

**Футбольный джентельмен:
Интервью с Леоном Рустамовичем Сабуа,
выпускником 2017 года.**

Леон – талантливый футболист Академии ФК «Краснодар» 2000 года рождения, позже команды «Краснодар 2» в 2018-2022гг. Окончил НЧОУ «СОШ» ФК «Краснодар» в 2017 году. Один из самых ярких воспитанников Академии: прекрасно воспитан, всегда сдержан, обладающий невероятной харизмой футболист. Про таких говорят: талантливый человек талантлив во всём. Леон не только хорошо учился и играл в футбол, он не один раз радовал своими выступлениями на сцене, участвовал во всероссийских вокальных конкурсах. В 2022 году присоединился к ФК «Урарту» в Армении, с ними выиграл чемпионат и кубок Армении в 2023 году. С 2025 года является футболистом ФК «Амкал».

– Как Вы думаете, нужно ли хорошо учиться в школе?

– Что касается школы, вот как я думаю: надо стараться быть успешным везде. Если у тебя в школе будет хорошо все получаться, у тебя эмоциональный настрой будет передаваться на тренировки, на поле, то есть ты везде будешь хорошо себя чувствовать. Очень важно, опять же, учиться, потому что когда у тебя есть порядок, баланс везде, то и на поле ты не отвлекаешься, у тебя нет никаких переживаний, ты знаешь, что у тебя и там получается, и на поле всё хорошо. А еще, особенно в Академии, если ты будешь плохо учиться, тебя могут не допустить до тренировок. Такое тоже было в нашей команде, поэтому это тоже надо это иметь в виду и учиться хорошо.

– Кто стал важным человеком для тебя, пока ты учился?

– Мой первый тренер очень сильно повлиял на мое становление как футболиста и личности. Он нас всегда воспитывал как семью, как детей, он к нам относился как отец, можно сказать. Много в нас вложил, показал этот путь, благодаря ему и я, и мои друзья попали в Академию. Я благодарен безмерно его участию в моем становлении. Его большая заслуга в том, что он показал дорогу в мою карьеру.

– Как ты восстанавливался после тяжелых нагрузок?

– Восстановление после тяжелых нагрузок это в первую очередь правильное питание, хороший сон, то есть обязательно надо восполнить энергию, которую вы потеряли после трудных тренировок или тяжелых игр. И помимо

этого всего разные физиотерапевтические процедуры: холодная ванна со льдом, контрастный душ и так далее.

– Какие качества тебе помогли развить в Академии?

– Хотя я не окончил школу с золотой медалью, я учился без троек и в целом хорошо. Делал что? Обычные вещи, которые надо делать всем, наверное: просто слушать, воспринимать, впитывать информацию, которую учителя хотят передать ученикам. В школе Академии Краснодара, я это знаю, все с душой относятся к работе, реально хотят вложить ум, информацию в головы учеников, и поэтому просто важно их слушать, выполнять то, что они требуют. Учителя всегда шли навстречу, даже если что-то непонятно, можно было всегда подойти. Очень много качеств Академия помогла развить, даже в творческом плане, в коммуникации. Но просто хочу подметить, что в Академии очень многому обучают, не только футболу. Все мы это знаем, и выпускники, и воспитанники: в Академии со всех сторон развивают: учеба, шахматы, вокал, творческие мероприятия и конкурсы, танцы, дискотеки.

– Почему дисциплина важна для футболиста?

– Дисциплина очень важна для футболиста, потому что без дисциплины очень трудно или почти невозможно добиться чего-то высокого. Дисциплина всегда должна быть на поле, вне поля. Ты всегда должен соблюдать режим, делать то, что нужно. В молодом возрасте иногда будет казаться, что без дисциплины можно обойтись, потому что получается и без этого все хорошо, но на самом деле это не так. Чтобы достичь чего-то большого, надо очень быть дисциплинированным везде. Что в школе, что на поле, что вне поля.

– Что ты можешь посоветовать ребятам, которые только поступили в Академию?

– Я бы посоветовал расти, слушать и слушаться. Это очень важно, потому что все, кто окружают тебя, хотят помочь. Тренеры, учителя, воспитатели, все-все-все. Советую: тренируйтесь, старайтесь, учитесь в школе, будьте успешными. Без работы не будет таланта, совершенству нет предела. Кропотливая работа плюс талант принесёт тебе большой-большой результат. Бывало много случаев, когда таланты не заигрывали, а работяги заигрывали благодаря упорному труду.

– Что ты делал дополнительно, чтобы добиться высокого результата в школе и футболе?

– Чтобы добиться высокого результата, я оставался тренироваться дополнительно. Развивал, например, те слабые стороны, которые у меня есть, я их развивал, оставался, даже те же сильные стороны развивал. Дополнительно тренировки очень помогают, помимо тренировок общекомандных.

– Есть ли у тебя свой стиль в одежде и поведении?

– Стиль в одежде не скажу, чтобы какой-то такой был. Стараюсь просто одеваться нормально, цивильно, просто скромно, как должен выглядеть человек. А в поведении... От воспитания идет поведение, я считаю. Я всегда стараюсь быть скромным, не быть зазнайкой, как говорится, не быть высокомерным человеком, быть добрым, спокойным, обычным, который готов всегда помочь. Это важно, я считаю. Стараться быть просто хорошим человеком.

– Какие эмоции Вы испытывали, когда забил первый гол?

– Эмоции, когда забил первый гол, были нереальные, сумасшедшие. И всегда хочешь, чтобы это с тобой часто происходило. Забивать голы – это прекрасно. И лучше чувства не может быть, когда ты футболист, особенно в атаке. Поэтому чувства были просто нереальные.

– Мешают ли романтические отношения к успеху в футболе?

– Моё мнение такое: пока ты не станешь взрослым, пока не придёт момент, когда у тебя будет становление как мужчины, то лучше их не заводить. Потому что это всё юношество, романтика в голове. В молодом возрасте, пока не стал по-настоящему взрослым, я считаю, что это не нужно.

– Чем нравится футбол как вид спорта?

– Тяжело ответить, потому что мы с детства любим футбол. Тяжело описать всё, чем он нравится. Мы живем, и мы любим этот вид спорта. Эмоции, нравится играть, нравится побеждать, хочется побеждать всегда.

– Расскажите про свой самый запоминающийся матч.

– Самый запоминающийся матч мой был со Спартаком, наверное, в премьер-лиге российской, когда я забил гол, дебютировал. Вышел и почти сразу забил.

Вот что писали на официальном сайте ФК Краснодар

24 октября 2020 г.

Леон Сабуа сотворил самый быстрый голевой дебют в истории «Краснодара», сообщается на сайте ФК «Краснодар». Леон Сабуа в своей дебютной игре в Российской Премьер-лиге вышел на замену на 57-й минуте игры со «Спартаком», блестяще воспользовался шансом – начал и завершил результативную атаку, и уже на 59-й минуте забил гол. Он стал первым в истории воспитанником клубной Академии, отличившимся в своем первом официальном матче за главную команду и самым быстрым из всех игроков клуба, поразившим ворота соперников в своей дебютной игре после появления на поле. Он переправил мяч в сетку спустя 1 минуту и 23 секунды после своего выхода на замену.



Фото с матча Краснодар: Спартак, 2020г.

– Как Вы думаете, почему не в профессиональной медийной лиге играет так много профессиональных футболистов?

– На самом деле по разным причинам бывает это. У кого-то возраст, например. В профессиональной лиге завершилась карьера, они приходят в медиалигу. Кто-то профессиональную команду не смог найти. Кому-то просто нравится, там же тот же самый футбол, просто лига чуть-чуть отличается. Но молодым футболистам нужно стремиться к большому профессиональному футболу. Все, кто проходит этот путь в Академии ФК Краснодар, нужно иметь мечту в сердце стать игроками основы футбольного клуба Краснодар.

– Какие эмоции ВЫ испытывали, когда Краснодар стал чемпионом?

– Когда Краснодар стал чемпионом, самые нереальные эмоции были. Я очень рад за ребят, с которыми мы играли вместе, и они стали чемпионами. За тренерский штаб, который нас тренировал, меня лично. Очень рад за них. За Сергея Николаевича Галицкого очень рад. Он больше всех заслужил эту победу. Поэтому эмоции у меня были просто сумасшедшие.



2017г, Защита проекта «Старые сказки на новый лад»



2025г. ФК Амкал



2025г., приехал на игру