



ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ

#2 (03) 2017



УТЦ «Новогорск»:
там, где «куются»
победы и рекорды
стр. 68

стр. 49

Константин Курохтин:
Путь длиною в 16 лет –
чтобы стать лучшим
в мире

стр. 16

П.А. Рожков:
На пути
в Пхенчхан

стр. 7

**Всероссийская федерация
спорта лиц с поражением
опорно-двигательного
аппарата – путь развития!**

**29** Рубрика «Дело жизни. От лица старшего тренера» – О.М. Костюченко

- 2** От лица главного редактора
- 3** Владимир Лукин: Первые конструктивные шаги на пути к Пхенчхану
- 7** Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата – путь развития!
- 14** Послы паралимпийского спорта
- 16** П.А. Рожков: На пути в Пхенчхан
- 22** Рубрика регионального отделения Паралимпийского комитета России: город Москва
- 29** Рубрика «Дело жизни. От лица старшего тренера» – О.М. Костюченко
- 39** Константин Лисенков: На Паралимпиаде в Токио хочу показать, на что я был способен в Рио-де-Жанейро!
- 45** Сергей Малышев: Волнуются все – побеждает тот, кто умеет справляться с эмоциями!
- 49** Константин Курохтин: Путь длиною в 16 лет – чтобы стать лучшим в мире!
- 53** Мария Папулова: На Паралимпиаде надо не думать о медалях, а хорошо сделать свою работу!
- 58** Дмитрий Сафронов: Никогда не возникало желания бросить спорт! Спорт – это моя работа!
- 61** Денис и Никита Егоровы: Гены, упорство и характер привели на вершину чемпионата Европы!
- 65** Иван Голубков: Надеюсь, что Паралимпийские игры будут моими!
- 68** УТЦ «Новогорск»: там, где «куются» победы и рекорды!
- 77** Паралимпийский центр дополнительного профессионального образования
- 80** Фотогалерея XII Паралимпийских летних игр 2004 года в г. Афины (Греция)
- 87** Кроссворд: Развитие паралимпийского спорта в России и мире
- 90** Редакционный коллектив



39

Константин Лисенков:
На Паралимпиаде в Токио
хочу показать, на что я был
способен в Рио-де-Жанейро!



3

Президент Паралимпийского
комитета России Владимир Лукин:
Первые конструктивные шаги
на пути к Пхенчхану



22

Региональное отделение ПКР:
г. Москва

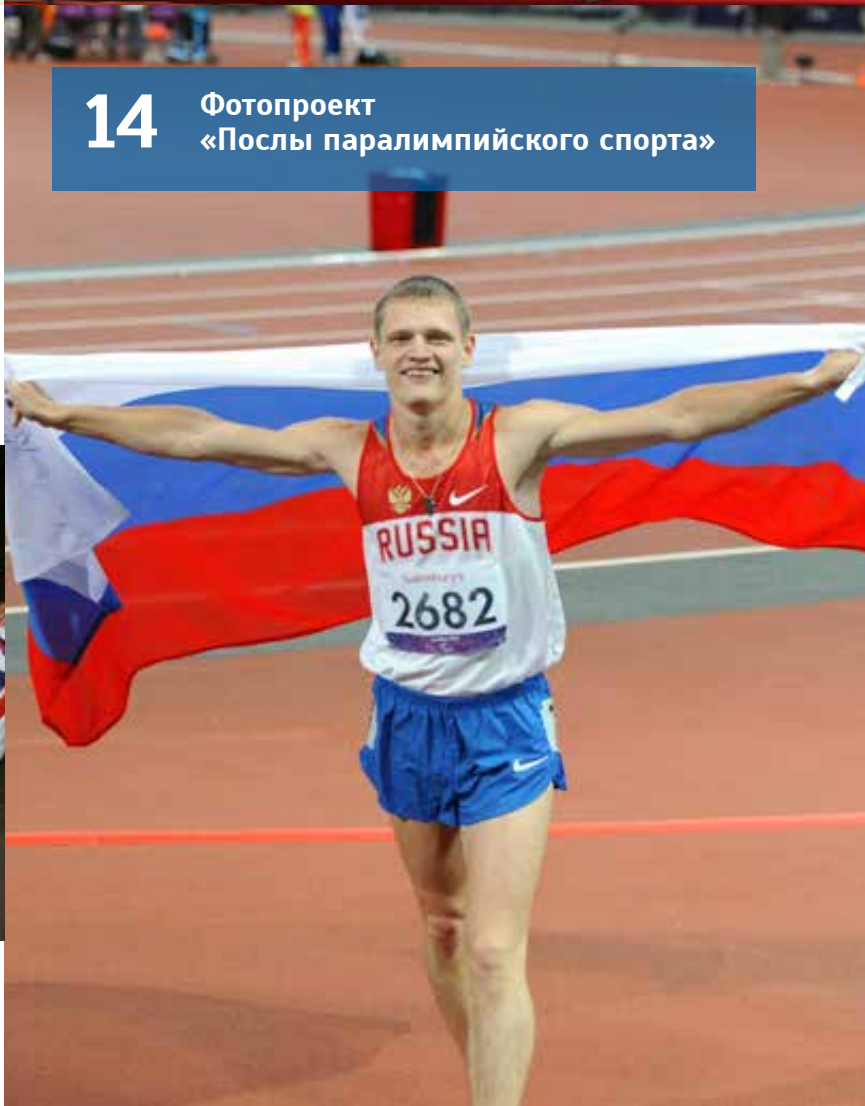
80

ФОТОГАЛЕРЕЯ
XII ПАРАЛИМПИЙСКИХ
ЛЕТНИХ ИГР 2004 ГОДА
В Г. АФИНЫ (ГРЕЦИЯ)



14

Фотопроект
«Послы паралимпийского спорта»



2

От лица главного редактора журнала Паралимпийского комитета России «Паралимпийский спорт» Павла Рожкова

Когда приступаешь к подготовке очередного нового номера журнала «Паралимпийский спорт», то всегда очень важно, в каком настроении ты это делаешь. Одно дело — в плохом, и совсем другое — в хорошем. Тогда не только в руках, но и в голове все, как говорится, спорится.

В настоящее время настроение у нас заметно улучшилось. Подняли его последние решения Международного паралимпийского комитета. 6 сентября Исполком МПК сообщил о допуске россиян к участию в международных соревнованиях, которые имеют статус квалификационных к предстоящим в марте 2018 года зимним Паралимпийским играм в южнокорейском Пхенчхане.

И пусть этот вердикт имеет половинчатый характер, так как нашим ребятам пока на данном этапе предстоит выступать не под своим российским триколором, а под нейтральным флагом, но,

тем не менее, позитивный шаг МПК вызывает у нас чувство оптимизма. Прежде всего потому, что он свидетельствует о серьезных изменениях, наметившихся в отношениях между Международным паралимпийским комитетом и Паралимпийским комитетом России в деле полного восстановления членства ПКР в рядах МПК, утраченного 7 августа прошлого года в самый канун летних Паралимпийских игр в Рио-де-Жанейро.


Долгое время, точнее год с лишним нам был закрыт путь и на зимние паралимпийские старты в Пхенчхане. Все это время ПКР предпринимал колоссальные усилия для того, чтобы снять этот запрет. И вот наконец-то мы добились первых ощутимых результатов.

Это, естественно, не может нас не радовать. Однако мы прекрасно осознаем, что процесс полномасштабного возвращения под зна-

мена Международного паралимпийского комитета будет очень сложным и трудным. Какие барьеры нам предстоит взять на этом тернистом пути? Об этом мы подробно расскажем в отдельном материале.

Хочу особо заметить, что несмотря на всю остроту переживаемого момента паралимпийский мир России продолжал и продолжает жить своей полноценной жизнью. И в этом можно лишним раз убедиться, если внимательно ознакомиться с материалами, которые опубликованы в нынешнем номере журнала. Надеюсь, интерес вызовет рассказы о работе коллектива спортивной базы в Новогорске, очерки и зарисовки о ведущих российских спортсменах, а также многое другое, что есть в номере.

В заключение хочу сказать следующее. Надо верить в лучшее, стремиться к нему, прилагая все усилия. И тогда, уверен, все получится так, как задумывалось.



Президент Паралимпийского комитета России Владимир Лукин: Первые конструктивные шаги на пути к Пхенчхану

3

Фото Владимир Гердо

Большее года потребовалось Паралимпийскому комитету России, чтобы добиться кардинальных сдвигов в решении сложнейшей проблемы – участия отечественных спортсменов в международных соревнованиях, проводимых под эгидой Международного паралимпийского комитета.

6 сентября после завершения заседания Исполкома МПК в Абу-Даби было объявлено, что россиянам наконец-то позволено в индивидуальном порядке принять участие в квалификационных соревнованиях предстоящих в марте зимних Паралимпийских игр в Пхенчхане в качестве нейтральных спортсменов без обозначения национальной принадлежности. Это стало первым конструктивным результатом работы ПКР с Международным паралимпийским комитетом.

Нам успешно удалось решить большинство проблем. Это констатировала и Рабочая группа МПК. Однако пока не нашла оснований для полного снятия «санкций». На том же заседании Исполкома МПК в Абу-Даби они были продлены. Также были перечислены семь нерешенных до конца вопросов, по большому счету, их три. Во-первых, вопросы, связанные с восстановлением Российского антидопингового агентства (РУСАДА) в качестве полноправного члена Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Во-вторых, вопросы, связанные с отношением к докладу Макларена. В-третьих, вопросы с финансированием реализации критериев. Есть основание считать, что окончательное решение по вопросу нашего участия будет принято в конце ноября.

Мы полагаем главной целью полноправное и всестороннее участие нашей команды на Паралимпийских играх вообще и, в частности, на зимних Играх в Южной Корее, поэтому мы приветствуем даже частичные и ограниченные меры, принятые в этом направлении, прекрасно понимая их частичность и ограниченность.

Хочу подчеркнуть, что ПКР продолжает сотрудничать с МПК по реализации критериев восстановления членства в организации.

Одной из главных задач сейчас для отечественного инвамира — это формирование высокой антидопинговой культуры в среде тех людей с инвалидностью, которые активно занимаются физкультурой и спортом. К сожалению, нам довольно часто приходится сталкиваться



с такой ситуацией, когда спортсмены просто не знают, какой громадный вред для здоровья приносит употребление запрещенных препаратов. Атлеты, зачастую, не осведомлены об этом. Именно поэтому ПКР решил донести это до широких масс любителей активного образа жизни.

В ПКР начали эту громадную деятельность с создания объемной антидопинговой образовательной программы, которую намерены реализовывать во всероссийском масштабе. В разработке программы вместе со специалистами ПКР активное участие принимали эксперты Рабочей группы МПК, РУСАДА и ВАДА. Цель программы — предотвращение преднамеренного или непреднамеренного использования спортсменами-паралимпийцами запрещенных субстанций и методов в паралимпийском спорте, повышение уровня осведомленности спортсменов, тренеров и обслуживающего персонала в вопросах борьбы с допингом. Это в конечном счете, на наш взгляд, должно способствовать обеспечению честной и чистой конкуренции спортсменов на всероссийских и международных соревнованиях по паралимпийским видам спорта. Мы должны добиться создания открытой среды с нулевой терпимостью к допингу, чтобы защитить целостность паралимпийского спорта.

Большое значение ПКР придает повышению информированности как спортсменов,

так и населения в целом о недопустимости применения допинга. Массовым тиражом выпущены плакаты, листовки и брошюры. Злободневной теме, в частности, было отдано немало материалов в предыдущем выпуске журнала «Паралимпийский спорт», в котором представлены подробности о работе «горячей линии» ПКР, проверке медицинских препаратов, дистанционной образовательной платформе РУСАДА. Для того, чтобы информация по антидопингу была более доступной, чтобы ее поиск не занимал много времени, все доку-

менты и материалы по антидопинговому обеспечению собраны в разделе «Антидопинг», размещенной на главной странице сайта ПКР.

Для повышения образованности в сфере антидопинговых знаний для членов сборных команд России и всех тех, кто имеет непосредственное отношение к их подготовке, ПКР опубликовал Антидопинговый кодекс МПК, разработал и опубликовал Антидопинговый справочник спортсмена-паралимпийца. 19 августа в г. Москве ПКР провел первый пилотный антидопинговый образовательный семинар для членов сборных команд России. Обучение и тестирование в этот день прошли более 30 спортсменов, тренеров и специалистов национальных команд по хоккею-следж,





керлингу на колясках и гребле на байдарках и каноэ. На сегодня более 600 спортсменов, тренеров и специалистов получили сертификаты об успешном пройденном обучении.

В ПКР в полном соответствии с требованиями МПК стремятся повысить ответственность всех спортсменов, особенно членов национальных сборных, за применение допинга. Весь коллектив национальных сборных для начала ознакомился и принял Положение ПКР по этике, конфликту интересов и борьбы с коррупцией, затем подписал антидопинговую декларацию, заявление о ненарушении антидопинговых правил, включился в процесс обучения посредством образовательной онлайн-платформы РУСАДА «Тригонал» с целью получения соответствующего сертификата. Атлеты и их наставники были извещены о том, что в системе ПКР были созданы

и приведены в действие Механизм обеспечения надлежащего исполнения всевозможных последствий, установленных в отношении нарушений антидопинговых правил, а также Механизм предания гласности всех фактов наложения санкций в отношении лиц, нарушивших антидопинговые правила.

Отныне все спортсмены без исключения находятся под неусыпным контролем не только уполномоченных РУСАДА и ВАДА, но и широкой общественности.

ПКР запустил «горячую линию», по которой можно сообщить о любых предполагаемых антидопинговых нарушениях.

Хочу особо подчеркнуть, что все эти инициативы направлены на реализацию Критериев восстановления членства ПКР в МПК.

Наряду с запуском «горячей линии» ПКР представил Послов паралимпийского спорта, выдающихся спортсменов-паралимпийцев, которые активно продвигают ценности паралимпийского движения, дух честной спортивной борьбы, идеалы чистого спорта, свободного от допинга.

Все предпринятые ПКР меры были высоко оценены участниками заседания международного круглого стола, обсудившими вопросы антидопинговой деятельности национальных паралимпийских комитетов. Об этих усилиях положительно отозвались международный независимый эксперт ВАДА, в настоящее

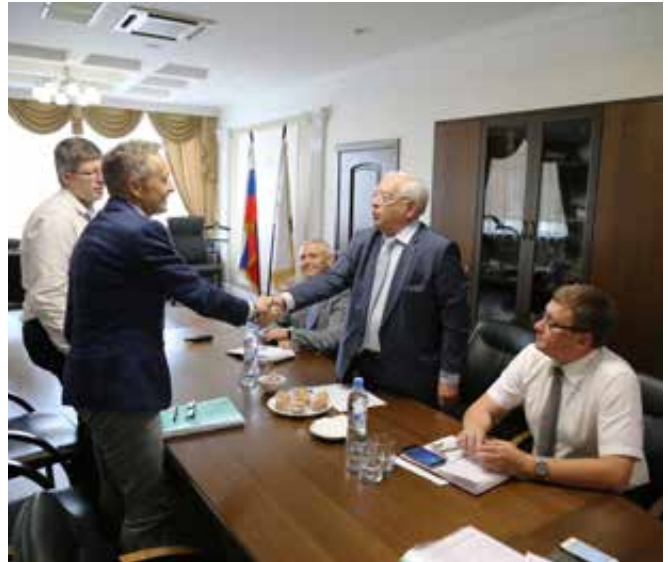


время работающих в России с целью оказания содействия по возвращению статуса соответствия РУСАДА Всемирному антидопинговому кодексу ВАДА, Питер-Ричард Николсон, генеральный директор Международной спортивной федерации колясочников и ампутантов IWAS Шармейн Хупер, руководители и представители ряда национальных паралимпийских комитетов.

По итогам обсуждения документов и материалов, руководители и представители Международной федерации IWAS и 12 национальных паралимпийских комитетов, в том числе Армении, Белоруссии, Болгарии, Вьетнама, Киргизстана, Китая, Сербии, Черногории, Казахстана, Таджикистана, Молдавии, Лаоса обратились с письмом в поддержку ПКР к Исполкому Международного паралимпийского комитета. Возможно, это обращение тоже возымело свое действие.

Между тем, в МПК произошли серьезные изменения: президента организации Филиппа Крэйвена, занимавшего этот пост четыре срока подряд с 2001 года, сменил его предшественник. На выборах, прошедших 8 сентября во время Генеральной ассамблеи МПК в Абу-Даби, из четырех кандидатов, среди которых были представители Китая, Канады и Дании, президентом МПК избран бывший вице-президент МПК 40-летний бразилец Эндрю Парсонс.

Это молодой и энергичный человек, переключающийся за будущее мирового паралим-



пийского спорта, смотрящий далеко вперед. Парсонс нам хорошо знаком, он всегда работал в тесном сотрудничестве с нами, неоднократно бывал в нашей стране — и на зимних Паралимпийских играх 2014 г. в Сочи, и на Играх IWAS 2015 г., которые также проводилась в Сочи, участвовал в открытии Дома паралимпийского спорта в Москве, принимал активное участие в мероприятиях по случаю 20-летия Паралимпийского комитета России в Кремле. У нас с Парсонсом установлены неплохие и личные, и рабочие отношения. Мы рассчитываем на продолжение полномасштабного сотрудничества.

В завершении хочу сказать, мы будем делать все от нас зависящее, чтобы выполнить задачу полной интеграции ПКР в мировое паралимпийское движение.





Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата – путь развития!

7

Российские спортсмены с поражением опорно-двигательного аппарата впервые приняли участие в играх IX летней Паралимпиады в 1992 году в г. Барселоне (Испания) в составе объединенной сборной команды.

Как сборная команда самостоятельного государства – России – спортсмены-опорники, совместно со спортсменами – инвалидами по зрению, впервые приняли участие в VI зимних Паралимпийских играх 1994 года в г. Лиллехаммер (Норвегия) и X летних Играх 1996 года в г. Атланта (США), заняв соответственно 5 и 16 общекомандное место.

Первым председателем учрежденной в 1987 году в Таллине Федерации СССР физической культуры для инвалидов стал известный в стране цирковой артист, получивший серьезную травму позвоночника, но сумевший вылечиться и вернуться на манеж, **Валентин Иванович Дикюль**.

С этого момента и началась серьезная государственная работа по развитию физической куль-

туры и спорта среди различных категорий и групп инвалидов, включая лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Активную помощь в этой работе оказывали начальник Главного управления физического воспитания населения Госкомспорта СССР **Анатолий Владимирович Царик**, сегодня – вице-президент Паралимпийского комитета России и Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА, а также заместитель начальника Главка, а затем заместитель председателя и председатель Госкомспор-





та России **Павел Алексеевич Рожков**, сегодня – председатель Исполкома, первый вице-президент ПКР и первый вице-президент Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА. Одним из первых специалистов, кто работал во вновь созданной организации ответственным секретарем, стала **Наталья Алексеевна Сладкова**, позже работала начальником отдела спорта инвалидов Минспорта России, а затем – руководителем отдела в Паралимпийском комитете России. Она и по сей день продолжает активно участвовать в жизни адаптивного спорта в России – является международным классификатором по легкой атлетике и бочка спорта лиц с ПОДА, автором множества статей и книг по классификации спортсменов.

9 июля 1999 года состоялось собрание учредителей Общероссийского союза общественных организаций инвалидов «Федерация физической культуры, спорта и туризма инвалидов».

Со дня основания, организацией, которая сейчас носит название «Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата», беспрерывно руководит её президент – **Лев Николаевич Селезнев**.

Чуть позже к нему присоединились **Борис Викторович Иванюженков** – почетный Президент центрального спортивного клуба «Витязь» г. Подольска, избранный председателем Совета Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА, и **Сергей Николаевич Лалакин** – председатель Высшего Попечительского (Наблюдательного) Совета Всероссийской

федерации спорта лиц с ПОДА, Председатель Попечительского Совета Благотворительного фонда «Наследие».

Б.В. Иванюженков – председатель Совета Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА:

«Спорт высших достижений создаёт в массовом сознании образы «суперлюдей», которым подвластны недостижимые пределы. Долгое время мировой спорт шёл по этому пути, и обычные люди, а тем более те, чьи возможности ограничены, жили вне внимания общества и СМИ. Паралимпийский спорт дал им шанс проявить себя, раскрыть свой потенциал, но на мой взгляд не это главное. Наши паралимпийцы – настоящий пример мужества. И для тех, кто занимается спортом, и для многих, кто перестал верить в себя.

Российские паралимпийцы не только мировые лидеры, это точка опоры и для здоровых спортсменов и для всех нас. Если люди с нарушениями опорно-двигательного аппарата покоряют мировые вершины, какое у тебя право опускать руки? Я часто советую тренерам



федераций традиционного спорта, покажите, особенно молодым спортсменам, тренировки и выступления наших «опорников», и они подарят новую надежду, новую силу, новое желание жить и побеждать.

Когда мы (я имею в виду клуб «Витязь») стали оказывать помощь спортсменам с ПОДА, ни у кого из коллег не было ни тени сомнения в этом. И глядя на сделанное, могу уверенно сказать, что все было не зря – паралимпийцы не чувствуют себя заброшенными в спортивной жизни. Им открыт спорт любых уровней достижений. Они вовлечены в жизнь и дают надежду нам».

Всего за десять с небольшим лет паралимпийская сборная команда России, основу которой составляют спортсмены с поражением ОДА, стала признанным лидером мирового паралимпийского движения.



Старт стремительного взлёта был дан сразу после зимних Паралимпийских игр 2002 года в г. Солт-Лейк-Сити (США), где сборная России заняла лишь 5 место в неофициальном общекомандном зачете. А уже через четыре года на Белой Паралимпиаде 2006 года в г. Турине (Италия) наша дружина была первой.

Спортсмены с поражением ОДА внесли решающий вклад в успешное выступление сборной команды страны на летних Паралимпийских играх 2012 года в г. Лондоне (Великобритания), впервые завоевав второе общекомандное место за всю историю выступления на летних Играх, и в общекомандную победу на XI Паралимпийских зимних играх 2014 года в г. Сочи (Россия).

На Паралимпиаде-2012 спортсменами Федерации ПОДА было завоевано: 21 зо-



лотая награда (из 36), 21 серебряная (из 38) и 15 бронзовых (из 28).

На Паралимпиаде-2014 сборная команда России завоевала максимальное количество медалей за свою историю участия в Паралимпийских зимних играх, начиная с 1994 года. Отрыв по количеству наград от ближайшего соперника, сборной команды Германии, составил 21 золотую медаль. Вклад спортсменов Федерации ПОДА в общий успех сборной команды России – 19 золотых медалей (из 30), 16 серебряных (из 38) и 17 бронзовых (из 22). В Паралимпиаде-2014 впервые участвовали российские сборные команды по хоккею-следж и керлингу на колясках, ставшие серебряными призерами соревнований.



С.Н. Лалакин – председатель Высшего Попечительского (Наблюдательного) Совета Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА:

«То, что делают наши спортсмены-паралимпийцы – подвиг. Они – настоящие герои, потому что победили не только соперников, но и, прежде всего, себя, мнение окружающих, считавших, что у них ничего не получится. И мы будем продолжать делать все от нас за-



висящее, чтобы отечественные спортсмены с поражением опорно-двигательного аппарата считались самыми сильными в мире».

Важно отметить, что Всероссийская федерация спорта лиц с ПОДА активно развивает те виды спорта, которые впервые включены в программу Паралимпийских игр, и в которых сборные команды Российской Федерации ранее никогда не принимали участие.

Спортивная сборная команда Российской Федерации по паратхэквондо уже сегодня завоевывает первые общекомандные места в неофициальном зачете на чемпионатах мира и Европы, конкурируя с признанными мировыми державами за лидерство. Не случайно именно эта дисциплина, по настоянию Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА, была включена в программу Всемирных игр



Международной спортивной федерации ампутантов и колясочников IWAS 2015 года в г. Сочи (Россия). И наша национальная команда в очередной раз смогла доказать свое мировое лидерство в этом виде спорта. Старший тренер спортивной сборной команды Российской Федерации по паратхэквондо – Александр Петрович Ефремов четыре раза (в 2012, 2013, 2014 и 2015 гг.) был удостоен звания лучшего тренера мира по версии Международной федерации тхэквондо.

В парабадминтоне также впервые появились призеры чемпионатов мира: Александр Мехдиев, Александр Попов, Юрий Степанов, Михаил Чивиксин, Александр Полстянкин, Олег Донцов.

Современные высшие спортивные достижения сборных команд Российской Федера-





ции на Паралимпийских играх, в том числе и в спорте лиц с поражением ОДА, сегодня являются примером и гордостью для многих наших сограждан. Своими выступлениями, рвением и волей к победе спортсмены-опорники навсегда вписали свои имена в историю мирового паралимпийского спорта.

Всероссийская федерация спорта лиц с ПОДА, являясь членом международных общественных спортивных организаций и объединений по спорту инвалидов, постоянно ведет активную работу на международной арене, направляет спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата для участия в международных спортивных мероприятиях, принимает участие в заседаниях Высших руководящих органов международных спортивных организаций инвалидов, занимается развитием, а также пропагандой паралимпийских видов спорта среди лиц с поражением ОДА в России и за рубежом, осуществляет организацию различных международных соревнований на территории Российской Федерации.

Кроме того, Федерация направляет российских представителей в руководящие органы международных спортивных федераций.

В 2013 году первый вице-президент Всероссийской федерации спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Павел Рожков был избран членом Исполкома Международной спортивной Федерации колясочников и ампутантов (IWAS) – одного из основателей паралимпийского движения. Двумя годами

позже он был назначен вице-президентом IWAS.

В 2015 году Основатель фонда «Параспорт», руководитель Комиссии по развитию паралимпийского движения при Паралимпийском комитете России Олег Бойко вошел в состав Комитета по развитию IWAS.

Членом Комитета IWAS по фехтованию в 2016 году избрана чемпионка мира и Европы по фехтованию на колясках – Ксения Овсянникова.

В 2015 году в сентябре-октябре в г. Сочи были с успехом проведены Всемирные игры ампутантов и колясочников IWAS – с участием более 600 спортсменов из 34 стран, а в декабре – этап Кубка мира по лыжным гонкам и биатлону, прошедший в Тюменской области. В 2013 году – чемпионат Европы МПК по пауэрлифтингу в г. Алексине Тульской области. В 2011 году – чемпионат мира МПК по лыжным гонкам и биатлону в г. Ханты-Мансийске ХМАО-Югры.





Ежегодно увеличивается количество спортивных мероприятий спорта лиц с ПОДА в Едином календарном плане (ЕКП) Минспорта России. Если в 2004 году в ЕКП насчитывалось порядка 100 подобных событий, то в 2016 году их число увеличилось более чем в четыре раза и составило более 400 спортивных мероприятий, организованных для обеспечения подготовки и роста профессионального мастерства сборных команд Российской Федерации по паралимпийским и непаралимпийским видам спорта лиц с поражением ОДА.

Одним из основных направлений деятельности Всероссийской федерации спорта

лиц с ПОДА является повышение осведомленности населения о занятиях спортом лиц с инвалидностью, информационно-образовательная деятельность и пропаганда спорта лиц с поражением ОДА в стране. Информационное обеспечение деятельности Федерации ПОДА является неотъемлемой частью работы по развитию вида спорта и его популяризации в России.

Всероссийской федерацией спорта лиц с ПОДА ежегодно проводятся физкультурные и спортивно-массовые мероприятия, призванные привлечь внимание населения различных регионов Российской Федерации



к спорту лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

В области информационного обеспечения и пропаганды занятий спортом среди лиц с ограниченными возможностями здоровья Федерация ПОДА ведет работу по подготовке и изданию печатных материалов, с последующей передачей их в субъекты РФ. Руководством Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА регулярно проводятся встречи со спортсменами, тренерами и специалистами сборных команд Российской Федерации, в рамках которых обсуждаются актуальные вопросы, связанные с развитием вида спорта в России. Всероссийская федерация спорта лиц с ПОДА совместно с Паралимпийским комитетом России организуют и участвуют во всех тематических выставках, связанных с развитием и пропагандой спорта инвалидов в стране, проводят спортивные мастер-классы для спортсменов, тренеров и специалистов по спорту лиц с поражением ОДА в целях повышения их квалификации, обеспечивают участие в семинарах по паралимпийской тематике, ежегодно проводится аттестация главных и старших тренеров

сборных команд России по спорту лиц с ПОДА.

Вся вышеперечисленная работа Всероссийской федерации спорта лиц с ПОДА способствует увеличению массовой численности лиц, систематически занимающихся спортом лиц с поражением опорно-двигательного аппарата в стране. Согласно данным федерального статистического наблюдения по форме 3-АФК по спорту лиц с поражением опорно-двигательного аппарата численность занимающихся адаптивной физической культурой и спортом в 2014 году составила 129 341 тыс. человек, в 2015 году – 145 874 тыс. человек, в 2016 году – 175 153 тыс. человек.

Постоянно ведется работа на уровне субъектов Российской Федерации. В настоящее время различные виды спорта лиц с поражением ОДА развиваются в 69 субъектах Российской Федерации из 85. Развитием спорта лиц с поражением ОДА занимается 59 юридических лиц – членов Федерации спорта лиц с ПОДА. Региональные отделения Всероссийской федерации спорта лиц с поражением ОДА созданы в 49 субъектах России.



Паралимпийский комитет России представляет Послов паралимпийского спорта, утвержденных Исполкомом ПКР 19 августа 2017 г. Ими стали одни из известных спортсменов-паралимпийцев, которые добиваются высоких спортивных результатов без применения запрещенных методов. Они являются примером для тысячи мальчишек и девчонок, которым еще предстоит подняться на вершину спортивного олимпа.

Миссия Послов: Активно продвигать ценности паралимпийского движения, дух честной спортивной борьбы, идеалы чистого спорта, свободного от допинга.

Девиз Послов: «Мы — российские паралимпийцы, часть единой паралимпийской семьи. Мы добиваемся достойных результатов благодаря упорному труду и воле к победе. Мы — за чистое отношение к своим друзьям — соперникам. Мы обязуемся всеми силами защищать идеалы честного и чистого спорта, свободного от допинга и любых иных незаконных приемов. Наш лозунг: **Победа только по правилам. Победа без правил — поражение**».



*Я побеждаю только
ценой своих усилий!*

МИХАЛИНА ЛЫСОВА

4-кратная чемпионка,
5-кратный серебряный
и 2-кратный бронзовый призер
Паралимпийских игр
по лыжным гонкам и биатлону
спорта слепых,
Заслуженный мастер спорта России.

Родилась 29 марта 1992 года
в г. Нижний Тагил
(Свердловская область).
Представляет
Свердловскую область.





16

П.А. Рожков: На пути в Пхенчхан

После решения Международного паралимпийского комитета о допуске россиян к участию в квалификационных международных соревнованиях к предстоящим в марте 2018 года зимним Паралимпийским играм в южнокорейском Пхенчхане, перед нашими атлетами появился реальный шанс принять участие в этих состязаниях. Как спортсмены намерены воспользоваться предоставленной открывшейся возможностью? Об этом и о многом другом у нас и пойдет речь в беседе с председателем Исполкома, первым вице-президентом Паралимпийского комитета России, руководителем Рабочей группы по подготовке и участию сборных команд России к XII Паралимпийским зимним играм 2018 г. в г. Пхенчхане (Республика Корея) Павлом Алексеевичем Рожковым.

— Если российских спортсменов-паралимпийцев все же допустят до Игр в Пхенчхане, то на что они в сложившейся обстановке там могут рассчитывать?

— Как бы там ни было, российские спортсмены не собираются ехать в Южную Корею статистами. Нет, они планируют, как и все

последние годы, показать самые высокие результаты и добиться заслуженного успеха. Для реализации таких планов у них есть все основания. Даже в самые трудные кризисные моменты подготовка к зимним Паралимпийским играм не прекращалась ни на день, ни на неделю, ни на месяц. Она шла в соответствии с утверждёнными графиками и планами.

— Как в этот период осуществлялся допинг-контроль?

— В постоянном режиме. Должен особо заметить, что со стороны ПКР велся жесточай-





ший контроль над тем, чтобы все спортсмены знали антидопинговые правила и соблюдали их: каждый спортсмен сборной команды России подписал антидопинговые декларации о недопустимости использования допинга, осведомленности об антидопинговых правилах и санкциях за их нарушение; каждый спортсмен принял участие в антидопинговом образовательном семинаре ПКР и успешно прошел тестирование по итогам семинара. Врачи ФМБА России вели контроль над тем, какие лекарственные препараты применяют атлеты. Проверка результатов тестирования членов нашей сборной проходила только в иностранных лабораториях, где не было выявлено ни одного случая применения ими допинга. Этот результат для нас особенно важен, потому что он наглядно свидетельствует о том, что наши спортсмены соревнуются честно.

Вот и сейчас, разрешив российским паралимпийцам участвовать в международных квалификационных соревнованиях перед Играми в Пхенчхане, МПК, между тем, вновь совершенно справедливо потребовал, чтобы все наши претенденты соответствовали условиям допуска к паралимпийским стартам. Основные из них заключаются в том, что атлеты должны находиться в международном пуле до-

пинг-тестирования сроком не менее шести месяцев и иметь, как минимум, две сданные ими допинг-пробы в течение полугода до их старта в соревнованиях.

— Как известно, до начала зимнего сезона на тот момент оставалось чуть более двух месяцев, и поэтому большинство наших спортсменов были лишены возможности выполнить эти условия. Как Вы искали решение проблемы?

— Именно с этой целью Паралимпийский комитет России уже 6 сентября сразу после объявления о допуске российских паралимпийцев к квалификационным соревнованиям в нейтральном статусе обратился в Рабочую группу МПК и Международный паралимпийский комитет с просьбой подтвердить необходимость выполнения пункта 22 а условий допуска (спортсмены должны



состоять в пуле тестирования как минимум шесть месяцев) одновременно с пунктом 22 б (спортсмены должны пройти тестирование дважды не менее, чем за шесть месяцев до начала соревнования). 10 сентября от Рабочей группы МПК пришел ответ с информацией о том, что для участия нейтральных спортсменов в отборочных состязаниях соблюдение пункта 22 а не требуется.

Сами понимаете, это известие нас несколько успокоило. Думаю, что сыграло свою роль то, что с целью реализации пункта 22 Критериев восстановления членства ПКР в МПК начиная с января 2017 года ПКР неоднократно отправлял в РУСАДА, МПК и ЮКАД [Антидопинговое агентство Великобритании] списки спортсменов по зимним и летним видам спорта в количестве более 900 человек с просьбой о включении в пулы тестирования с указанием, в качестве приоритетных, 106 спортсменов по зимним видам спорта.

— **Какова ситуация в данный момент?**

— В настоящее время все российские спортсмены по зимним паралимпийским видам спорта, планирующие участие в международных соревнованиях, включены в регистрируемые пулы тестирования МПК, Российского антидопингового агентства (РУСАДА) и Международной федерации керлинга.

15 сентября МПК вновь открыл ПКР доступ в систему управления спортивными данными (SDMS) для национальных пара-

лимпийских комитетов по предоставлению документов на спортсменов — участников соревнований, проводимых под эгидой МПК. Доступ в систему был закрыт для ПКР в сентябре 2016 года, когда МПК временно приостановил наше членство. ПКР уже вводит в систему SDMS необходимые документы на спортсменов — участников квалификационных соревнований к Паралимпийским играм 2018 года по лыжным гонкам, биатлону, горным лыжам и сноуборду, оплачивает лицензии МПК, подает заявки на прохождение международной функциональной классификации и участие в соревнованиях.

Сейчас ПКР совместно с РУСАДА и МПК ведет работу по организации срочного допинг-тестирования российских паралимпийцев, претендующих на участие в зимних Играх-2018, в полном соответствии с требованиями МПК.

— **Как известно, представители российского керлинга прошли необходимый отбор на зимние Паралимпийские игры в Пхенчхане, но пока не допущены МПК к участию в этих соревнованиях. Как Вы объясните такую странную ситуацию?**

— Это только на первый взгляд ситуация кажется такой. На самом деле ничего необычного в ней нет. Развитием керлинга на колясках в мире напрямую занимается Международная федерация керлинга. Поэтому она вправе самостоятельно делать то, что считает





нужным. В частности, Международная федерация керлинга не подвергала наших спортсменов никаким санкциям, они успешно участвовали в чемпионате мира, где заняли почетное второе место, формально выполнив условия для участия в зимних Паралимпийских играх. Но приглашает для выступления на Играх исключительно Международный паралимпийский комитет, который пока окончательно не определился, делать ему это или нет. Однако мы постараемся добиться того, чтобы нашим керлингистам разрешили выступить в Южной Корее. Это было бы справедливо.

— **Когда же начнутся квалификационные соревнования в тех видах, где россияне могут побороться за паралимпийские квоты?**

— Ближайшие квалификационные соревнования по горнолыжному спорту пройдут с 5 по 8 ноября в Нидерландах, сноуборду — с 7 по 8 ноября в ОАЭ, лыжным гонкам и биатлону — с 7 по 17 декабря в Канаде. Уверен, что уже там нашим спортсменам удастся завоевать необходимые рейтинговые очки для отбора на зимнюю Паралимпиаду.

— **В своих устремлениях поехать в Южную Корею какую поддержку Вы ощущаете от нашего государства?**

— Очень мощную и действенную. Министерство спорта оперативно решает все во-

просы с организацией тренировочных сборов, проведения всероссийских состязаний, участия в международных соревнованиях, выезда за границу, экипировки спортсменов. Если мы поедem в Южную Корею, то атлеты будут экипированы соответствующим образом, как и подобает российским спортсменам. Правительство заблаговременно позаботилось о том, чтобы решить все вопросы с премированием возможных победителей и призеров предстоящих зимних Паралимпийских игр. 15 сентября Председатель Кабинета министров Дмитрий Анатольевич Медведев подписал распоряжение о выделении из бюджета средств для награждения победителей и призеров как Олимпийских, так и Паралимпийских игр. За первое место будет выплачено 4 миллиона рублей, за второе — 2,5 миллиона рублей, за третье место — 1,7 миллиона рублей. Никто не будет обижен.

— **А какое настроение царит сейчас в рядах тех спортсменов, которые претендуют на поездку в Пхенчхан?**

— Все настроены по-боевому. А тем более сейчас, когда наши зимники допущены до квалификационных соревнований. Все атлеты готовы постоять за честь страны. А мы со своей стороны будем делать все от нас зависящее всеми силами.

*Помни — допинг
разрушает дух
честного спорта!*

АЛЕКСЕЙ БУГАЕВ

2-кратный чемпион, 2-кратный серебряный и бронзовый призер Паралимпийских игр по горнолыжному спорту среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, Заслуженный мастер спорта России.

Родился 30 марта 1997 года в г. Красноярске (Красноярский край). Представляет г. Москву / Красноярский край.



*Только все вместе мы
сможем защитить
чистоту спорта!*

АЛЕКСАНДР ШЕВЧЕНКО

Серебряный призер Паралимпийских игр,
3-кратный чемпион, серебряный призер
чемпионатов мира по керлингу на колясках,
Заслуженный мастер спорта России.

Родился 3 июня 1971 года
в г. Солнечногорске (Московская область).
Представляет г. Москву.



Громадным позитивным социальным смыслом наполнены дела Паралимпийского комитета города Москвы

Не секрет, что одному из ведущих в стране региональных отделений ПКР Паралимпийскому комитету Москвы приходится работать в особых условиях, связанных с местонахождением. Это накладывает на его деятельность своеобразный отпечаток. Она не заострена непосредственно на подготовке спортсменов высокого класса, на их участии в крупных всероссийских и международных соревнованиях. Этим успешно занимаются специализированные спортивные организации, которых в столице немало.

Вот почему так вышло, что Паралимпийский комитет Москвы сосредоточил свое внимание в основном на пропаганде спорта

инвалидов, на популяризации в их среде здорового образа жизни, на привлечении людей с ограниченными физическими возможностями к активным занятиям физкультурой и спортом. С этой целью реализуется немало социально весомых, имеющих важное значение не только для конкретного московского региона, но и для всей страны, не побоимся этого слова, грандиозных проектов, способствующих более быстрой интеграции инвалидов в наше общество.

Претворяет планы в жизнь небольшой коллектив специалистов во главе с президентом Паралимпийского комитета города Москвы Владимиром Тимофеевичем Пругло. Это человек редкого таланта, исключительной творческой многогранности и завидной целеустремленности, умеющий непременно сделать задуманное и выполнить обещанное, горячо стремящийся улучшить мир вокруг себя и всецело отдающийся решению этой задачи душой и сердцем.

Владимир Тимофеевич с удовольствием согласился рассказать нашему журналу о том, чем же сегодня живет Паралимпийский комитет Москвы.





— Владимир Тимофеевич, прежде всего мне хотелось бы спросить Вас — каким образом в Вашей жизни, большая часть которой была отдана юриспруденции и музыке, вдруг появилась инваспортивная тема?

— Знаете, моя прошлая деятельность все-таки была связана не только с музыкой и юриспруденцией. Так получилось, что примерно с 1995 года я стал работать под началом Михаила Александровича Меня. За последние 20–25 лет мне пришлось потрудиться и советником заместителя председателя комитета Госдумы РФ по культуре, и заведующим секретариатом вице-губернатора Московской области, и начальником отдела заместителя мэра Москвы по межрегиональным связям в составе Правительства Москвы. Как раз ра-

ботая на последней из названных должностей мне, помимо всего прочего, доверили курировать и спорт. Именно в то время я впервые столкнулся с инваспортивной проблематикой. И когда у моего тогдашнего шефа заместителя мэра столицы Михаила Александровича Меня, нынешнего министра строительства и жилищно-коммунального хозяйства России, с которым я до сих пор поддерживаю близкие доверительные отношения, возникла идея создания московского городского Паралимпийского комитета, то мы активно взялись за претворение этой задумки в жизнь. Такой комитет, который должен был стать координатором самостоятельной деятельности новых инвалидных организаций в спортивной сфере, был учрежден в 2004 году. Первоначально я занимал в нем пост вице-президента. А когда в 2005 году глава нашего объединения Михаил Александрович Меня стал Губернатором Ивановской области и вынужден был покинуть Москву, то предложил мою кандидатуру на должность президента, на которую я и был избран. Несмотря на то, что для меня в этой работе все было новым и освоение незнакомого мне прежде мира с его особенным народом, общением и пониманием ситуации далось мне очень тяжело, со временем инваспортивная проблематика увлекла меня по-настоящему — и я стал заниматься ею весьма плотно.

— В чем Вы видите основное предназначение Паралимпийского комитета Москвы? Каковы его цели и задачи?





— Официально являясь региональным отделением Паралимпийского комитета России, входя в его структуру и действуя согласно своему уставу, Паралимпийский комитет Москвы стал объединяющим центром инвалидов спортивных организаций столицы, плодотворно сотрудничая с ними во всех возможных направлениях. Основная его миссия — широкое привлечение молодых инвалидов в ряды физкультурников и спортсменов. Здесь, конечно же, важны не столько рекорды и победы, сколько возможность массового приобщения к спорту и пример для подрастающих поколений.

— **Вы были одним из инициаторов «создания» Национальной премии имени Елены Мухиной, одной из самых престижных в отечественном инвамире. Мне кажется, что в труде над ней нашли себе счастливое применение все Ваши ипостаси. Церемония награждения ею лучших деятелей инваспорта и инватворчества, лучших СМИ, освещающих проблемы бытия людей с ограниченными возможностями, лучших благотворителей и фирм-производителей реабилитационного оборудования благодаря Вам ведет свое начало с 2009 года...**

— Да, время летит быстро. Наша организация одной из первых в стране пришла к мысли о необходимости отмечать заслуги людей, внесших весомый вклад в дело становления российского инвалидного сообщества. Именно с этой целью мы руководствовались, учреждая Национальную премию имени Елены Мухиной. Когда мы задумывались о «создании» этой премии, то, не скрою, рассчитывали на успех. Но то, что он будет таких масштабов, таким весомым, сознаюсь откровенно, не ожидали. Реальность превзошла все наши самые благодные надежды.



— **Чем Вы объясните, что вручение премии стало неким знаковым статусным событием?**

— Прежде всего, тем, что отечественный инвамир, как показала действительность, получил такой замечательный праздник, которого ему явно не хватало. Он был без него нецелостным, а сейчас, образно говоря, приобрел свои законченные формы. Это почувствовали все, кто причастен к сообществу инвалидов. Лауреатами нашей почетной премии стали уже десятки людей из самых разных регионов России и зарубежья. Долгое время церемония награждения проводилась как самостоятельный праздник, несколько раз она проводилась в Зале церковных соборов Храма Христа Спасителя. Само место проведения свидетельствовало о величии духа русского народа, подчеркивало высокий статус национальной премии имени Елены Мухиной, завоевавшей заслуженный авторитет в среде тех, кто прежде не чувствовал к себе такого внимания, как сейчас. Специальными наградами отмечены деятели спорта, науки, культуры и искусства, жизненный путь которых служит примером того, как надо совершенствоваться и, несмотря на те трудности, которые возникали в судьбе, покорять профессиональные вершины. В настоящее время чествование лауреатов, происходящее в атмосфере душевной сердечности и теплоты, приурочено к проведению специализированной выставки, посвященной становлению инвамира в нашей стране.

— **Когда и где она состоится на сей раз?**

— Как обычно, по традиции экспозиция будет размещена в одном из павильонов выставочного центра в Сокольниках. Старт знаменательному событию будет дан 9 ноября, и продлится оно три дня. Явившись в 2011 году первой в истории России столь масштабной

выставкой подобного рода, демонстрирующей высокотехнологичные новинки инвамира, она стала и знаком перехода на новый уровень отношения государства и общества к людям с проблемами здоровья. В мире подобные мероприятия проводятся достаточно часто, но мы постарались охватить как можно больше сфер повседневной жизни людей с ограниченными возможностями здоровья и их деятельности, объединив в одно целое многостороннюю деловую и яркую культурную программы. Как известно, любая выставка является бизнес-площадкой для деловых контактов, коммерческих переговоров и профессионального обмена информацией — однако зачастую там человеческие характеры почти не ощущаются, их проявление подменяет суховатая деловая вежливость. Здесь же, хотя серьезные контакты и переговоры и имеют место, теплота отношений и неравнодушные участники выставки друг к другу чувствуются на каждом шагу. А это сказывается на окончательных позитивных результатах.

— **Проблема инвалидности имеет многоплановый характер, тем не менее хотелось бы узнать, на каких ключевых направлениях будет сосредоточено основное внимание организаторов выставки?**

— Первое направление — реабилитация, как медицинская, так и социальная. Второе основное направление — «Доступная среда», включающая универсальный дизайн и сферу

различных услуг. Иллюстрируют реабилитационное направление выставки экспозиции крупнейших разработчиков и производителей различных средств реабилитации и ортопедических изделий. Реабилитационные центры представят инновационные медицинские методы. Большую часть экспозиции займут стенды общественных организаций, представляющих свои программы социальной реабилитации. Их успешно реализуют Паралимпийский комитет России, а также его региональные отделения, Департамент физической культуры и спорта города Москвы, Департамент социальной защиты столицы, Министерство социальной защиты Московской области, которые поделятся своим опытом. Свою работу представят благотворительные и общественные инвалидные организации Москвы, Московской области и регионов, а также специализированные средства массовой информации. Второе тематическое направление выставки уже приобрело особую актуальность в последние годы. Об этом заботятся наши государственные органы, а им эффективно помогают различные компании, обеспечивающие своей продукцией доступность тех или иных объектов социальной, транспортной и инженерной инфраструктуры.

Кстати, в связи с усилившимся вниманием к этой проблематике изменилась концепция выставки и она по предложению руководите-





ля Комиссии по делам инвалидов при Президенте России, Советника Президента России Александры Юрьевны Левицкой даже поменяла свое название. Прежде оно звучало как «Реабилитация. Доступная среда», то теперь — «ИнваЭкспо. Общество для всех». При Комиссии по делам инвалидов была создана Рабочая группа по организации проведения международной выставки во главе с паралимпийским чемпионом, депутатом Государственной Думы Михаилом Терентьевым. Он возглавил оргкомитет выставки, в состав которого входят многие известные государственные деятели, представители федеральных органов исполнительной власти не ниже уровня заместителя министра.

— **Насколько мне известно, выставка станет площадкой для многих интересных встреч, широкого рассмотрения наболевших проблем многими заинтересованными лицами.**

— Да, это так! О значении выставки, на мой взгляд, свидетельствует и тот факт, что в это же время планируется проведение выездного заседания Комиссии по делам инвалидов при Президенте России. Во время этой встречи будут обсуждаться актуальные вопросы реабилитации инвалидов и создания доступной среды для жизнедеятельности инвалидов. К участию в заседании и на выставку приглашены руководители всех субъектов Российской Федерации.

— **Всеобщий интерес, несомненно, привлечет и организуемый в рамках выставки фестиваль творчества людей с ограниченными возможностями — "Парафест". В чем, по Вашему мнению, состоит уникальность этого события?**

— Прежде всего, в том, что это культурно-реабилитационное мероприятие, призванное объединить вместе всех инвалидов-творцов без возрастных, медицинских и иных

ограничений, а также талантливых здоровых людей, не желающих оставаться равнодушными к социальным проблемам. В программу фестиваля включены выступления множества музыкальных и танцевальных коллективов, на нем будут представлены лучшие образцы литературы и изобразительного искусства. Мы очень надеемся на самое разнообразное и всестороннее содействие в организации и проведении данного праздника — нам уже пообещали выделить низкопольные автобусы для колясочников и оповестить ребят из домов-интернатов. Это яркое и впечатляющее событие должно запомниться всем и надолго. Хочу особо отметить, что практической реализацией этого проекта занимаются два человека с очень тяжелой формой ДЦП — Мария Селихова и Артур Саркисян. Тем не менее, они успешно справляются с большим объемом работ, за что их стоит поблагодарить особо.

— **Не стоит забывать и еще об одной очень значимой инициативе Паралимпийского комитета Москвы — создание в рамках его структуры специализированного телеканала "ИнваМедиа-ТВ". В какой стадии находится сейчас его существование?**

— Увы, не в самом лучшем. Напомню, с 2011 года началось его тестовое вещание, а с 2012 — регулярное. Переоценить важность этого события невозможно: россиян с ограничениями в жизнедеятельности только официально насчитывается около 12 миллионов человек (из них москвичей — более миллиона) и их проблемы — будь то спортивные, медицинские, образовательные, правовые, жилищные или любые иные неразрывно связаны с жизнью всего нашего общества. Как показывали рейтинги, передачи пользовались вполне устойчивой популярностью. Однако в стране наступили трудные экономические времена, и серьезные финансовые проблемы заставили нас резко сократить объемы вещания. Теперь оно идет только по линии интернета. В решении этой проблемы нам немало помог президент ПКР Владимир Петрович Лукин. Но его усилий оказалось мало. Нам требуется либо мощная государственная поддержка, либо помощь спонсора, а еще лучше — участие в реализации проекта серьезного инвестора. И тогда канал опять будет радовать многие сотни и тысячи своих зрителей.

Допингу нет – вот наш ответ!



ИРИНА КАЛЬЯНОВА

2-кратный бронзовый призер Паралимпийских игр по дзюдо спорта слепых, Заслуженный мастер спорта России.

Родилась 31 августа 1966 года в г. Кумертау (Республика Башкортостан). Представляет г. Москву.

*Семейные
и спортивные
ценности —
идут рука
об руку!*

МАРГАРИТА ГОНЧАРОВА

3-кратная чемпионка, серебряный и 2-кратный бронзовый призер Паралимпийских игр по легкой атлетике спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, Заслуженный мастер спорта России.

Родилась 14 марта 1991 года в г. Вольске (Саратовская область). Представляет г. Москву.

ИВАН ГОНЧАРОВ

Серебряный и бронзовый призер чемпионата мира по лыжным гонкам и биатлону, серебряный призер чемпионата Европы по легкой атлетике спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, Мастер спорта международного класса.

Родился 3 апреля 1985 года в г. Москве. Представляет г. Москву.





«Дело жизни. От лица старшего тренера» — О.М. Костюченко

29

Российские спортсмены на протяжении многих лет уверенно одерживают победы и приносят стране золотые медали на соревнованиях по легкой атлетике самого высокого ранга. И имена лучших из них по праву находятся на самых видных страницах мировой летописи паралимпийского спорта.

В честь таких известных спортсменов с ПОДА как Алексей Ашапатов, Маргарита Гончарова, Евгений Швецов, Елена Иванова, Артем Арефьев неоднократно звучал национальный гимн, а российский флаг не раз поднимался вверх и гордо реял выше стягов других стран.

Отечественные спортсмены великолепно выступили на летних Паралимпийских играх 2012 года в Великобритании, опередив многие страны и заняв второе общекомандное место — вслед за явным лидером последних лет, сборной Китая.

И к Паралимпиаде 2016 года в Рио-де-Жанейро россияне подошли в максимальной степени готовности. Ребята и девушки были готовы делом доказать, что тяжелая работа на протяжении многих лет была проделана не зря. А высокие результаты должны были

поставить яркую финальную точку в конце четырехлетнего непростого пути в далекую Бразилию.

Но продемонстрировать свою предельную готовность побеждать россиянам не удалось. Тем не менее спортсмены не склонили голову под ударом судьбы и продолжают идти выбранной однажды и навсегда тернистой дорогой. К мечте, которую для них отодвинули еще на четыре сложных года — к победам на Паралимпийских играх 2020 года в Токио.

Сегодня наш собеседник — старший тренер сборной команды России по легкой атлетике спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА), Заслуженный тренер России Олег Михайлович Костюченко.

— **В начале нашего разговора расскажите, как давно Вы связаны с легкой атлетикой?**

— Я пришел в легкую атлетику в 12 лет, в 1977 году, и занимался метанием копья и толканием ядра. Норматив мастера спорта СССР выполнил в 1988 году — по толканию ядра. Это было примерно в одно время с окончанием мной института. Затем моя спортивная карьера продолжалась до 1992 года, я служил в Спортивном клубе армии (СКА) в Рязани.



— Олег Михайлович, какие дороги привели Вас в паралимпийский спорт?

— Я по образованию — тренер-преподаватель и начинал учителем в школе в Воронеже. Параллельно работал в организации «Солнышко», которая затем была преобразована в очень серьезный детский реабилитационный центр «Парус надежды». Я отработал в нем 16 лет, с 1996 года — в том числе и в качестве заведующего отделением спортивной реабилитации для детей с инвалидностью. Директором центра была необычный, далеко вперед смотрящий человек, которой сейчас, к сожалению, уже нет в живых, Наталья Васильевна Иванникова. Она предвидела появле-

ние и продвижение паралимпийского спорта тогда, когда у нас в стране он только начинался. И мы начали заниматься с детьми физической культурой, которая потом переросла в паралимпийский спорт.

Начали появляться первые ученики и в 2005 году мы впервые командой поехали на чемпионат России в город Омск. Тогда я впервые увидел, каково положение дел в нашей легкой атлетике.

— Сколько примерно спортсменов соперничало и какие регионы были ведущими?

— Тогда в соревновании принимали участие спортсмены из 35–37 регионов, а атлетов было порядка ста человек. Что касается лидеров, то к ним можно было отнести, в первую очередь, сборную Омской области. Также можно было выделить команды Ханты-Мансийского автономного округа, Москвы, Московской, Нижегородской и Свердловской областей. В этих регионах уже серьезно занимались ведущие спортсмены страны, которые показывали хорошие результаты.

Именно с них и началось все развитие легкой атлетики с ПОДА в нашей стране.

С того времени, конечно, сделан просто огромный шаг вперед — и нашим Паралимпийским комитетом России, и Всероссийской федерацией спорта лиц с поражением опор-





но-двигательного аппарата. Конечно же, при продуманной и серьезной поддержке со стороны государства.

— **Как Вы оказались в сборной России?**

— Мы около года тесно общались на многие темы с возглавлявшей тогда команду Ириной Александровной Громовой, а потом меня пригласили работать в сборную страны. Ей тогда нужен был тренер по метаниям, который бы поддержал ее и помог сборной, поскольку легкая атлетика имеет широкий спектр дисциплин — это и бег, и прыжки, и метания.

Ирина Александровна привлекла меня к совместной работе и я, конечно же, с удовольствием согласился. Потому что мне было интересно поработать со спортсменами, которые показывали хорошие результаты.

В команде я работаю с 2007 года, а в 2010 году был официально назначен старшим тренером сборной России по легкой атлетике спорта лиц с ПОДА.

— **Если брать период с 2005 по 2017 годы, когда произошел серьезный прорыв в российской легкой атлетике?**

— Думаю, что вы можете легко судить о нем, подняв индивидуальные результаты атлетов, зафиксированные на Паралимпийских играх в 2008 году, 2012 году, и в преддверии Паралимпиады-2016, в которой мы, к сожалению, не принимали участия.

Тем не менее, если сравнивать показатели разных лет,

то факт налицо — после Паралимпийских игр в Пекине мы действительно сделали очень большой шаг вперед.

Почему в некоторых странах никак не могут нам простить такие высокие достижения? Потому что они считают, что их можно достичь только с помощью какой-то допинговой программы, реализуемой при поддержке правительства. Только с этим они связывают наш скачкообразный прогресс. Но вы же понимаете, какого труда нам стоят эти награды.

Конечно, важным фактором является и то, что спортсменов надо готовить как можно больше. Ведь когда ты выводишь на старт тридцать или пятьдесят, к примеру, легкоатлетов, то рассчитывать на завоевание большого количества золотых медалей нереально.

Поэтому нам надо как можно быстрее расширять круг тех дисциплин, в которых мы можем быть представлены на крупных международных соревнованиях. А для этого увеличивать тренировочные сборы. Считаю, что в весенний период каждый спортсмен должен пройти два, как минимум, этапа подготовки.

Мы сталкиваемся со многими проблемами, а сейчас в ситуации, когда мы отстранены от международных стартов, все идет нам далеко не в плюс. Можно сказать, что это серьезный подрыв всего того, чего мы достигли за многие предыдущие годы. Но мы все равно будем бороться. Будем накапливать потенциал и надеюсь, что в скором времени возобновим постоянные выступления на международной арене.





— Если брать сегодняшний срез регионов страны, в которых легкая атлетика развивается наиболее динамично, кого бы Вы могли назвать?

— Хорошими темпами прогрессирует спортсмены из Ханты-Мансийского автономного округа, Москвы, Московской, Брянской и Нижегородской областей. Сейчас начинают набирать обороты сборная Санкт-Петербурга, Республики Северная Осетия — Алания, появляются перспективные легкоатлеты из Воронежской, Тюменской, Оренбургской областей и других регионов. Они серьезно подключаются к подготовке спортсменов для национальной команды, а география с каждым годом заметно расширяется.

В сложившейся ситуации очень многое зависит от тренеров, которые работают на местах, и, соответственно, финансовых возможностей региональных организаций. Ну и, конечно же, от желания специалистов заниматься именно с паралимпийцами, потому что это все же находится далеко от здоровой легкой атлетики.

— А в чем заключается специфика подготовки в паралимпийском спорте?

— Глядя на наши тренировки, тренер, который курирует здоровых спортсменов, скажет — это все несерьезно, как можно заниматься всего с одним-двумя атлетами? Но когда он сталкивается с инвалидами, то сразу понимает, что это совершенно разные вещи, что нельзя сравнивать ни процессы подготовки, ни показанные результаты.

Методики подготовки тоже отличаются довольно серьезно. В паралимпийском спорте, помимо восстановительного цикла, нужно учитывать и индивидуальные проблемы спортсме-

нов. Помимо физических проблем, которые хорошо видны, на них накручивается и много других жизненных трудностей социального характера, которые тренер должен знать и понимать. И в основном их решать приходится именно специалистам, работающим с паралимпийцами.

— Если говорить об условиях для занятий легкой атлетикой в стране, как Вы можете оценить уровень оснащения спортивными аренами?

— Мы начинаем сталкиваться с тем, что нам не хватает стадионов для занятий легкоатлетов с ограниченными возможностями здоровья. Не только соревновательных площадок, но и даже тренировочных арен хорошего уровня. Их мало, и мы очень часто вынуждены подстраиваться под тренировки здоровых атлетов, которые, зачастую, получают свободное время в первую очередь.

Никуда от этой проблемы, к сожалению, не деться. Если даже взять соседнюю Украину, то у них специализированная база для подготовки легкоатлетов была выстроена еще до Паралимпиады в Пекине.

Причем она полностью адаптирована для подготовки паралимпийцев. У нас же пока такой возможности нет, но руководство всех тренировочных баз, существующих в России, в большинстве вопросов идет нам навстречу. И, к примеру, Михаил Васильевич Дремов, руководитель базы "Юг-Спорт" в Сочи, очень внимательно относится к нашим проблемам и просьбам спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата. Такая же ситуация сложилась и на учебно-тренировочной базе в Новогорске, которую возглавляет Доморацкий Николай Сидорович, за что им большое спасибо.

— Как я понимаю, если говорить о подготовке спортсменов в зимний период, то возможности для этого минимальны — закрытых манежей в стране практически нет?

— По большому счету — да. К сожалению, таких манежей у нас очень мало. Зимние чемпионаты России легкоатлеты, да и не только наш вид спорта, проводят в Новочебоксарске. В Республике Чувашия построен великолепный двухэтажный манеж, с хорошим отдельным сектором для толкания ядра. Хочу отметить, что сейчас лучшая судейская бригада

по легкой атлетике работает именно в Новочебоксарске.

Мне, конечно, хочется, чтобы в России активно развивалось, в том числе, и судейское движение. Мы проводим определенную работу в этом направлении, организуем специальные семинары для специалистов. Потому что каждый тренер заинтересован в том, чтобы в его регионе были судьи высокой квалификации. Мы надеемся, что постепенно уровень арбитров в регионах будет повышаться и со временем мы будем привлекать их и для судейства соревнований всероссийского масштаба.

— **Если продолжать тему крытых манежей, то как много в стране регионов, в которых можно проводить зимние соревнования и тренировки?**

— Такие регионы у нас есть — манежи построены и в Казани, и в Волгограде, и в Москве. И недавно был введен в строй хороший легкоатлетический комплекс в Сургуте. То есть на местах, там, где руководство регионов заинтересовано в развитии паралимпийского спорта, оно находит возможности строить современные базы.

Ведь очевидно, что с введением в строй таких комплексов руководители найдут возможность привлечь к работе специалистов высо-

кого класса, которые со временем принесут региону высокие спортивные достижения.

— **Как в Вашем виде спорта в стране обстоит ситуация с тренерами? Существует ли какой-либо кадровый дефицит или в каждом регионе есть один-два минимум тренера, которые ведут подготовку спортсменов для сборной России?**

— Да, я именно так бы и сказал — в тех регионах, в которых культивируется легкая атлетика, есть специалисты хорошего уровня. Отрадно то, что действительно таких людей становится больше и, соответственно, начинается работа с большим количеством спортсменов. Специалисты не только обмениваются опытом с коллегами, но уже и получают определенные важные навыки в работе с людьми с поражением опорно-двигательного аппарата.

Идет взаимное обогащение и опытом, и знаниями — на пользу всей российской паралимпийской легкой атлетике.

— **Как Вы оцениваете потенциал юношей и девушек, которые составляют резерв национальной команды? И где Вы находите перспективных спортсменов?**

— Потенциал каждого человека надо оценивать индивидуально. С каждым начинаю-



щим спортсменом надо найти хороший контакт, увлечь его легкой атлетикой, а потом попробовать его возможности в самом широком спектре дисциплин.

— Я немного изменю вопрос — в плане потенциала для возможности обновления сборной России и притока молодых атлетов? Насколько юноши и девушки, принимающие участие в первенствах страны, готовы в ближайшее время заменить лидеров команды?

— На уровне привлечения талантливых спортсменов в сборную страны потенциал у нас, безусловно, есть, и он очень хороший. Приятно отметить, что сейчас у нас появляются ребята и девушки, которые в достаточно молодом возрасте уже показывают достойные результаты. К примеру, Андрей Вдовин и Дмитрий Сафронов (Нижегородская область), Светлана Кривенюк и Владислав Хрупин (Брянская область), Александра Неделько (Оренбургская область). Причем они так активно преуспели, что в 2016 году успели пройти и международную классификацию. А это немаловажный момент: обладая такой классификацией, атлет, показывающий высокий результат, попадает в сборную страны. К примеру, в Чебоксарах есть спортсмен, который прыгает очень неплохо и со своим показателем мог занять второе место на недавно прошедшем в Лондоне чемпионате мира.

— Скажите, насколько охотно юноши и девушки в регионах сейчас идут в легкую атлетику?

— Все зависит от конкретного тренера, который способен красиво подать наш вид спорта, заинтересовать спортсменов и увлечь за собой. Но мы разговариваем с тренерами и понимаем, что ситуация сейчас действительно патовая — потому что у нас, в сложившейся ситуации, очень мало соревнований в сезоне.

И мы сошлись с коллегами во мнении, что при таком положении дел спортсмены порой теряют спортивный потенциал. Но наши ведущие атлеты очень хорошо мотивированы не бросать занятия спортом, даже не попадая на международные старты. Ни у кого из них даже и мысли такой нет, поскольку



все они максимально заряжены на то, чтобы реализовать себя именно в паралимпийском спорте.

— Если говорить о результатах, в каких дисциплинах мы являемся лидерами, а в каких у нас еще есть проблемы?

— Мировым лидеров в последние годы является сборная Китая, которая начала готовиться к домашним Паралимпийским играм еще в 2002 году, за шесть лет до их начала. И к тому же эта страна обладает колоссальными человеческими ресурсами.

Тем не менее, мы в 2012 году на Паралимпийских играх в Лондоне оказались вслед за ними в командном зачете, став вторыми. Потенциал у наших спортсменов действительно очень высокий — нам надо его развивать и продолжать работать. И тогда результаты обязательно будут.

Для нас сейчас главное не останавливаться и не растерять все то, чего мы добились в предыдущие годы, а продолжать двигаться вперед активнее и интенсивнее. Очень важно — чтобы у нас внутри страны было понимание, что нам не надо останавливаться в развитии паралимпийского движения.

Наша легкая атлетика является одним из немногих видов, который из-за санкций пострадал больше всего. Ведь российские представители многих других видов спорта и сейчас продолжают выступать на международных соревнованиях.

— Наверняка Вы сопоставляли результаты, которые показали наши ребята в сентябре прошлого года на Открытых Всероссийских соревнованиях. Хотя в силу сложных погодных ус-

ловий трудно провести параллели с солнечным Рио-де-Жанейро...

— Конечно, но все эти выкладки — из области гипотетических сравнений. Но я хочу сказать одно — на Паралимпийских играх в Рио-де-Жанейро мы выглядели бы не менее достойно, чем в Лондоне. Это совершенно точно.

А, может быть, выступили бы даже и лучше. Потому что, когда спортсмены приезжают на Игры, они готовы показать определенный результат. А та соревновательная волна, которая их захватывает и увлекает за собой, обладает определенным эффектом. Кто-то показывает результат ниже своих возможностей, а кто-то, наоборот, прибавляет.

У нас раньше всегда было так, что команда в своей основе выступала даже лучше, чем можно было ожидать. Поэтому хочу подчеркнуть — мы хорошо подготовились к главным соревнованиям четырехлетия и были готовы достойно выступить на Паралимпийских играх в Бразилии.

У меня есть, конечно, выкладки по количеству медалей, которые мы могли вы-

играть. Но нельзя сравнивать Паралимпиаду с Открытыми Всероссийскими соревнованиями, которые проходили в подмосковном Новогорске при температуре 7 градусов, порывистом ветре и сильном дожде. В то время как в Рио-де-Жанейро температура воздуха была 25–30 градусов, а погода — солнечной и ясной.

Сравнивать наши результаты с показателями соперников мы будем тогда, когда вернемся на международную арену.

— **Олег Михайлович, как Вы сейчас оцениваете перспективы развития легкой атлетики в России?**

— У нас вовсе не опустились крылья, и на ногах ни в коем случае не выросли тяжелые гири. Наша команда даже сейчас находится на хорошем ходу, и мы все равно будем хорошо готовы к предстоящему летнему сезону 2018 года.

Надеюсь, что здравый смысл наконец-то возобладает и мы получим возможность вновь проявить свои лучшие качества на международных соревнованиях самого высокого уровня. И сможем вновь побеждать!



Я — за справедливый спорт!

АЛЕКСЕЙ АШАПАТОВ

4-кратный чемпион
Паралимпийских игр
по легкой атлетике спорта
лиц с поражением
опорно-двигательного аппарата,
Заслуженный мастер спорта России.

Родился 30 октября 1973 года
в г. Саратове (Саратовская область).
Представляет Ханты-Мансийский
автономный округ — Югру.



*На спортивных
дорожках есть место
только честной
борьбе!*



ЕВГЕНИЙ ШВЕЦОВ

3-кратный чемпион
Паралимпийских игр
по легкой атлетике спорта лиц
с поражением опорно-
двигательного аппарата,
Заслуженный мастер спорта России.

Родился 28 февраля 1988 года
в г. Омске (Омская область).
Представляет г. Санкт-Петербург
и Республику Мордовию.

Не дай допингу себя обмануть!

АЛЕКСЕЙ БЫЧЕНОК

Серебряный призер Паралимпийских игр, 2-кратный чемпион, 2-кратный серебряный и 2-кратный бронзовый призер чемпионата мира по лыжным гонкам и биатлону, бронзовый призер чемпионата мира по легкой атлетике спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, Заслуженный мастер спорта России.

Родился 31 июля 1986 года в поселке Темиртау (Кемеровская область). Представляет г. Москву.





Константин Лисенков: На Паралимпиаде в Токио хочу показать, на что я был способен в Рио-де-Жанейро!

39

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

КОНСТАНТИН ЛИСЕНКОВ

Родился 22 июня 1978 года в г. Энгельс (Саратовская область). В состав паралимпийской сборной команды России по плаванию спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата входит с 2005 года. Заслуженный мастер спорта России. 2-кратный чемпион, 2-кратный серебряный и 3-кратный бронзовый призер Паралимпийских игр, многократный чемпион мира, Европы и России. На Открытых Всероссийских спортивных соревнованиях по видам спорта, включенным в программу Паралимпийских

летних игр, завоевал 3 золотые и 2 серебряные медали и превысил результат чемпиона XV Паралимпийских летних игр 2016 года в г. Рио-де-Жанейро (Бразилия).

Награжден орденом Дружбы (2008 г.), орденом Почета (2012 г.), Почётной грамотой Президента Российской Федерации (2016 г.).

Первым тренером была Ефремова Елена Эдуардовна — Заслуженный тренер России. В настоящее время тренируется под руководством Борисовской Светланы Алексеевны — Заслуженного тренера России и Гнусаревой Александры Борисовны — тренера первой категории.

Титулованный российский пловец, 2-кратный паралимпийский чемпион Константин Лисенков считался одним из основных претендентов на победу на Паралимпийских играх 2016 года в Бразилии. Выступление на Открытых Всероссийских соревнованиях не очень-то порадовало Константина.

«Я тогда и морально был разбит, и физиче-

ски было тяжело, и не было соревновательной атмосферы, как на Паралимпийских играх, — вспоминает Лисенков. — До декабря не плавал — отдохнул, собрался с мыслями, и мы решили пойти еще на один паралимпийский цикл. Попробую еще что-нибудь выиграть — хотелось бы доплыть до Токио и показать, на что я был способен в Бразилии. Пото-



му что подготовка к Рио-де-Жанейро, возможно, была одна из самых лучших — я был в идеальной форме. Но не получилось...».

КАК СТАТЬ ЗМС ЗА 20 ДНЕЙ

Константину не так много лет, всего двадцать восемь, он уже участвовал в двух Паралимпиадах — в Пекине (2008 г.) и Лондоне (2012 г.). И не просто выступал, а завоевал для страны целую россыпь наград различного достоинства — 2 золота, 2 серебра и 3 бронзы. Причем на Игры в Китай пловец

отправился обычным мастером спорта России, которых в нашей стране немало, а вернулся, выиграв полный комплект наград, уже совершенно в другом статусе — Заслуженным мастером спорта России. В свои-то 19 лет.

«Вроде бы на Паралимпийских играх все произошло всего за 20 дней, но я шел к этому долгих 11 лет, — подчеркнул спортсмен. — Но это были, можно сказать, 11 лет ада. Только ад был не с огнем, а с водой, потому что в школьную пору я из воды вообще не вылезал, тренировки шли одна за одной. Кстати, удивительно, но звание «международника» я получил только в 25 лет».

ПЕРЕЛОМНЫЙ МОМЕНТ

А ведь однажды все могло пойти совсем по-другому, и тогда бы наша страна, да и весь мир не узнали бы о талантливом российском пловце. В юном возрасте Костя на время забросил тренировки.

«Лет в 11–12 я месяцев восемь вообще не плавал, — с улыбкой рассказывает спортсмен. — Тренировки надоели, да и смотрел на своих ровесников, как они весело отдыхают. Проводил какое-то время с ними и понял,





что это не мое. Вскоре я отобрался в сборную России и впервые поехал на чемпионат Европы. Я тогда выиграл золото, но меня сняли, потому что я неправильно прошел поворот, сделав лишний гребок. И тогда я понял — если я могу выиграть чемпионат Европы, то почему бы не плавать дальше?!».

ПРЕВЗОЙДЯ ОЖИДАНИЯ

Удивительно, но не завоеванное золото на чемпионате Европы стало для Лисенкова не поводом для огорчения, а, напротив, новым импульсом для дальнейшей работы.

«Мне тогда было лет четырнадцать, и я даже не расстроился: это стало для меня уроком и только еще больше разозлило, — делится воспоминаниями атлет. — Начал упорно заниматься и через три года выиграл золото на Паралимпиаде в Пекине. Причем на самих играх я понимал, что в одном виде программы точно буду в призах, а на остальные дистанции мы ставку не делали. Перед моей коронной стометровкой на спине, я плыл 100 метров вольным стилем, чтобы просто привыкнуть к воде, тумбочке, старту. И выиграл серебро».

«Это стало приятным шоком и завело меня еще больше, — продолжает Константин. — Появился дополнительный азарт. Потом я взял свое золото на спине, и бронзу еще на 50 метров вольным стилем. Кстати, тогда мне сначала казалось, что это предел, и уже можно уходить. Но со временем я понял, что

можно серебро и бронзу поменять на два золота. Начал тренироваться и получилось, что все было не зря».

РАЗВЕВАЯ СОМНЕНИЯ

Константин честно признается, что после пропущенной Паралимпиады в Рио-де-Жанейро всерьез подумывал о завершении карьеры.

«Конечно, тогда у меня было желание закончить, — рассказывает 2-кратный паралимпийский чемпион. — Но понимаю, что в 28 лет я ничего не умею и плавание — это моя работа. Хотел закончить, успешно выйдя в Рио, но не получилось.

Теперь буду готовиться к Паралимпиаде в Токио, но будет намного тяжелее. Потому что молодое поколение прогрессирует, а мои силенки уже на исходе (с улыбкой). Но самое сложное — заставить себя войти в воду. А когда зайдешь, все уже происходит на автомате, все уже хорошо отточено».

P.S. Кстати, свою постспортивную стезю в жизни Константин Лисенков уже выбрал. Сейчас он возглавляет Саратовское региональное отделение Всероссийской федерации спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, но скромно замечает: «Я только все изучаю, но мне это интересно. После окончания карьеры я буду этим заниматься и продвигать Саратовскую область в паралимпийском движении России».



Я — за честную борьбу!

ДМИТРИЙ КОКАРЕВ

3-кратный чемпион, 4-кратный серебряный и бронзовый призер Паралимпийских игр по плаванию спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, Заслуженный мастер спорта России.

Родился 11 февраля 1991 года в г. Нижнем Новгороде (Нижегородская область). Представляет Нижегородскую область.



*Я стремлюсь быть спортивным и
жизненным примером для новых
поколений спортсменов-паралимпийцев!*

ДМИТРИЙ ГРИГОРЬЕВ

2-кратный серебряный
и бронзовый призер
Паралимпийских игр по плаванию
спорта лиц с поражением
опорно-двигательного аппарата,
Заслуженный мастер спорта России.

Родился 21 августа 1992 года в г. Москве.
Представляет г. Москву.



*Борись честно,
соблюдай правила,
побеждай
красиво!*

ДАРЬЯ СТУКАЛОВА

Серебряный и 3-кратный
бронзовый призер
Паралимпийских игр
по плаванию спорта слепых,
Заслуженный мастер спорта России.

Родилась 22 августа 1994 года
в г. Воронеже (Воронежская область).
Представляет Воронежскую область.





**Сергей Малышев:
Волнуются все –
побеждает тот, кто умеет
справляться с эмоциями!**

45

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

СЕРГЕЙ МАЛЫШЕВ

Родился 5 марта 1976 года в г. Балашов (Саратовская область). В состав паралимпийской сборной команды России по пулевой стрельбе спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата входит с 1996 года. Заслуженный мастер спорта России. 2-кратный серебряный призер Паралимпийских игр (2008 и 2012 годов), многократный чемпион мира, Европы и России. На Открытых Всероссийских спортивных соревнованиях по видам спорта, включенным в программу Паралимпийских летних игр, завоевал 2 золотые и 1 се-

ребрянную медаль и трижды превысил результат чемпионов XV Паралимпийских летних игр 2016 года в г. Рио-де-Жанейро (Бразилия).

Награжден медалями ордена "За заслуги перед Отечеством" I степени (2012 г.) и II степени (2008 г.), Почётной грамотой Президента Российской Федерации (2016 г.).

Первым тренером был Гусев Виктор Федорович — Заслуженный тренер России. В настоящее время тренируется под руководством Моисеевой Марины Владимировны.

Двукратный серебряный призер Паралимпийских игр 2008 года в Пекине и 2012 года в Лондоне по пулевой стрельбе Сергей Малышев на протяжении уже многих лет является лидером сборной России. И раз за разом продолжает подтверждать свою высокую репутацию. К при-

меру, на недавнем чемпионате страны в Казани спортсмен из города Балашов, находящегося в Саратовской области, вновь стал победителем в стрельбе из пистолета.

Но одна цель пока так и остается не пораженной — медаль высшего достоинства на Паралимпийских играх. Спортсмен

в отменной форме подошел к летней Паралимпиаде 2016 года в Рио-де-Жанейро, установив мировой рекорд на Открытых Всероссийских соревнованиях.

Высокую готовность спортсмена перед Играми-2016 подчеркнул и старший тренер сборной России, Заслуженный тренер России Владислав Ляшенко: "Если бы мы поехали на Паралимпийские игры, Сергей был бы одним из основных претендентов на победу. Потому что мы были готовы очень хорошо — как никогда. И он мог выиграть как минимум одну золотую медаль".

РЕКОРД НА МНОГИЕ ГОДЫ

Уроженец города Балашов обладает рекордом, которому трудно найти равных в данном виде спорта. Вы только представьте — с 2005 года Сергей на каждом, подчеркиваем, каждом, турнире, выигрывает медали.

"У меня всегда перед соревнованиями есть такое внутреннее ощущение, что может получиться, — замечает собеседник. — И с 2005 года я ни с одного соревнования не приезжал без медали — ни с всероссийских, ни с международных. В самом худшем варианте это была одна бронзовая награда".

Общаясь с титулованным, но скромным спортсменом, проникаешься уверенностью в том, что рекордному достижению еще продолжаться и продолжаться. Тем более, что завершать карьеру Сергей не собирается. А впереди ждут новые испытания — чемпионаты Европы, мира и Паралимпийские игры 2020 года в Японии. Впрочем, есть одно "но", которое сейчас серьезно тревожит стрелка — успеет ли сборная России выполнить нормативы перед чемпионатом мира, который пройдет в мае следующего года и будет отборочным к Играм-2020?

НАПЕРЕКОР УХОДЯЩЕМУ ВРЕМЕНИ

Отказ в выступлении на Паралимпийских играх в Бразилии резко и больно ударил по судьбам всех российских паралимпийцев. И каждый решал для себя — идти ли на новый четырехлетний цикл, продолжать ли вновь изнурительные тренировки ради вновь отдалившейся цели?

"Конечно, я расстроился, но жизнь-то продолжается, — вспоминает о не лучшем периоде атлет. — Когда ты четыре года готовишься к ответственным соревнованиям, а потом получается, что все пошло насмарку. Тогда все выдержать мне помогли родные и близкие. Но я и сам человек не унываю-





ший. Но годы-то идут и время не вернешь. Получится ли четыре года выступать на таком же высоком уровне и приехать на Паралимпийские игры в Токио, не знаю. А перед Рио-де-Жанейро я находился на очень хорошем уровне готовности. Но мы тренируемся и стараемся поддерживать себя в хорошей форме. Надеемся, что в ближайшее время мы начнем выступать".

ВСЕГДА – ПО МАКСИМУМУ

В отличие от многих спортсменов, порой долго идущих к выбору вида спорта, стрелок из Саратовской области сразу принял решение, ставшее ключевым в жизни. В десятилетнем возрасте Сергей записался в стрелковую секцию, открывшуюся неподалеку от его дома в Балашове. Довольно быстро он добился серьезных успехов. Уже в 16 лет начал выступать на международных соревнованиях. А потом пришли и первые победы.

"В нашем сложном техническом виде спорта очень важны психологические моменты, — отмечает собеседник. — Волнуются все, кто-то больше, кто-то меньше. И тот, кто в данный момент лучше справится с эмоциями, тот и побеждает. Я всегда стараюсь выступать по-максимуму. А завоевание ме-

дали зависит от выступления других — если они отстреляют лучше, то у меня не будет медали. Стараюсь показать свой результат, а окажется он лучше или хуже соперников, уже зависит не от меня».

Спортсмен считает, что Паралимпийские игры заметно выделяются на фоне всех других соревнований.

"Там царит совершенно другая атмосфера и хочется показать хороший результат, — подчеркивает Сергей. — Повышенная ответственность, конечно, давит — если бы ее не было, то никто бы и не волновался. Опыт и настрой влияют на выступление — с годами это делать уже проще".

О ПОЛЬЗЕ ОПЫТА

"Соревновательный опыт очень важен — сейчас, когда мы не участвуем в международных соревнованиях, уровень нашей готовности снижается, — продолжает 41-летний спортсмен. — Когда ты постоянно выступаешь, то переживаешь волнение, учишься с ним справляться и запоминаешь определенное состояние. Исходя из этой памяти потом вспоминаешь, что тебе помогло в прошлый раз. Эти моменты нужно хранить в своей памяти. Думаю, что двух-трех новых стартов

будет достаточно, чтобы вспомнить все подзабытое".

ЛИДЕР КОМАНДЫ

Владислав Ляшенко отметил готовность спортсмена всегда прийти на выручку, подчеркнув: "Сергей — человек, который является ядром нашей команды и готов оказать любую помощь. В этом году, к примеру, он на своей машине дважды ездил из Балашова на соревнования в Казань. И при этом забирал и все оружие команды, и вещи, да еще и двух человек в Саратове прихватывал. Меня это заинтересовало, и я спросил: "Сергей, а почему ты это делаешь?". И он ответил просто — "Я же вижу, как им трудно".

"Он очень образованный и широко эрудированный человек, — продолжил специалист. — Если едет на сборы или соревнования, то заранее изучает все о той или иной стране. И всегда готов рассказать в деталях. Может быть, ему поэтому так легко и стреляется — потому что он не заикливается на самой стрельбе, его интересы гораздо шире. Если выбирать капитана команды — то, конечно, это Сергей. Он является сильной фигурой, которую признают все. Далеко не случайно в 2015 году он был признан лучшим паралимпийским стрелком мира.

Сергей — умный человек, правильно ориентирован в жизни и благодаря своей образованности всегда может сконцентрироваться

в нужный момент. Я думаю, что на Паралимпийских играх 2020 года Сергей Малышев будет лидером нашей команды. А его возраст — очень хороший для стрелка".





Константин Курохтин: Путь длиною в 16 лет – чтобы стать лучшим в мире!

49

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

КОНСТАНТИН КУРОХТИН

Родился 1 июля 1978 года в г. Москве. В состав паралимпийской сборной команды России по керлингу на колясках входит с 2010 года. Заслуженный мастер спорта России. Победитель и серебряный призер чемпионатов мира (2016 и 2017 года соответственно), 3-кратный чемпион России (2013, 2014 и 2016 годов).

Первым тренером был Шевченко Владимир Федорович. В настоящее время тренируется под руководством Нестеровой Маргариты Владимировны — Заслуженного тренера России.

Константин Курохтин на протяжении многих лет в мире российского керлинга известен и узнаваем. Спортсмен в последние годы на слуху, в самом расцвете лет, но чего-то, какого-то нюанса не хватало, чтобы войти в первую пятерку сильнейших, выбранный старшим тренером сборной команды России Антоном Батугиным.

В 2017 году все получилось, «звезды сошлись». На чемпионате мира в Корее, увенчанном для команды серебряными медалями (в финале действующие чемпионы мира россияне проиграли норвежцам), Курохтин был признан лучшим игроком турнира





по мнению всех участников соревнования. А такое признание, поверьте, дорогого стоит.

«Вы знаете, для меня такой выбор стал шоком — это действительно было неожиданно и очень приятно, — говорит спортсмен. — К нашей команде вообще все относятся хорошо в сообществе керлинга — наши ребята общительны, все время улыбаются и постоянно идут на контакт. И это тоже важно. Поэтому выбор меня лучшим игроком соревнования — это признание заслуг всей команды».

НЕЧАЯННЫЙ ШАНС

Константин Курохтин спокойно раскрывает детали своего долгого пути к внезапно засиявшим звездам.

«Я являюсь инвалидом с 2001 года, а с 2002 уже начал себя пробовать в различных видах спорта — и в легкой атлетике, и в настольном теннисе, — продолжает рассказ именитый спортсмен. — Я состоял в спортивном клубе инвалидов нашего Северо-Восточного округа Москвы «Ахиллес». В этом клубе большой акцент делался не на спорт высших достижений, а на адаптацию к жизни через занятия спортом. Однажды один молодой человек из нашего клуба, не знаю уж как он в керлинг попал (*смеется*), но он пригласил нас поехать и посмотреть, что же такое керлинг. Тогда несколько человек отправились на клубном автобусе в «Планету льда».

Титулованный сегодня спортсмен честно признается, что тогда керлинг для него был terra incognita, «землей неизведанной».

«Тогда никто в керлинге на колясках в стране практически не разбирался, но что-то забавное в этом было, — с улыбкой говорит атлет. — Не знаю, что тогда произошло, но меня как-то сразу притянуло в этот вид спорта. Ви-

димо, оказалось то, что это командный вид, к которым я тяготею и то, что в ходе игры постоянно приходится думать».

В ШАГЕ ОТ ПАРАЛИМПИАДЫ

Курохтин в составе своей столичной команды не раз выигрывал чемпионаты России, но до основного состава сборной страны он немного, но все же не дотягивал. В за-

явке на XI Паралимпийские зимние игры 2014 года в Сочи его не оказалось. Старший тренер сборной России, Заслуженный тренер России Антон Батугин предпочел сделать ставку на испытанную пятерку, и решение себя оправдало — команда на дебютных для себя Играх взяла серебро.

«Я входил в состав команды и был в ближайшем резерве, — вспоминает спортсмен. — Я ездил с ребятами на все сборы, был шестым игроком, на подхвате, и если бы с кем-то из команды что-то случилось, то был готов его заменить. Но хорошо, что ничего такого не произошло, и все ребята живы и здоровы. Но состав команды был сформирован уже с 2010 года и тренер принял правильное решение, не став никого менять. Ребята хорошо выступили на Паралимпийских играх».

БЕЗ ТЕНИ ОБИДЫ

Константин стоически принял решение тренерского штаба, подчеркнув, что об обиде тогда не было даже и речи.

«Может быть, в каких-то моментах, тогда я был сильнее кого-то из ребят, но никаких обид у меня абсолютно не было», — сказал Курохтин. — Я вообще всегда стараюсь все





то, что делаю в керлинге, в первую очередь акцентировать на том, чтобы это приносило пользу России. И наш тренер, Антон Андрианович, не ошибается».

СТАТЬ СКИПОМ — ВНУТРЕННИЙ ВЫБОР

Собеседник в разговоре признался, что приход на позицию скипа (ведущего игрока) команды стало сочетанием природных качеств и обстоятельств.

«Как говорит мой товарищ, у меня пылкий ум, — говорит комбинатор. — Когда я делал первые шаги в керлинге, то сразу хотелось больше понять логику этой игры. И, видимо, в ходе турниров я проявлял активность в плане выбора тактики, помогая капитану, и тренер поставил меня на эту позицию. Так я там и остался. На сегодняшний день, мне кажется, все получается нормально (с улыбкой). Можно сказать, что это было мое желание. Я доволен тем, что у меня получается неплохо руководить процессом игры».

ЗА ЗОЛОТОМ — В «ТЕМНЫЙ ЛЕС»

Игрок сборной России очень аккуратно и осторожно рассуждает о перспективах



национальной команды на Паралимпиаде 2018 года в Южной Корее.

«Для меня в Корее все будет в новинку, можно сказать, что это для меня — темный лес, — отмечает спортсмен. — Потому что я в Сочи не был во время Паралимпийских игр. Не сложилось поехать и почувствовать атмосферу соревнований. Но сейчас я морально готовлюсь к участию в Паралимпийских играх. Я давно готов, еще с 2010–2011 годов (смеется). И мы с удвоенным настроем подходим к Играм — мы готовимся выступить успешно, несмотря на временное приостановление членства ПКР в МПК».

«После второго места на чемпионате мира в Корее вся наша команда настроена только на победу на Паралимпийских играх, — подчеркнул Курохтин. — У ребят было три чемпионства на чемпионатах мира, причем два подряд — в 2015 и 2016 годах. И весь турнир мы отыграли хорошо, только в финале чуток не совладали с нервами. Поэтому, естественно, у нас есть спортивная злость и на себя, и на соперников, которые в тот момент оказались чуть-чуть сильнее. Подобную ошибку нам допускать нельзя».



*Борьба команды —
моя борьба!*



ДМИТРИЙ ЛISOV

Серебряный призер
Паралимпийских игр,
2-кратный бронзовый призер
чемпионатов мира, чемпион Европы
по хоккею-следж, капитан сборной
России с 2014 года, лучший нападающий
чемпионата мира 2015 года,
Засуженный мастер спорта России.

Родился 23 октября 1990 года
в пос. Барыбино (Московская область).
Представляет Московскую область.



**Мария Папулова:
На Паралимпиаде надо не
думать о медалях, а хорошо
сделать свою работу!**

53

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

МАРИЯ ПАПУЛОВА

Родилась 4 февраля 1982 года в г. Чусовой (Пермский край).

В состав паралимпийской сборной команды России по горнолыжному спорту среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата входит с 2009 года. Мастер спорта международного класса.

Серебряный, 2-кратный бронзовый призер чемпионата мира МПК по горнолыжному спорту 2015 года в Канаде. Многократный призер Кубков Мира и Европы, многократная чемпионка России. Участница XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи.

Личный тренер с начала занятий горными лыжами и по настоящее время Овсянников Валерий Алексеевич.

Горнолыжница Мария Папулова в паралимпийской сборной команде России представляет небольшой город Чусовой, расположенный в Пермском крае. Но не зря говорят — "мал золотник, да дорог". В городке проживает меньше 50 тысяч, а слава о спортивных достижениях его знаменитых уроженцев достигла самых отдаленных уголков планеты. О таких, к примеру, как известные саночники Альберт Демченко и Татьяна Иванова, серебряные призеры зимних Олимпийских игр 2014 года в Сочи.

У героини нашего рассказа роман с российской столицей Паралимпиады не сложился. Но после предстоящих Паралимпийских игр название скромного населенного пункта, расположенного на одноименной могучей реке, не будет сходить со страниц изданий различных стран мира — в материалах об успехах смелой и красивой российской спортсменки Марии Папуловой.

ВСЕ НАЧАЛОСЬ СО СНОУБОРДА

Маша родилась с травмой руки, но это не мешало ей с ранних лет увлекаться одним из самых красивых и рискованных видов



спорта — сноубордом. "Городок у нас маленький, но в нем есть хорошая горка и много знаменитых спортсменов вышли из Чусового — в санном спорте, горных лыжах и фри-стайле, — рассказывает Мария. — И я стала заниматься сноубордом, он тогда только начинал развиваться в России. Конкуренция была не очень большая и в нем не было деления на олимпийцев и паралимпийцев. Я начала выступать на соревнованиях, в городе и округе. А потом известная горнолыжница Надя Сангатова, друг нашей семьи, слышала про паралимпийцев и сказала мне — "Тебе срочно нужно туда!".

У Марии уже росла дочь и казалось — зачем стремиться к чему-то непонятному и неизведанному? Но спортсменка решила и сейчас несколько об этом не жалеет. "У меня уже дочке Диане было два года, когда мы узнали о паралимпийском спорте и начали выступать, — продолжает собеседница. — Не все, конечно, сразу получалось — все шло через трудности и травмы".

СТЕРЖЕНЬ ДЛИНОЙ В 30 САНТИМЕТРОВ

В 2008 году Папулова пробилась в паралимпийскую сборную команду России по горнолыжному спорту. Казалось бы, вот она, заветная цель, рядом — стоит только руку протянуть. Но прекрасно-коварные склоны поставили перед спортсменкой очередную преграду, Мария сломала ногу, а восстано-

вление после операции проходило очень болезненно и долго.

"Когда я, в 2008 году, сломала ногу, мне было очень больно и я думала — "Все, я больше никогда не одену эти лыжи, не нужны мне никакие горы! Я даже не хочу об этом думать!", — с улыбкой сейчас вспоминает не лучший период своей жизни горнолыжница. — А когда мне сделали операцию и через два дня я полностью пришла в себя, то сразу подумала:





"Ну как же так, не может быть, чтобы я не встала на лыжи. Я обязательно встану!".

Папулова подчеркнула, что та травма была первой и самой тяжелой — нога после открытого перелома заживала очень долго. "С металлическим стержнем внутри я каталась целый год, — отмечает спортсменка. — А потом я еще и сломала болты в этом стержне. Вот эти два года мучений со стержнем были для меня очень бесперспективными, никаких результатов не было. Стержень был большой, длиной в 30 сантиметров, от колена до лодыжки и он, может быть, мешал мне. А когда его убрали, мне сразу стало легко и хорошо".

ЯРКИЕ ЭМОЦИИ, ГОРЬКОЕ РАЗОЧАРОВАНИЕ

Спортсменка с особыми чувствами ожидала выступления на домашних Паралимпийских играх и была уверена, что у нее получится подняться на заветный пьедестал почета. Но сочинское послевкусие отдавало и отдает не чарующим ароматом успеха, а сильной горечью неудачи: три старта — и три четвертых места.

"Воспоминания об Играх в Сочи у меня, конечно, очень яркие — это было такое грандиозное событие, — продолжает Мария. — Но так как меня мой результат совершенно не устроил, я с сожалением вспоминаю о той Паралимпиаде. Я понимаю, что все могло быть по-другому и гораздо лучше. И после

таких соревнований думаешь — "Ну что же я вот так сделала в этой ситуации? Надо было быть посмелее, по сильнее и в чем-то рискнуть. Я мечтала быть на пьедестале, но потом сделала для себя вывод — нельзя заранее думать о медалях. Потому что я была уверена в том, что у меня будет медаль, а уверенность оказалась излишней...».

КОМПЛИМЕНТЫ ОТ ФРАНЦУЗОВ

Через год после Игр был чемпионат мира в Канаде, на котором россиянка завоевала сразу три награды — серебряную и две бронзовые. Причем в одной из дисциплин Мария выиграла первую попытку. И не у кого-нибудь, а у признанной королевы снежных трасс — непобедимой паралимпийской чемпионки француженки Мари Буше.

"Тогда я, к своему удивлению, выиграла три медали, — улыбается Мария. — Потому что я трусиха и в скоростном спуске всегда сопротивляюсь. Хотя тренер говорит, что у меня есть предрасположенность именно к этой дисциплине — плавность движений и хорошая дуга. Но так как там большие скорости, я непроизвольно сдерживаю себя и не могу нестись сломя голову. И в слаломе я выиграла у Мари Буше в первой попытке, что вообще никому не удавалась. Меня даже французы поздравляли с тем, что я ее опередила. Но она потом очень сильно, видимо, на меня разозлилась и во второй попытке дала жару (смеется)".

СТАВКА — НА ХЛАДНОКРОВИЕ

Мария надеется, что на следующих Паралимпийских играх ей удастся учесть все ошибки, допущенные в Сочи, и избежать просчетов.

"Мне хочется, конечно, победить Буше, но мне все же лучше не думать о медалях, а хорошо выполнять свою работу, — считает Папулова. — Качественно и как можно техничнее и чище. Я стараюсь не слишком эмоционально подходить к Играм. Потому что у меня в Сочи была очень эмоциональная Паралимпиада и я свои силы и энергию, возможно, растратила неправильно. Сейчас мне нужно просто делать свое дело, и я знаю, что мне нужно делать. В Сочи была моя первая Паралимпиада и психологически, может быть, я не совсем правильно подошла к ней. Я хотела слишком многого и была уверена, что у меня это будет. А сейчас я стараюсь думать по-другому".

ГЛАВНАЯ ПОДДЕРЖКА — В СЕМЬЕ

Спортсменка подчеркнула, что силы для преодоления неудач она набирает в кругу близких, заряжаясь энергией и эмоционально подпитываясь от папы Виктора Ивановича, мамы Людмилы Евгеньевны и дочки Дианы.

"Моя семья меня всегда поддерживает — когда я приезжаю, они мне всегда говорят: главное — что ты здорова, — продолжает Мария. — Им ничего другого не надо, лишь бы не было травм. Они смотрели и Паралимпиаду, и чемпионат мира, хотя я им запрещала — папа у меня очень сильно переживает. Особенно когда идут скоростные виды. Но они все узнали в интернете, подключили моих подруг, и все увидели. А дочка... Я с таким тренировочным графиком дома очень мало времени провожу с дочкой. И когда у меня есть возможность брать ее с собой на сборы, я всегда это делаю. Диана тоже занимается горными лыжами и иногда уже тренируется вместе с нами".

ШАНСЫ НА УСПЕХ ВЫСОКИ

Старший тренер сборной России по горным лыжам спорта лиц с ПОДА, Заслуженный тренер России Александр Назаров высоко оценивает возможности и потенциал лидера национальной команды.

"Мария — хорошая, очень отзывчивая, трудолюбивая и целеустремленная спортсменка, — отметил специалист. — К сожалению, на Паралимпийских играх в Сочи Марии не удалось завоевать медали. Она трижды могла быть в призовой тройке, особенно в слаломе. Проехала первую попытку второй и психологически не справилась потом с высоким давлением. Я могу констатировать — три четвертых места, которые Мария заняла в Сочи — это ее большая неудача".

Тренер уверен, что на Паралимпийских играх Мария способна стать одним из открытий.

"Мы должны подвести ее к пику спортивной формы и все идет по плану, — добавил Назаров. — Она очень хороший исполнитель и все глубоко анализирует. Всю информацию пропускает через себя, она должна сначала все понять и только после этого все качественно исполнять. Я не сторонник заранее говорить о задачах, но Мария — один из лидеров мирового горнолыжного спорта. И одна из самых красивых горнолыжниц мира".





*Играя нечестно,
ты обманываешь
не только своих
соперников,
но и наносишь
ущерб престижу
своей страны!*

ВАДИМ СЕЛЮКИН

Серебряный призер Паралимпийских игр,
2-кратный бронзовый призер
чемпионатов мира,
чемпион Европы по хоккею-следж,
капитан сборной России
с 2010 по 2014 год,
Заслуженный мастер спорта России.

Родился 26 марта 1977 года
в г. Киселевске (Кемеровская область).
Представляет Московскую область.



58

**Дмитрий Сафронов:
Никогда не возникало
желания бросить спорт!
Спорт – это моя работа!**

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

ДМИТРИЙ САФРОНОВ

Родился 12 октября 1995 года в г. Дзержинске (Нижегородская область). В состав паралимпийской сборной команды России по легкой атлетике спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата входит с 2012 года. Заслуженный мастер спорта России. 4-кратный чемпион мира, 3-кратный чемпион и серебряный призер чемпионатов Европы, многократный чемпион России. На Открытых Всероссийских спортивных соревнованиях по видам спорта, вклю-

ченным в программу Паралимпийских летних игр, завоевал 2 золотые медали и дважды превысил результат чемпионов XV Паралимпийских летних игр 2016 года в г. Рио-де-Жанейро (Бразилия).

Награжден Почётной грамотой Президента Российской Федерации (2016 г.). Первым тренером был Кошелев Александр Николаевич — Заслуженный тренер России. В настоящее время тренируется под руководством Кошелевой Галины Николаевны — Заслуженного тренера России и Кошелева Александра Николаевича.

Уроженец Дзержинска Нижегородской области, легкоатлет Дмитрий Сафронов является неоднократным чемпионом мира и Европы. К XV Паралимпийским летним играм 2016 года в г. Рио-де-Жанейро (Бразилия) подходил в качестве мирового лидера. Свидетельством тому стало выступление атлета на Открытых Всероссийских соревнова-

ниях, на которых россиянин превысил мировое достижение в двух дистанциях.

В ЛЕГКУЮ АТЛЕТИКУ ПРИШЕЛ ИЗ... ФУТБОЛА

В детстве Дмитрий несколько лет занимался футболом, но выбор пал на «королеву» спорта.



«Первые шаги в паралимпийском спорте у меня были в футболе, — рассказывает спортсмен. — В 2008 году я пришел в команду инвалидов Нижегородской области. Играл вратарем, но спустя четыре года оказалось, что футбол — это все же не мое. В младшем возрасте у меня что-то получалось, а когда стал старше, выяснилось, что другие ребята играют лучше. Ведь команда Нижегородской области — очень сильная».

СЧАСТЛИВАЯ ВСТРЕЧА

В легкую атлетику юного спортсмена пригласила Галина Николаевна Кошелева, которая тренирует вместе с Кошелевым Александром Николаевичем Дмитрия в настоящее время. Его основные дистанции — 100, 200 и 400 метров, а также эстафета.

«Особых перспектив в футболе у меня не было и тренер, занимавшаяся нашей физической подготовкой, предложила попробовать себя в легкой атлетике, — продолжает рассказ спортсмен. — Попробовал — и получилось. И пока все очень удачно складывается».

В 2012 году я поехал на свой первый чемпионат мира среди юниоров, — подчеркнул Сафронов. — Там я установил два юниорских рекорда мира и понял, что надо стараться

и продолжать двигаться дальше. Пора уже от юниорских мировых рекордов переходить к взрослым. В 2013 году на чемпионате мира я поставил свой первый «взрослый» мировой рекорд в беге на 200 м».

ПОБЕДА НАД ЧЕМПИОНОМ ПАРАЛИМПИАДЫ

Атлет отметил, что самым запоминающимся для него стартом стал первый взрослый чемпионат мира, проходивший в 2013 году во Франции.

«Я приехал 17-летним парнем, а рядом со мной на дорожке был паралимпийский чемпион, — вспоминает бегун. — Когда я победил его и стоял на высшей ступеньке пьедестала почета, то чувства, конечно, были особые. Украинский парень был чемпионом «всего и вся», а пришел я, молодой и неизвестный, и выиграл у него. Я победил его на «сотке» и «двухсотке», причем на 100 м установил мировой рекорд».

МОГ И ПОПАСТЬ НА ПАРАЛИМПИАДУ В ЛОНДОН

Спортсмен считает, что считанные месяцы отделяли его от возможности пробиться в состав национальной команды и побороться за участие в Играх-2012.

«Я пришел в сборную России в начале 2012 года, когда состав команды для участия в Паралимпийских играх был уже сформирован, — заметил атлет. — И в следующем году меня брали уже на все международные соревнования. Если бы пробился в команду немного пораньше, то, может быть, выступил бы в Лондоне».

ПОСЛЕ КАРЬЕРЫ — В ТРЕНЕРЫ

Интересно, что спортсмен уже определился с тем, чем будет заниматься после завершения, надеемся не скоро, своей спортивной карьеры. Дмитрий твердо решил стать тренером.

«Я учусь в училище олимпийского резерва в Нижнем Новгороде, чтобы после завершения карьеры обучать тому, что я знаю и умею, кого-нибудь другого, — заявил атлет. — Мне это интересно, смотрю на своих тренеров и что-то беру у них. Мне хочется заниматься тренерством, потому что спорт

для меня — это все. Я думаю о нем постоянно».

После того, как сборная команда России, не по своей вине, пропустила XV Паралимпийские летние игры 2016 г. в г. Рио-де-Жанейро (Бразилия), у дзержинца и мысли не возникало о возможном завершении карьеры.

«У меня никогда не было желания забросить спорт: наоборот, я на каждую тренировку иду, как на праздник, — подчеркнул Дмитрий. — У нас сложился хороший коллектив, мы втроем входим в состав сборной России — Андрей Вдовин, Петр Михальков и я. Мы дружим и отлично общаемся, у нас не бывает скучных тренировок».

«Спорт — это моя работа, мое любимое дело, и я не представляю себе жизни без него, — добавил легкоатлет. — На Открытых Всероссийских соревнованиях я пробежал обе дистанции с результатом, превышающим мировые рекорды. Вот это и говорит о том, как я был готов к Играм в Рио-де-Жанейро».





Денис и Никита Егоровы: Гены, упорство и характер привели на вершину чемпионата Европы!

61

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

ДЕНИС И НИКИТА ЕГОРОВЫ

Родились 23 сентября 1996 года в г. Мытищи (Московская область).

В состав паралимпийской сборной команды России по футболу 5x5 В1 спорта слепых входят с 2012 года.

Чемпионы Европы 2017 года, серебряные призеры чемпионата Европы 2015 года, 3-кратные обладатели Кубков Европы 2014, 2015 и 2016 годов, 5-кратные чемпионы России.

Личный тренер с начала занятий спортом и по настоящее время — Береговой Николай Николаевич — мастер спорта России.

Паралимпийская сборная России по футболу 5x5 в августе нынешнего года в Германии выиграла чемпионат Европы среди спортсменов с нарушением зрения (класс В1, тотально слепые). И весомую роль в успехе команды сыграли братья-близнецы из Подмосковья Денис и Никита Егоровы, уже на протяжении ряда лет входящие в состав национальной дружины.

Победа россиян в Берлине стала, в какой-то мере, утешительной наградой для спортсменов и тренеров за недопуск команды к участию в XV летних Паралимпийских играх 2016 года в Рио-де-Жанейро, на которые сборная России пробилась заслуженно, выиграв квоту в сложной, но честной борьбе.

ОТ УСПЕХА — К НОВЫМ ВЕРШИНАМ

Мама спортсменов Елена Александровна Егорова считает победу в Германии очень высоким достижением.

«Победа в Германии очень даже немаленькая компенсация за Паралимпийские игры, — отметила собеседница. — Нам перед турниром хотелось видеть команду в призовой тройке и побе-



да была нами ожидаема только в глубине души. Мы, конечно же, надеялись, что они смогут ее добиться и ребята сумели стать первыми».

В то же время собеседница подчеркнула, что чемпионат Европы стал только первой важной ступенью к новым достижениям.

«Ребятам расслабляться еще рано, потому что есть вершина и повыше — в следующем году в Испании пройдет чемпионат мира. Мне, конечно, хочется, чтобы они ее тоже взяли», — продолжила мама чемпионов Европы.

Главный тренер сборной России по футболу 5x5, Заслуженный тренер России Александр Ерастов отметил весомый вклад братьев Егоровых в успех команды.

«Мы выиграли за счет того, что у нас был очень сплоченный коллектив, — заявил специалист. — И каждый из ребят сделал все, что смог для общего успеха. Денис стал лучшим бомбардиром команды, забив восемь мячей — и вторым по количеству голов на чемпионате Европы. В полуфинальном матче с французами он из-за травмы, полученной в предыдущей игре с бельгийцами, вышел только во втором тайме и забил важный гол, который помог нам выйти в финал. А Никита на протяжении многих лет входит в состав команды, действует очень надежно

и ответственно, всегда готов помочь ребятам и четко выполнить установки на игру».

ГЕНЫ ВЗЯЛИ СВОЕ

Елена Александровна с улыбкой вспоминает, что у детей практически не было иного выбора, кроме спортивного. «Наши дети пришли в футбол, наверное, в первую очередь, из-за того, что у них папа и мама — спортивные люди. Мой супруг Валерий Васильевич серьезно занимался футболом и до 16 лет тренировался в спартаковской школе в Сокольниках, пока не получил травму. А я в школе очень любила уроки физкультуры, поэтому выбор детей был сделан, наверное, на генетическом уровне».

БОЛЕЕ 400 МЕДАЛЕЙ

В то же время до определенного момента футбол не был приоритетом для Дениса и Никиты, они были хорошо и всесторонне развиты и любили спорт во всех его проявлениях. Добивались успеха во всем, к чему лежала душа.

«Ребята у меня очень упорные — чем бы они не занимались, они никогда не растрачиваются, а всегда идут до конца, — продолжает



мама близнецов. — И ведь у них был не только футбол, они увлекались и голболом, принимали участие в различных школьных спартакиадах. У нас дома медалей — более четырехсот, все наши гости, когда видят такую россыпь наград, пребывают просто в шоке».

КОРЕННОЙ ПЕРЕЛОМ

Но ключевым моментом в истории братьев Егоровых стало знакомство с тренером по футболу Николаем Береговым. «Николай Николаевич пришел в школу и предложил заниматься футболом слепых, — рассказывает Елена Александровна. — Им было тогда по десять лет, футбол у них всегда был в сердце, а тут появилась возможность реализоваться самим. Они о таком даже не мечтали, и поэтому вложили в тренировки все свои возможные и невозможные силы, физические и не только. Но стало получаться, конечно, не сразу — они прибавляли постепенно».

ТАКИЕ БЛИЗКИЕ И РАЗНЫЕ

Естественно, у таких родных душ очень много близких черт характера, но в то же время есть и серьезные отличия. «Никита старше на 10 минут и более терпеливый и сдержан-

ный, в нем сильно развито внутреннее чувство справедливости — не случайно он в школе был старостой класса, — рассказывает мама. — А Денис — такой «живчик», более вспыльчивый, импульсивный и эмоциональный. У Никиты лучше идет русский язык и литература, у Дениса — математика. А если говорить не о спорте, то у них все, как и у остальных детей — порой часами просиживают за компьютером. И болеют за разные команды: Никита — за «Барселону» и «Милан», а Денис — за «Челси».

Кстати, братья не ограничивают свое развитие только спортом, оба успешно поступили и уже закончили два курса обучения в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодежи и туризма. Причем ребята учатся на дневном отделении вуза, без поблажек на спортивную карьеру.

СОМНЕНИЯ И РАЗДУМЬЯ

Елена Александровна, говоря о детях, отметила высокую ответственность ребят за каждое начатое дело. «Они не подвержены каким-либо срывам, и если они к чему-то приходят, то это всегда продуманное и взвешенное решение, — подчеркнула мама. —

В прошлом году они выкладывались по максимуму, потому что участие в Паралимпийских играх было мечтой и целью номер один. К большому сожалению произошло то, чего не ждали. Мне очень жаль, как наверно многим родителям наших спортсменов, что мои дети лишились возможности проявить себя в Рио-де-Жанейро. Причем в тот момент у них было пиковое спортивное состояние. И после отказа нам в участии они были очень разочарованы».

НАГРАДА ЗА ТРУДЫ

Пропущенные не по своей воле Игры не остановили нацеленность Дениса и Никиты на достижение желанного результата. К чемпионату Европы они готовились столь же серьезно и интенсивно, как и к Паралимпиаде. Золотые медали, завоеванные на чемпионате Европы, стали заслуженной наградой за долгий и непростой путь к вершине.

«Во время чемпионата Европы в Берлине я была рядом с ними, на трибунах стадиона, — делится впечатлениями мама. — Вся команда отработала, конечно, на пять с плю-

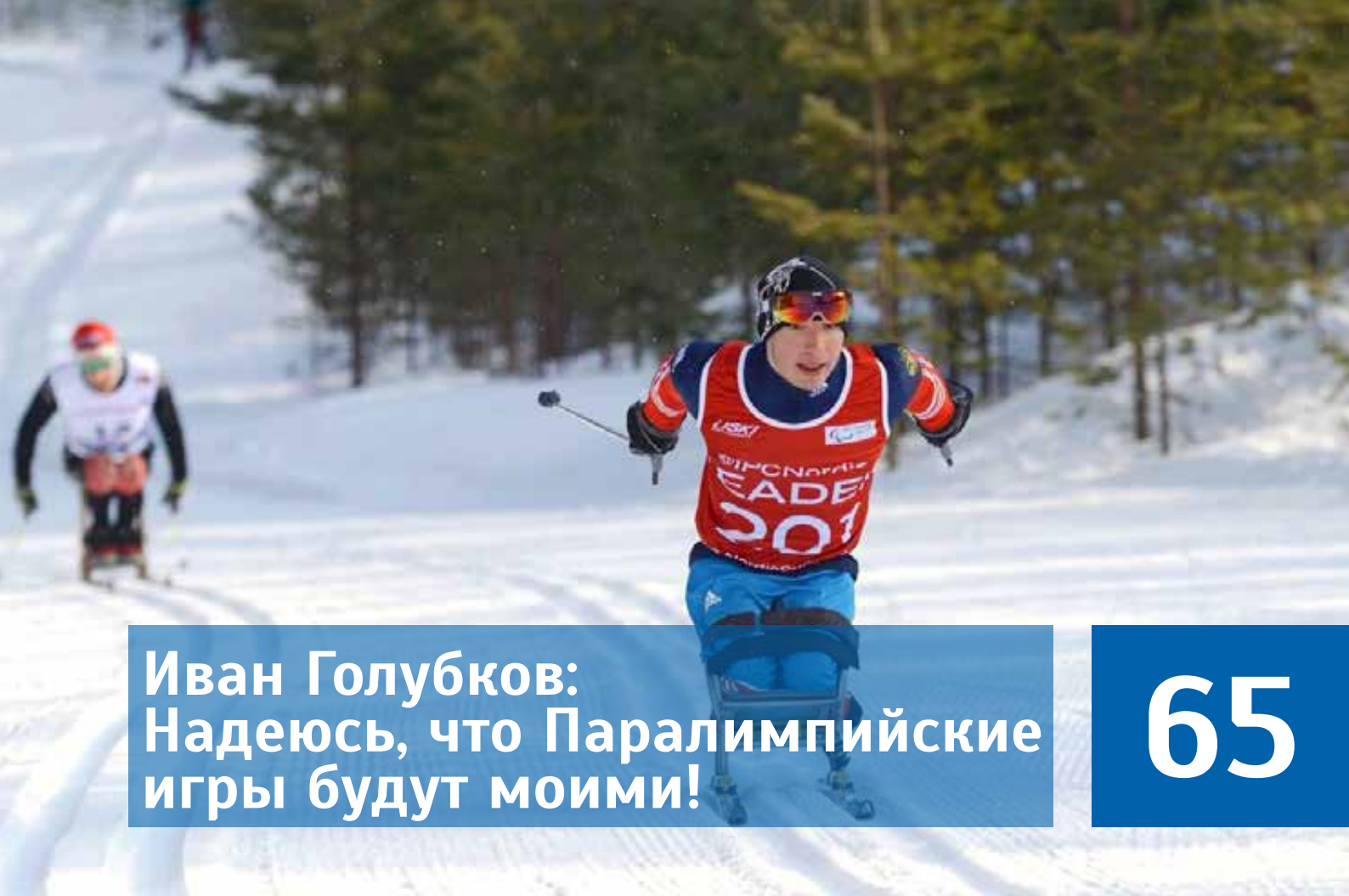
сом. Дети у меня, можно сказать, сдержанные на эмоции, но по их внешнему виду, по блеску в глазах, по настроению было понятно, что они просто счастливы».

ВАЖНАЯ ЧАСТЬ КОМАНДЫ-ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЫ

Александр Ерастов отметил, что Денис и Никита Егоровы стали неотъемлемой составляющей успешной команды. «У нас очень сплоченная и дружная команда, и каждый из ребят хорошо делает свое дело. Потенциал Дениса и Никиты, как и остальных футболистов, еще не раскрыт, они способны еще прибавлять и прибавлять в мастерстве», — считает старший тренер.

Денис и Никита Егоровы уже достигли многого, но они сейчас находятся лишь в начале своего спортивного пути. Но максимализм, устремленность и ответственность ребят перед собой и командой вселяют уверенность в то, что они дойдут до своей главной мечты — победы на Паралимпийских играх. И токийские медали станут для них тяжело доставшимися, но всецело заслуженными наградами.





**Иван Голубков:
Надеюсь, что Паралимпийские
игры будут моими!**

65

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

ИВАН ГОЛУБКОВ

Родился 4 декабря 1995 года в г. Инта (Республика Коми). В состав паралимпийской сборной команды России по лыжным гонкам и биатлону спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата входит с 2013 года, профессионально занимается спортом с 2010 года.

Является мастером спорта России. Обладатель Кубка мира по лыжным гонкам и биатлону спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата сезона 2015/2016 года.

Личный тренер с начала занятий лыжными гонками и биатлоном и по настоящее время – Линдт Татьяна Юрьевна.

Лыжник и биатлонист из Республики Коми Иван Голубков в 2014 году мог выступить на Паралимпийских играх в Сочи, но не смог пройти жесткий отбор в национальную команду. Прошло три года, за которые спортсмен зарекомендовал себя как один из лучших спортсменов сборной России. И подтверждением тому стали пять побед (из шести возможных) на чемпионате страны нынешнего года.





Символично, что заниматься спортом Иван начал, воодушевленный примером соседки по интернату Марии Иовлевой, которая затем на Паралимпийских играх в Ванкувере завоевала две золотые и одну серебряную награды.

«В нашем городе Сыктывкаре работает тренер Александр Поршнев, который начал заниматься с инвалидами, в том числе и с ребятами из нашего интерната, — рассказывает спортсмен. — Сначала он взял на подготовку Машу Иовлеву, а потом постепенно начал работать и со мной. Мы с Машей из одного интерната, и он тренировал меня с семи лет».

УРОКИ ОТБОРА

Спортсмен спокойно оценивает свою неудачу в отборе к Паралимпиаде в Сочи, отдавая дань уважения более сильным на тот момент конкурентам в борьбе за «место под солнцем».

«В 2014 году я не смог пробиться на Паралимпиаду, хотя и отбирался в сборную, — подчеркнул собеседник. — Но я был молод и неопытен, и мне не удалось попасть в команду. Я смотрел Паралимпийские игры с большим восторгом и мне все очень нравилось. Увиденное в Сочи меня очень вдохновило, и я с новыми усилиями начал готовиться дальше».

«Конечно, тогда порой возникали мысли, что следующая Паралимпиада может стать моей, — продолжил Голубков. — Но я стараюсь не загадывать далеко вперед — я просто тренируюсь и готовлюсь. У каждого спортсмена есть желание — выступить и победить на Играх».

ПЯТЬ ГОНОК — НА «УРА»!

Примечательно, что атлет довольно скромно оценивает свои пять победных финишей на чемпионате страны.

«Я не считаю себя лидером сборной России, даже не знаю почему — пока не думаю об этом, — отметил Иван. — Просто я очень серьезно готовился к этим соревнованиям. К сожалению, нас сейчас не допускают к международным стартам. Поэтому для нас это был главный старт сезона, я очень ответственно на него настроился и подошел к турниру в отличной форме».

«Очень хочется, чтобы нас все-таки допустили к Паралимпийским играм 2018 года, — подчеркнул неоднократный чемпион страны. — Потому что ждать еще четыре года будет очень тяжело. И я настраиваюсь на Игры в Корею. Если нас допустят, то для победы я сделаю все, что в моих силах. Мне кажется, что в этом году у меня что-то щелкнуло в голове — я понял, что могу бежать быстрее и лучше. Это придало мне большую уверенность в себе, я меньше стал переживать на старте. Я настраивался на каждую гонку, и все у меня проходило просто на «ура».

Старший тренер сборной России по лыжным гонкам и биатлону спорта лиц с ПОДА, Заслуженный тренер России Ирина Громова отметила: «Иван Голубков много работает на тренировках и у него изменился подход к стартам. Это наше будущее, Иван может стать одним из открытий на Паралимпийских играх».



*Моя цель —
честная победа!*

СТЕПАНИДА АРТАХИНОВА

Бронзовый призер
Паралимпийских игр,
5-кратная чемпионка,
серебряный и бронзовый призер
чемпионатов мира, 3-кратный
серебряный и бронзовый призер
чемпионатов Европы по стрельбе
из лука спорта лиц с поражением
опорно-двигательного аппарата,
Заслуженный мастер спорта России.

Родилась 13 сентября 1989 года
в селе Улахан-Мунку
(Республика Саха (Якутия)).
Представляет Республику Саха
(Якутия).





68

УТЦ «Новогорск»: там, где «куются» победы и рекорды!

Где радушно приветчают спортсменов с ограниченными физическими возможностями, где готовятся к ответственным международным стартам отечественные паралимпийцы? Об этом мы расскажем, открывая рубрику «Учебно-тренировочные спортивные центры и базы».

В этом номере журнала речь пойдет об учебно-тренировочном центре «Новогорск» Министерства спорта Российской Федерации.

На подмосковном спортивном комплексе спортсменов-паралимпийцев всегда радушно встречает весь обслуживающий персонал во главе с его директором, который буквально живет делами и заботами подведомственного ему хозяйства. Об истории, настоящем и будущем, о планах и перспективах развития, расскажет читателям журнала Николай Сидорович Доморацкий.

— Николай Сидорович, а как давно Вы впервые вступили на территорию этой замечательной базы?

— Вы не поверите, произошло это, наверное, более 40 лет назад. Я был одним из ближайших друзей нашего прославленного

хоккеиста, рано ушедшего из жизни Валерия Харламова, и довольно часто приезжал к нему повидаться, когда на тренировочных сборах он находился в Новогорске. Точную дату первого посещения не назову, а вот день, когда я впервые поселился здесь, укажу. Было это 18 марта 1983 года. Все случилось самым обычным и прозаичным образом. В тот день, как видите память у меня прекрасная, я просто поселился в местной гостинице, как сейчас помню, в 601 номере. К тому моменту я завершил свою службу в рядах советской армии в звании майора. До этого командовал полком, который располагался неподалеку. В поселении Новогорск был своим человеком, вот друзья и посоветовали мне на первых порах обосноваться именно там, благо возможность такая была. Прожил я в гостинице сравнительно недолго. Сами понимаете, тогда я и предполагать не мог, что через много лет накрепко свяжу всю свою жизнь со ставшим мне родным комплексом.

— Как это все вышло?

— Надо заметить, что благодаря Валерию Харламову я познакомился со многими выдающимися хоккеистами, с большинством



из тех, кто жив, до сих пор поддерживаю самые теплые дружеские отношения. Хорошо знаком я и с Вячеславом Фетисовым. Именно он, когда в 2002 году стал председателем Госкомспорта России, пригласил меня поработать вместе с ним, предложив должность заместителя начальника экономического управления. Особо укажу, что до этого я на деловом уровне не был связан с миром спорта, поэтому мне приходилось довольно быстро осваивать все его премудрости. Затем я некоторое время был заместителем у замечательного специалиста и великолепного человека

Николая Николаевича Пархоменко, возглавлявшего Центр спортивной подготовки сборных команд Министерства спорта России. Пройдя хорошую министерскую школу, я в декабре 2003 года был назначен директором учебно-тренировочного центра «Новогорск».

— **В каком состоянии Вы приняли это большое хозяйство?**

— Скажем так, в рабочем. С момента своего создания оно никогда не находилось в запустении. Напомню, решение о его строительстве было принято советским правительством





в 1966 году, когда под эти цели выделили 6 гектаров земли. В 1971–1974 годах была введена первая очередь центра: два футбольных поля с газонным покрытием для тренировок футболистов и команды по хоккею на траве, поле с искусственным покрытием для тренировок стрелков из лука, два теннисных корта, спальня корпус на 28 номеров, столовая, плавательный бассейн с саунами, многофункциональный спортивный зал для тренировок команд по волейболу, баскетболу, гандболу, художественной гимнастике, фехтованию, а также хозяйственные помещения: гараж, прачечная. В 1972 году для создания второй очереди учебно-тренировочного центра было выделено дополнительно 7 гектаров земли, включая участок под строительство котельной и водозаборного узла. Это позволило в канун летней Олимпиады 1980 года в Москве ввести в эксплуатацию спальня корпус на 140 мест, столовую, многофункциональный спортивный зал, ледовый манеж, восстановительный комплекс, котельную и водозаборный узел, провести большой объем работ по благоустройству территории, а в 1982 году закончить сооружение третьего спортивного зала. Нацеленность была на то, чтобы и дальше развиваться, и поэтому в 1988 году базе в Новогорске было предоставлено дополнительно еще 6,2 гектара земли. Правда, после этого наступила длительная пауза в развитии комплекса.

— **И Вам, судя по всему, предстояло прервать этот явно затянувшийся период застоя.**

— Естественно. Когда мы с Вячеславом Фетисовым в первый раз приехали на базу и заглянули в гостинице в комнату, в которой он жил, то Вячеслав Александрович обратил внимание, что кровать, где он спал, скрипит точно также, что и пятнадцать лет назад. Все, конечно же, решительно устарело. Необходимо было капитальное обновление. И оно уже было предусмотрено. О комплексе вновь вспомнили лишь в 2002 году, когда в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации «О федеральной целевой программе «Молодежь России» была утверждена Концепция и разработан Генеральный план создания Федерального спортивного центра подготовки сборных команд России на базе ФГУП УТЦ «Новогорск», принята программа нового строительства. Сами понимаете, мне как раз и было поручено ее реализовать в кратчайшие сроки. Именно на это и были направлены все мои основные усилия.

— **И что же удалось сделать?**

— Много. Скажу без ложной скромности, комплекс постепенно приобрел новое современное лицо. В 2006 году была завершена реконструкция спальня корпуса спортивно-оздоровительного комплекса № 2, ледового манежа и его инженерных систем, наружных инженерных сетей и сооружений водозаборного узла. Затем в 2011 году была закончена капитальная реконструкция спортивно-оздоровительного комплекса № 1 (спальня корпус, столовая, восстано-

вительный комплекс с бассейном, универсальный спортивный зал № 1), универсальных спортивных залов № 2 и 3, тренажерных залов, стрелковых тиров, административного корпуса со столовой. В 2013 году финишировала реконструкция спортивно-оздоровительного комплекса № 2. Построены новые объекты: в 2010 году — центр зимних видов спорта, в 2011 — специализированный спортивный зал художественной гимнастики, в 2012 году — открытый легкоатлетический стадион. Затем в строй действующих сооружений были введены крытый легкоатлетический манеж, общежития гостиничного типа на 100 мест с пищеблоком. В 2012 году произошло еще одно знаменательное событие. В соответствии с распоряжением Росимущества федеральное государственное унитарное предприятие «Учебно-тренировочный центр «Новогорск» реорганизовано в форме присоединения к нему федерального государственного унитарного предприятия «Республиканская учебно-тренировочная база города Руза». На основании приказа директора ФГУП УТЦ «Новогорск» от 11 февраля 2013 года № 13 создан филиал федерального государственного унитарного предприятия «Учебно-тренировочный центр «Новогорск» в городе Руза Московской области (Филиал «Руза»).

— **А, интересно, каково общее количество сотрудников?**

— На сегодняшний момент — 386 человек.

— **Сколько человек сегодня Вы можете одновременно принять и разместить в своих гостиницах?**

— Порядка шестисот.

— **Впечатляет.**

— Естественно. И все потому, что центр предоставляет необходимые условия для успешной подготовки спортсменов по 32 видам спорта, таким как легкая атлетика, баскетбол, волейбол, гандбол, художественная гимнастика (индивидуальные и групповые упражнения), стрель-

ба из лука, пулевая стрельба, фехтование, футбол, хоккей, фигурное катание, санный спорт, фристайл, шорт-трек, керлинг, вольная борьба, прыжки на батуте, мини-футбол, регби и другим дисциплинам.

— **Каковы планы на будущее?**

— Принято решение, что футболисты сборной страны будут именно у нас проводить подготовку к чемпионату мира по футболу. Поэтому заново создаем два футбольных поля, реконструируем одну из гостиниц.

— **Ну, а дальше?**

— Возможности наши, в рамках данных нам площадей, полностью исчерпаны. Нет больше места для нового строительства. Однако многое еще не сделано. По большому счету нет специализированной базы для пятиборцев. А так хотелось бы ее создать. Бассейн есть, тир есть, залы для фехтования есть, легкоатлетический стадион и манеж есть. Нет конного манежа. Чтобы его возвести, надо было бы прикупить еще гектар земли. Но стоит эта затея будет очень дорого. Пойдет ли министерство на это? Вопрос. Так что, есть еще о чем мечтать.

— **Насколько хорошо чувствуют у Вас спортсмены с ограниченными возможностями здоровья?**

— Об этом, наверное, лучше спросить у них. Но жалоб с их стороны к нам никогда не поступало. Паралимпийцы обосновались у нас в канун летних Паралимпийских игр 2008 года в Пекине. И с тех пор постоянно





располагаются в Новогорске. Отсюда основная часть сборной России уезжают на зимние и летние Паралимпийские игры. Им у нас нравится. Не последнюю роль играет и то, что очень удобно добираться до аэропорта Шереметьево. До него рукой подать. Пятнадцать минут, и ты уже на аэровокзале.

На базе отношение к паралимпийцам весьма благожелательное. И они, на мой взгляд, чувствуют это, чувствуют, что к ним проявляется высочайшее уважение, мы никогда не позволяем каким-то образом ущемлять их интересы и права. У нас на базе царит дух толерантности — полной терпимости к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям. Но наша толерантность не равносильна безразличию: мы всегда стремим-



ся выполнить любые запросы и требования наших гостей. У нас создан очень хороший психологический климат. Я стараюсь подавать пример. Здесь недавно увидел девушку, передвигающуюся на коляске, и решил ей помочь. Она мне, не надо, мол, сама справлюсь, а я ей в ответ, не сопротивляйся, когда тебя еще директор покатает.

Скажу откровенно, далеко не все мирятся и благодушно воспринимают такое близкое соседство со спортсменами-инвалидами. Мне недавно один довольно известный тренер по тяжелой атлетике, не буду называть его имени, заявил, что ему не нравится, когда его воспитанники занимаются вместе с инвалидами. Я ему тут же дал отпор. Говорю, ну как ты так можешь! Не дай Бог, если когда-ни-





будь пострадает кто-то из твоих ребят, что тогда будет. Не забывай об этом. Не забывай, что они тоже люди, тоже спортсмены, кстати, точно такие же, как здоровые штангисты. Ты мозги свои поставь на место. Вроде, помогло мое внушение.

На мой взгляд, все эти проявления объясняются просто. В обществе долгое время бытовала одна позиция по отношению к инвалидам, сейчас она кардинально изменилась. И мы должны это непременно учитывать. Что, кстати, мы и делаем. Полагаю, что у нас в коллективе господствует очень правильная атмосфера.

— **Как Вы считаете, нужно ли для спортсменов-инвалидов строить исключительно специализированные комплексы или можно вполне обходиться и такими, которые предназначены для общего пользования?**

— Я в некотором роде был идеологом создания в Алексине исключительно специализированной базы. Она, на мой взгляд, очень нужна паралимпийцам. Есть вещи, которые невозможно совместить. Есть такие виды спорта, которыми лучше заниматься на специализированных площадках. К ним я отношу, к примеру, волейбол сидя, футбол для слепых. Можно,

конечно, тренироваться и у нас, и мы принимали, скажем, футболистов с ограничениями по зрению, но, на мой взгляд, для них будет комфортнее там, где они чувствуют себя хозяевами. Тем не менее, доступная среда для инвалидов должна быть везде. Она у нас есть. А это позволяет спортсменам с инвалидностью общаться с коллегами из других видов спорта, пропитаться нашим специфическим новогорским духом. Это, на мой взгляд, очень важно

в процессе подготовки к ответственным российским и международным стартам.

— **Вот когда к Вам колясочники приезжают, где они размещаются, на первом этаже гостиницы?**

— Совсем не обязательно. На любом. У нас везде есть подъемники, лифты. Оборудовано 15 номеров, специально предназначенных для проживания инвалидов-колясочников. Комнаты там иной планировки и двери другого размера — пошире, и туалеты адаптированы. Мы постарались, чтобы у нас они не чувствовали себя в стесненном состоянии. У нас охотно тренируются легкоатлеты, стрелки, керлингисты и др.

О приспособленности базы к занятиям инвалидов наглядно свидетельствует хотя бы





то, что именно у нас осенью 2016 года были проведены Открытые Всероссийские соревнования по видам спорта, включенным в программу летних Паралимпийских игр. Соревнования на нашей базе проводились по легкой атлетике, пулевой стрельбе, стрельбе из лука, пауэрлифтингу. Мастер-классы прошли по велоспорту, футболу ЦП и слепых, настольному теннису, голболу, волейболу сидя, теннису на колясках, паратриатлону, конному спорту. Участвующие в них спортсмены, которые под надуманными предложениями не были допущены к Паралимпиаде в Рио-де-Жанейро, дали высокую оценку спортооружениям и были довольны своим пребыванием на базе. Мы верим, что российские паралимпийцы в скором времени будут восстановлены во всех своих правах в Международном паралимпийском комитете, членство в котором ПКР, как известно, временно приостановлено.

— Существует ли на базе понятие сезона, периода, когда она заполнена, что называется, под завязку, и периода, когда наблюдается некоторое затишье?

— Естественно. Вот, скажем, в июле у нас не было ни одного свободного места в гости-

нице. Если так и выходит, что одновременно тренировочный сбор проводят, к примеру, здоровые легкоатлеты и легкоатлеты с инвалидностью, то ничего страшного не происходит. Составляем график занятий, учитывая пожелания всех сторон. Конфликтов на этой почве у нас, как правило, не бывает.

— Для спортсменов с инвалидностью, учитывая их особенность, чрезвычайную важность приобретает медицинское обеспечение подготовки. Как у Вас с этим поставлено дело?

— По-моему, хорошо. Забота об этом входит в обязанность сотрудников Федерального медико-биологического агентства России. Мы лишь должны создавать соответствующие условия для их работы. Но реальность такова, что многим приходится заниматься непосредственно небольшому коллективу нашего медицинского центра, состоящему из порядка пятнадцати человек специалистов плюс человек двадцать обслуживающего персонала. И мне кажется, они успешно делают свое дело.

— С особыми требованиями к Вам паралимпийцы когда-нибудь обращались?

— Вы знаете, я считаю, что требования возникают лишь в том случае, если есть пре-

тензии. А за всю мою практику даже критики в наш адрес не было. Если какие-либо просьбы возникают, то мы моментально стараемся их удовлетворить. Я регулярно прихожу на завтрак, на обед, общаюсь со спортсменами, тренерами. И если возникает какой-то вопрос, то мы его тут же решаем. Если вы откроете книгу «Отзывов», которая по-старому называлась книгой «Жалоб и предложений», то там нет ни одной отрицательной записи. Только положительные.

— Если вдруг появляется пожелание в приобретении нового оборудования, то как Вы на них откликаетесь?

— Положительным образом. Во-первых, надо заметить, уже на стадии проектирования какого-либо спортивного сооружения, особенно такого высокого класса, как наше, все новое современное оборудование, как говорится, закладывается в проект. Причем, непременно учитываются все предложения тех, кому предстоит пользоваться этими базами. Такие пожелания, скажем, были от легкоатлетов, и они были выполнены. А если уже в процессе эксплуатации надо провести обновление оборудования, то и это делаем при помощи

соответствующих подразделений министерства спорта.

— Какие в целом у Вас отношения с Паралимпийским комитетом России?

— Считаю, что очень хорошие. Трений между нами не бывает. Мы, смею надеяться, дружим. Очень трогательно для нас, что на празднование Нового года к нам довольно часто приезжает Павел Алексеевич Рожков, поздравляет сотрудников, наиболее отличившимся вручает грамоты и подарки. Это все дорогого стоит. Громдное спасибо ему за это.

Р.С. После такого обширного представления учебно-тренировочного центра «Новогорск» Николаем Сидоровичем Доморацким, укрепилась убежденность, что во главе с таким специалистом коллектив центра успешно справится со всеми поставленными перед ним задачами. Остается только пожелать этому замечательному человеку, которому недавно исполнилось 70 лет, крепкого здоровья, счастья и дальнейших успехов на его благородном поприще.



*Победа только
по правилам!*



АНАСТАСИЯ МАЗУР

Серебряный призер чемпионата мира,
2-кратная чемпионка и серебряный призер
чемпионатов Европы по голболу спорта слепых,
капитан сборной России,
Мастер спорта международного класса.

Родилась 28 июня 1990 года
в г. Дедовске (Московская область).
Представляет Калужскую и Московскую области.

Паралимпийский центр дополнительного профессионального образования

77

Паралимпийский комитет России проводит обучение по программам дополнительного профессионального образования по следующим направлениям:

- Подготовка экспертов для оценки состояния доступности приоритетных объектов и услуг в приоритетных сферах жизнедеятельности инвалидов и других маломобильных групп населения;
- Подготовка персонала служб организации пассажирских перевозок по обслуживанию пассажиров из числа инвалидов и других лиц с ограничениями жизнедеятельности;
- Спортивно-функциональная классификация спортсменов в избранных дисциплинах спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата;
- Образовательная антидопинговая программа Паралимпийского комитета России.

По окончании обучения выдается документ установленного образца.

Слушателями могут быть как спортсмены, тренеры, специалисты

сборных команд, так и сотрудники учреждений социального обслуживания и др.

Обучение по данным программам Паралимпийский комитет России проводит как в пределах г. Москвы в специальных оборудованных аудиториях, так и на территории субъектов Российской Федерации.

В число преподавателей входят ведущие специалисты направлений, авторы многочисленных книг и статей.

Паралимпийский комитет России уже реализовывает обучение экспертов для оценки



состояния доступности приоритетных объектов и услуг в приоритетных сферах жизнедеятельности инвалидов и других маломобильных групп населения в Московской области, персонала служб организации пассажирских перевозок по обслуживанию пассажиров из числа инвалидов и других лиц с ограничениями жизнедеятельности аэропорта «Благовещенск», Амурской области.



По образовательной антидопинговой программе обучение прошли более 600 членов сборных команд Российской Федерации по летним и зимним видам спорта.

Паралимпийский комитет России планирует создать сайт, где можно будет пройти обучение дистанционно.

Паралимпийский комитет России приглашает к сотрудничеству все заинтересованные организации. Дополнительную информацию можно получить по телефону: 8-499-922-11-98.

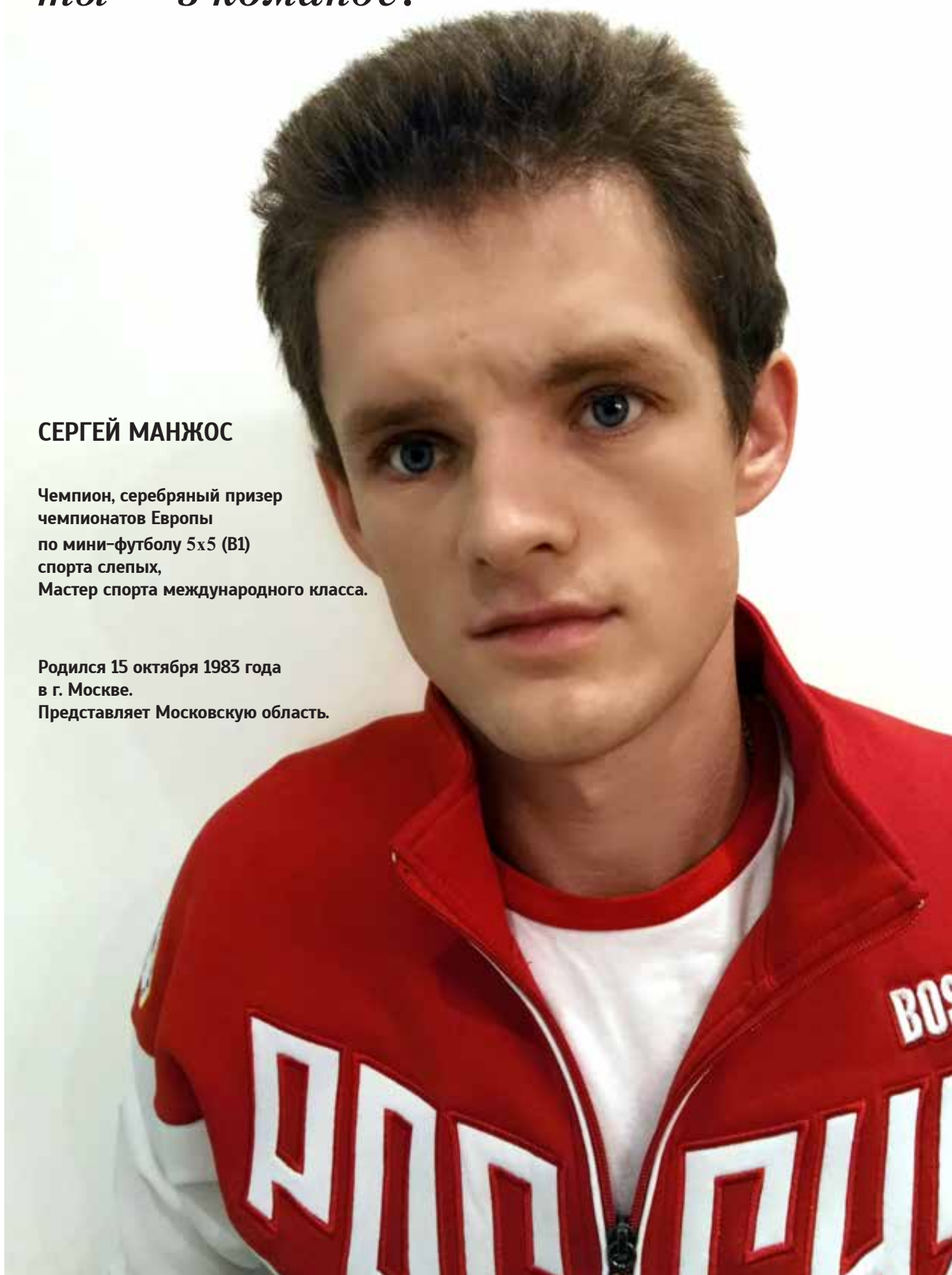


*Ты — не один,
ты — в команде!*

СЕРГЕЙ МАНЖОС

Чемпион, серебряный призер чемпионатов Европы по мини-футболу 5x5 (B1) спорта слепых, Мастер спорта международного класса.

Родился 15 октября 1983 года в г. Москве.
Представляет Московскую область.





**Фотогалерея
XII Паралимпийских летних
игр 2004 года
в г. Афины (Греция)**

80

















Кроссворд: Развитие паралимпийского спорта в России и мире

87

По горизонтали:

1. Количество медалей, завоеванных сборной командой СССР на IV зимних Паралимпийских играх в г. Инсбург (Австрия) в 1988 г.

4. Аббревиатура Игр, основанных Людвигом Гутманом, которые прошли одновременно с Олимпийскими играми в Великобритании в 1948 г.

5. Француз, написавший Паралимпийский гимн («Гимн будущего») в 1996 г.

8. Первый талисман зимних Паралимпийских игр.

9. Первый в истории Паралимпийский талисман.

10. Страна, в которой проходили Паралимпийские зимние игры, где впервые приняла участие сборная команда СССР.

12. Правила, регулирующие порядок какой-либо деятельности.

13. Количество пройденных Паралимпийских летних игр перед тем, как сборная команда СССР впервые выступила на Паралимпийских летних играх в 1988 г. в г. Сеуле.

14. Немецкий врач, который утвердил спорт как средство физической, психологической и социальной реабилитации инвалидов с повреждением позвоночника.

15. Доброволец, который готов помогать по собственной воле бескорыстно, и стремиться внести свой вклад в реализацию социально значимых проектов.

18. Количество видов спорта, представленных в программе IX ежегодных международных Сток-Мандевильских игр в 1960 г. в Риме (Италия).

22. Паралимпийская ценность, определенная в процессе развития Паралимпийского движения Международным паралимпийским комитетом, основанная на традициях Паралимпийского движения, принципах «честной игры» и состязательности, определяющая положительные эмоции, возникающие на фоне позитивного опыта.

24. Город, в котором проходили летние Паралимпийские игры, где впервые приняла участие сборная команда СССР.

The crossword puzzle grid is set against a blue background. It features 26 numbered starting points for clues:

- 1: Down, top right
- 2: Down, top left
- 3: Down, top right
- 4: Across, middle left
- 5: Across, middle left
- 6: Across, middle left
- 7: Down, middle left
- 8: Across, middle left
- 9: Across, middle left
- 10: Across, middle left
- 11: Across, middle left
- 12: Across, middle left
- 13: Across, middle right
- 14: Across, middle left
- 15: Across, middle left
- 16: Across, middle left
- 17: Across, middle right
- 18: Across, middle right
- 19: Down, middle right
- 20: Across, middle right
- 21: Down, middle right
- 22: Across, bottom left
- 23: Across, bottom left
- 24: Across, bottom right
- 25: Across, bottom left
- 26: Down, bottom right

Surrounding logos include: PyeongChang 2018, Tokyo 2020, Rio 2016, Sochi 2014, Vancouver 2010, Beijing 2008, Torino 2006, Athens 2004, Salt Lake 2002, Sydney 2000, Nagano '98, Lillehammer '94, Seoul '88, and various historical Paralympic emblems like IS.M.G. 1968 and Winter Olympic Games for the Disabled.

25. Какое место заняла сборная команда СССР на XIII летних Паралимпийских играх в г. Сеуле в 1988 г.

26. Сколько Паралимпийских зимних игр прошло перед тем, как сборная команда СССР начала выступать на Играх.

По вертикали:

1. Количество видов спорта, вошедших в программу первых Паралимпийских зимних игр в 1976 г. в г. Швеции.

2. Единый графический объект, составленный из трех полумесяцев «agitos», окрашенных в красный, синий и зеленый цвета, окружающих одну точку на белом поле.

3. Какие виды спорта были наиболее широко представлены в программе I Паралимпийских игр.

6. Паралимпийская ценность, определенная в процессе развития Паралимпийского движения Международным Паралимпийским комитетом, основанная на традициях Паралимпийского движения, принципах «честной игры» и состязательности, определяющая индивидуальное качество человека, связанного со способностью и умением своевременно принять ответственные решения и упорно реализовать их.

7. Город, в котором проходили первые летние Паралимпийские игры в 1960 г.

11. Часть Паралимпийской символики, обязательный атрибут Игр, представляющий культурное наследие страны, где проходят Игры.

16. Паралимпийская ценность, определенная в процессе развития Паралимпийского движения Международным паралимпийским комитетом, основанная на традициях Паралимпийского дви-

жения, принципах «честной игры» и состязательности, определяющая одинаковые условия проведения соревнований, при которых победитель выявляется благодаря личным компетенциям и навыкам.

17. Паралимпийская ценность, определенная в процессе развития Паралимпийского движения Международным паралимпийским комитетом, основанная на традициях Паралимпийского движения, принципах «честной игры» и состязательности, определяющая качество человека, который не боится опасностей и трудностей, не уклоняется от них, преодолевает их.

19. Народный целитель, руководитель Российского медико-реабилитационного центра заболеваний опорно-двигательного аппарата, который был выбран первым членом Исполкома Международного паралимпийского комитета.

20. Страна, в которой проходили первые зимние Паралимпийские игры в 1976 г.

21. Аббревиатура первой спортивной организации для людей с конкретными формами инвалидности, основанной в 1960 г. в Риме.

23. Слово или выражение, выражающее вдохновляющий характер Паралимпийского движения и высшие достижения спортсменов на Паралимпийской арене, также символизируя сильную волю каждого атлета.

ОТВЕТЫ НА АНТИДОПИНГОВЫЙ КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В ЖУРНАЛЕ «ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ» #1(02) 2017

По горизонтали

1. КАС
5. Апелляция
6. Проба
7. Допинг
13. Спортсмен
14. ВАДА
15. Кодекс
17. Распространение
21. Вина
22. Тестирование
23. Арбитраж
24. БАД
25. Дисквалификация
26. Попытка
28. Расследование

По вертикали

1. Этика
2. Соучастие
3. Использование
8. Обладание
9. Маркер
10. Отстранение
11. Аннулирование
12. Фальсификация
16. Субстанция
18. Адамс
19. Пробирка
20. Соревнование
27. Мельдоний



**Лукин
Владимир Петрович**
Президент Паралимпийского комитета России, профессор, доктор исторических наук



**Рожков
Павел Алексеевич**
Главный редактор журнала «Паралимпийский спорт», председатель Исполкома, первый вице-президент Паралимпийского комитета России, Заслуженный тренер России, профессор, доктор экономических наук



**Мирза
Наталья Борисовна**
Руководитель Секретариата президента Паралимпийского комитета России



**Строкин
Андрей
Александрович**
Генеральный секретарь Паралимпийского комитета России, 5-кратный чемпион Паралимпийских игр, кандидат педагогических наук



**Абрамова
Лидия Павловна**
Вице-президент Паралимпийского комитета России, Президент Федерации спорта слепых



**Евсеев
Сергей Петрович**
Вице-президент Паралимпийского комитета России, Президент Всероссийской Федерации спорта лиц с интеллектуальными нарушениями



**Царик
Анатолий
Владимирович**
Вице-президент Паралимпийского комитета России



**Барамидзе
Автандил
Михайлович**
Президент Всероссийской Федерации футбола лиц с заболеванием церебральным параличом



**Селезнев
Лев Николаевич**
Президент Всероссийской Федерации спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата



**Жестяников
Леонид
Владимирович**
Член Исполкома Паралимпийского комитета России



**Торопчин
Артем Олегович**
Заместитель руководителя Аппарата Паралимпийского комитета России



**Идрисова
Гузель Зубаировна**
Заместитель руководителя Комиссии Паралимпийского комитета России по медицине, антидопингу и функциональной классификации, кандидат медицинских наук



**Филиппова
Ксения Андреевна**
Пресс-секретарь Паралимпийского комитета России



**Саливон
Владимир Олегович**
Журналист, вице-президент Федерации спортивных журналистов России, лауреат премии «Золотое перо России»



**Давыдов
Иван Сергеевич**
Фотокорректор



**Паралимпийский комитет России
благодарит партнеров за поддержку
и содействие в развитии
паралимпийского движения
в России**



Журнал «Паралимпийский спорт»

Учредитель: Общероссийская общественная организация «Паралимпийский комитет России»

Главный редактор: Рожков П.А.

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций.

Свидетельство ПИ № ФС 77 - 65883 от 27.05.2016.

Сдано в набор 04.09.2017. Подписано в печать 17.10.2017. Печ. л. 6,00. Тираж 2000 экз.

Редакция и издательство:

Общероссийская общественная организация «Паралимпийский комитет России»
101000, Российская Федерация, г. Москва, Тургеневская площадь, дом 2

Отпечатано в полиграфическом центре ФГУП Издательство «Известия»
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 6. Телефон: (495) 650-38-80. Заказ № 1519.
izv-udprf.ru

В ЧЕСТНОЙ ИГРЕ

ДОПИНГ

ТВОЙ ВРАГ!

#ПАРАЛИМПИЙЦЫПРОТИВДОПИНГА WWW.RUSADA.RU WWW.WADA-AMA.ORG

Спортсмены-паралимпийцы за честный спорт!

Подробная информация по вопросам антидопинговых правил для спортсменов, тренеров, специалистов сборных команд России и других заинтересованных лиц доступна на официальном сайте ПКР в разделе «Антидопинг»
<https://paralymp.ru/sport/antidoping/>



Сообщи о применении допинга!

Горячая линия ПКР для информирования о возможных нарушениях антидопинговых правил:
<https://paralymp.ru/report-doping/>
8 (495) 783 07 77 (доб. 124)
hotline@paralymp.ru



Проверь лекарство!

Проверка медицинских препаратов на наличие субстанций, входящих в запрещенный список ВАДА
<http://list.rusada.ru>



Узнай новое и проверь свои знания!

Дистанционная образовательная антидопинговая платформа РУСАДА
<https://rusada.triagonal.net>



#ПоддержимПаралимпийцев #ПаралимпийскийКомитетРоссии

www.paralymp.ru



facebook.com/RussianParalympicCommittee/



twitter.com/RussianParalymp



<https://vk.com/paralymp>



instagram.com/russianparalymp/