке показан результат работы программы AlphaFold 2: синие линии — предсказание, зелёные — эксперимент. Совпадение впечатляет! Но вот физических принципов построения белковых структур ИИ пока не знает и самостоятельно определять, будет ли нарисованная им структура реальной и жизнеспособной, не умеет... Пока. (См. статью «Искусственный интеллект для физики белка» на стр. 30.)

4-я стр. — Благородный олень — фоновое животное Кавказа, не редкое здесь. Ещё, пока. Фото Сергея Третьяка. (См. статью «Заповедник: остров в море цивилизации», стр. 62.)



НАУКА И ЖИЗНЬ®

№ 1

Я Н В А Р Ь

2024

Журнал основан в 1890 году.
 Издание возобновлено в октябре 1934 года.

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНЫЙ ЖУРНАЛ

A potentia ad actum. От возможного — к действительному

12+

ТЕХНИКА МОЛОДЕЖИ

2024'1

~5500 км

Прицельное
разведение боеголовок

Отделение двигателя
третьей ступени

Сеанс навигации

Отделение
второй ступени

Отделение
первой ступени



«Булава»

«ИМПЕРАТОРА»



1 «БУЛАВА» «ИМПЕРАТОРА»

А ЧТО ВНУТРИ?

- 2 **БУЛАВА ИСПЫТАНА!** Министерство обороны России сообщило об успешном пуске с атомной подводной лодки нового поколения «Император Александр III» межконтинентальной баллистической ракеты «Булава», способной нести ядерное оружие

СЕНСАЦИИ НАШИХ ДНЕЙ

- 3 **КИБЕРЗВЕРЬ ИЗ НЕРЖАВЕЙКИ.** Tesla провела огневые испытания электрокапа Cybertruck, неожиданно применив пистолет-пулемёт Томпсона, известный как «Томми-ган». Несмотря на ряд вмятин, ни одна пуля не прошла в салон. Маск, похоже, «para bellum»?..

ВОЕННЫЕ ЗНАНИЯ

- 6 **Константин ЯРОПОЛОВ.** С «БУЛАВОЙ» НАПЕРЕВЕС. Принятие в состав флота АПЛ «Император Александр III» — хороший повод поговорить о ракете «Булава», вокруг которой более двадцати лет не утихают споры

- 10 **Сергей КЕТОНОВ.** ГДЕ АМЕРИКА СКЛАДИРУЕТ ЯДЕРНОЕ ОРУЖИЕ? КОНЕЧНО ЖЕ В ЕВРОПЕ! Оборонное ведомство США готовит базу Британских ВВС Лейкенхит для хранения своего тактического атомного арсенала

ЦИФРОВОЙ МИР

- 14 **Станислав ЗИГУНЕНКО.** ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В НАУКЕ, БИЗНЕСЕ И ОБЩЕСТВЕ. Россия занимает четвёртое место в мире по развитию генеративных моделей искусственного интеллекта

- 17 **Андрей ИВАНОВ,** заведующий кафедрой защиты информации. ДЫШИТЕ ГЛУБЖЕ!.. ВАШ ВЫДОХ АНАЛИЗИРУЕТ ИИ. Нейросеть записывает акустические сигналы лёгких, чтобы мониторить состояние здоровья человека

- 18 **Корней АРСЕНЬЕВ.** ТЕХНОЛОГИИ КОГНИТИВНОГО РАДИО. Как получить звука больше, чем могут услышать уши

- 19 **Алексей КОМЯКОВ,** генеральный директор НПП «Полёт». КОГДА ВЫСТРЕЛЫ ЗВУЧАТ МУЗЫКАЛЬНО. В чём секрет реалистичных звуковых эффектов? На микрофон отечественного бренда «Октава» записали звук «калаша» для популярного шутера Call of Duty

ПРОБЛЕМЫ И ПОИСКИ

- 20 **Станислав НИКОЛАЕВ.** ВОСКРЕСНУТ ЛИ МАМОНТЫ. Генетик Джордж Чёрч и его команда из Гарвардского университета надеются воскресить этих животных уже через два года

- 27 **Мария КОРОТКОВА,** доцент кафедры кибернетики института интеллектуальных систем НИЯУ МИФИ. «ВЕРСТОВЫЕ СТОЛБЫ» ГЕНОМА. Российские учёные предложили новый метод поиска повторяющихся последовательностей в ДНК бактерий

ИСТОРИЧЕСКАЯ СЕРИЯ

- 28 **Сергей ГЕОРГИЕВ.** ДУГЛАС XSB2D-1, ВТD-1 И -2 «ДЕСТРОЕР». Незадолго до вступления во Вторую мировую США заказали проект нового палубного пикирующего бомбардировщика и разведчика

ПАТЕНТЫ

- 30 **Юрий ЕРМАКОВ,** Заслуженный изобретатель РФСР, доктор технических наук, профессор. МЕХАНИЗМЫ И ТЕХНОЛОГИИ БУДУЩЕГО. Окончание. Начало в ТМ 12/2023. Детали машин и механизмы начинаются с конструктора, который старается сделать их проще и надёжнее



TOP SCIENCE

34 **ТОП 7 ПРОРЫВОВ В НАУКЕ 2023 ГОДА.** Самые значимые открытия в науке и технологические новации, взбудоражившие мир в прошлом году

ЗАГАДКИ ЗАБЫТЫХ ЦИВИЛИЗАЦИЙ

36 **Валерий БАЙДИН, культуролог, доктор славянской филологии. ПОВОЛЖСКИЕ РУСЫ IV–VII ВЕКОВ.** Исследования Ильменьковской археологической культуры дают историкам богатый материал для изучения древнерусской цивилизации



ИНСТИТУТ ЧЕЛОВЕКА

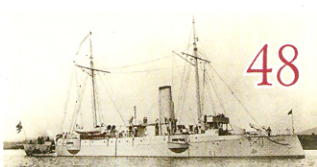
42 **Юлия РОЖКОВА, кандидат технических наук. КАК ПРОДЛИТЬ МОЛОДОСТЬ? ДЛЯ НАЧАЛА ИЗУЧИТЕ ПРИЧИНЫ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОГО СТАРЕНИЯ.** Почему важно следить за прогнозом погоды, чем вредно сладкое и какие компоненты в косметике защитят от морщин и пигментации



44 **Анастасия ЖУКОВА. БИТВА ЗА БЕССМЕРТИЕ, или ЧТО ТАКОЕ БИОХАКИНГ.** Предотвратить болезни, замедлить старение или даже... обратить его вспять? Всё возможно с технологиями биохакинга — было бы желание...

МУЗЕЙ ЭКЗОТИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ

48 **Юрий КАТОРИН, доктор военных наук, профессор. НОРВЕЖСКИЕ «КАРАПУЗЫ».** Под таким необычным названием вошли в историю норвежские броненосцы начала XX века



КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ ФАНТАСТИКИ

54 **Андрей АНИСИМОВ. КОЛЛЕКЦИЯ СНОВ ДЯДЮШКИ ЮРГЕНА; Геннадий ТИЩЕНКО. ИЗ БАЕК КОСМОГВАРДЕЙСКОГО ПОЛКА; Валерий ГВОЗДЕЙ. УДОДЫ**

МИР УВЛЕЧЕНИЙ

62 **Александр МАРКОВ. КТО ПОДСТАВИЛ ГЕНЕРАЛА КАСТЕРА. Ч. 1.** Живописные миниатюры, словесные мифы, жестокая реальность героя Гражданской войны между Севером и Югом

ПЛАНЕТАРИЙ

68 **БЛИЖНИЙ КОСМОС УЖЕ ПОХОЖ НА ПЕРЕНАСЕЛЁННУЮ КОММУНАЛКУ, изрядно захлапленную мусором космическим!**



Техника — молодёжи
Научно-популярный журнал
Периодичность — 12 номеров в год
С июля 1933 года

Главный редактор
Александр Николаевич Перевозчиков
Заместитель главного редактора
Валерий Поляков
Ответственный секретарь
Константин Смирнов
Научный редактор Михаил Бирюков
Юнкор Анастасия Жукова
Дизайн и вёрстка Артём Полещук
Обложка Марьям Аминова
Корректор Татьяна Качура
Директор по развитию и рекламе
Анна Магомаева razvitie.tm@yandex.ru
+7 (903) 688-81-12
Учредитель, издатель:
АО «КОРПОРАЦИЯ ВЕСТ»
Генеральный директор АО «Корпорация Вест»
Ирина Ништурянта +7 (965) 263-77-77
Адрес издателя и редакции:
Москва, ул. Петровка, 26, стр. 3, оф. 3,
комн. 4А, 5, эт. 1.
Для переписки: 143441 Московская область,
Красногорский район, деревня Гаврилково,
дом 37, АО «Корпорация ВЕСТ»
Эл. почта: tns_tm@mail.ru
Реклама +7 (963) 782-64-26
Сроки выхода:
в печать 20.12.2023; в свет 10.1.2024
Отпечатано в типографии «Медиаколор»
Москва, Сигнальный проезд, д. 19
Заказ № 1699

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ НАШИХ ИЗДАНИЙ:
Каталог ПЧТА РОССИИ
НЕизвестная История — ПМ505
Оружие — П9196
Техника — молодёжи — П9147
Наука и Техника для юных инженеров — ПК297

Подписка в редакции на бумажные, а также электронные версии ТМ, Оружие, НЕизвестная История, Наука и Техника для юных инженеров возможна с любого номера 2024 г. (см. с. 13)

Свидетельство о регистрации СМИ:
ПИ № ФС 77-42314 выдано Роскомнадзором
11.10.2010.

Общедоступный выпуск для небогатых.
Мнение редакции может не совпадать
с точкой зрения авторов.

© «Техника — молодёжи» 1/2024 (1110)
ISSN 0320-331X Тираж: 26 380 экз.

Цена свободная



Журналы
ИД «Техника —
молодёжи»

в январе
2024



1/2024

www.fis1922.ru

ЧИТАЙТЕ
НА ЗДОРОВЬЕ!

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ

ФИС

ИЗДАЕТСЯ С 1922 ГОДА

С НОВЫМ
ГОДОМ!
С НОВЫМ
ГОДОМ!
С НОВЫМ
ГОДОМ!
С НОВЫМ
ГОДОМ!



В номере:

Оксана ТОНКАЧЕЕВА Александра Степанова—Иван Букин. Вернулись, чтобы побеждать	1
Что новенького?	4
Борис ХОДОРОВСКИЙ Флаги всех цветов, кроме белого	6
Наталья и Сергей ЧУЕВЫ Игорь Ожиганов	8
Андрей ЧИРКОВ Безграничное самопреодоление	9
Иван АЛЕКСАНДРОВ «Ёлы-палы» от Е-Маззяя	10
Ирина УТКИНА Как совы смотрят на луну	12
Владимир КОЧЕТКОВ Три заповеди Владимира Преображенского	14
Татьяна ФЕДОРОВА Целительные чары радости	16
Виктор КОНЬШЕВ Спорт, еда и наши кости	18
Ника ПЕСЧИНСКАЯ Иркутский керлинг: чудо на льду	20
Александр РОДИОНОВ «Бег может всё»	22
Борис ПРОКОПЬЕВ Бегать или ходить? Бегать!	24
Александр ГОРБУНОВ Хранитель маячных огней	26
Сергей ШМИТЬКО Стихи разных лет	26
Борис ХОДОРОВСКИЙ Народный артист, заслуженный болевщик	28
Людмила БЕЛОУСОВА, Олег ПРОТОПОПОВ Золотые коньки с бриллиантами	31
На 1-й странице обложки — неоднократные чемпионы России в танцах на льду Александра Степанова и Иван Букин.	
Фото М. Евтеевой	



Александра Степанова—

Иван Букин.

Вернулись, чтобы побеждать

Один из самых ярких танцевальных дуэтов мира, двукратные чемпионы России, серебряные и бронзовые призеры чемпионатов Европы, участники Олимпийских игр-2022 в Пекине Александра Степанова—Иван Букин триумфально вернулись на соревновательный лед после годичного перерыва, связанного с рождением дочери у партнерши. Новый этап в своей карьере фигуристы начали с новым тренером — Александром Жулиным и с новыми амбициозными целями.

— Александра, Иван, признайтесь, по чему больше всего скучали во время вынужденного перерыва?

Иван: По соревнованиям. За этот год у нас в жизни многое происходило, и было, несомненно, интересно. Но вот эти эмоции, которые испытываешь, выходя на предстартовые тренировки... Когда много судей, много разных пар, предвкушение выхода на лед, когда там будут зрители — это не сравнится ни с чем. До нашей паузы, в той карьере, которая была, случались моменты, когда выходишь на старт и переживаешь настолько сильно, что не понимаешь, нравится тебе всё это или нет. А сейчас мы четко понимаем, что нам хочется, а хочется — выступать.

Александра: Да, мы очень соскучились по этим ощущениям — выйти на лед, на разминку, да просто прийти в раздевалку и всех ребят увидеть, увидеть специалистов, тренеров...

— Вы ведь, делая паузу в карьере, даже мысли не допускали, что можете не вернуться?

Александра: У меня мыслей заканчивать точно не было.

Иван: Была неопределенность: когда это произойдет, когда Саша восстановится после родов, когда сможет начать тренировки. А всё остальное было предельно ясно. Мы всё это обсуждали, когда Сашка была еще на раннем сроке беременности, и уже тогда совершенно точно решили, что после паузы будем продолжать. У нас, хотя мы уже столько лет выступаем, не пропало желание кататься, и того, что было в нашей карьере, для нас недостаточно.

— Тогда расскажите, для чего вы вернулись? Какая у вас программа-максимум?

Иван: Глобальная и самая сокровенная цель — олимпийское «золото», в худшем случае ставим задачу занять призовое место на следующей Олимпиаде.

Александра: Согласна с Ваней. Хочется идти к Олимпиаде, а там уже как сложится, многое уже не от нас зависит. Но не хотелось бы вновь оказаться в ситуации двухгодичной давности, когда мы были рады тому, что хотя бы просто доехали до Пекина.

— Как раз хотела спросить об этом. Ваш путь к Олимпиаде — сплошная полоса препятствий: сначала болезненный недопуск на Игры-2018 в Корею, затем чуть было не сорванная из-за болезни Саши поездка в Пекин-2022. С какими чувствами теперь вы вспоминаете Олимпиаду? Успели ощутить, что это был особый старт?

Иван: К счастью, хорошего всё же было больше, чем плохого. Мы катались, получали удовольствие... Хотя все эти ограничения из-за пандемии сломали кайф от праздничной атмосферы, которая обычно царит на Олимпийских играх. Все жили от теста к тесту и жутко нервничали из-за этого. А мы особенно, потому что у нас до этого были две недели жуткой нервозности из-за того, что Сашины тесты никак не приходили в норму. Но знаете... атмосфера праздника всё равно была, и мы смогли ее почувствовать. До сих пор помню, с какой радостью мы выходили на короткий танец. Это был один из самых счастливых ритм-танцев в нашей карьере. И не так важно, что не было зрителей, главное, мы были здесь, на олимпийском льду.

Александра: Еще вот этот долгожданный олимпийский опыт, который мы приобрели, когда нужно любой ценой себя собрать, проявить бойцовские качества, я считаю бесценным. У меня от Пекина тоже остались теплые воспоминания. Хотя всё это было очень тяжело.

— Давайте вернемся к нынешнему сезону. Далеко не каждый