

А ты попробуй так же!

На своем примере лисаковчанин, мастер спорта международного класса по паралимпийской атлетике, участник проекта «100 новых лиц Казахстана» Павел СИДОРЧУК (на снимке) доказывает, что мечты сбываются, а результаты не заставляют себя долго ждать.

Всего четыре года назад в беседе с нашим журналистом он говорил: «Мне бы возможность дали, так я бы собрал в своем регионе ребят». Его слова не были пустым звуком.

Ядро на верёвке

– Чувства, что у общества изменилось отношение к нам, пока нет. Это так быстро не придёт, – говорит Павел Алексеевич. – Даже спортсмены всё равно на нас по-другому смотрят: ну инвалиды, ну были на чемпионате, ну заняли место, ну молодцы. Есть чувство, что люди думают, будто мы ерундой занимаемся. На такое хочется ответить: вот он кривой, хромой и завоевал медаль, а ты попробуй сядь и толкни так же! Мы однажды даже устраивали соревнования среди здоровых легкоатлетов. Они со стула толкали ядро и метали копье. Так после этого говорили, что никогда бы не подумали, насколько это может быть тяже-

Поначалу Павел Алексеевич начинал развивать инваспорт один. Никто тогда еще толком и не знал, на что способны люди, о которых говорили, что возможности у них ограничены.



– Начинали с женой. Она тоже без ног. Скитались, не могли найти место. Стеснялись. Да чего только не было... – делится спортсмен. – Помню, на ядро приваривали скобу, к ней прикручивали веревку. А все для чего? Кинешь ядро, а кто его тебе назад принесет? Вот за веревку и тянешь обратно. Сейчас условия, конечно, лучше:

новый чемпион страны, который упорно идет к своей цели – развить в Лисаковске спорт с приставкой «пара». Первым, кто подержал его в

этом, стал Алексей Лукутин. Под руководством Сидорчука Алексей вырос до мастера спорта по паралимпийской атлетике. И сейчас они вместе ведут тренировочный процесс.

– С Лешей познакомился лет десять назад, когда он еще в Рудном жил, потом переехал в Лисаковск, вместе в ТОО «Арай-Холдинг» работа-

Сидячие – это мой хлеб. Я сам все это проходил, и мне легче объяснить человеку, который тоже сидя толкает ядро. А тем, кто занимается на ногах, мне сложнее показать технику, стоя на протезах.

Сегодня в лисаковской спортивной секции занимается больше двадцати

человек с ограниченными возможностями. В таких направлениях, как легкая атлетика, волейбол, настольный теннис и дартс. Как отмечает Павел Алексеевич, в последние три года благодаря открытию областного спортивного клуба инвалидов стало заметно легче и с инвентарем, и с поездками на соревнования.

чем не отказывает. Время, какое я хочу, в спортзале предприятия выбираю, остальные под меня подстраиваются. Где еще такое можно найти?

Есть задел

– Тренироваться нужно с детства, потому что конку-

ренция в легкой атлетике бешеная. Желающих вырваться в олимпийские чемпионы – толпы, – говорит спортсмен. – Я часто езжу и вижу: молодые ребята лет 16-17 метают диски, как профессионалы. Поразила меня система подготовки иракцев. На один из чемпионатов взрослые спортсмены приехали вместе с подрастающим поколением. Они рядом с ними на этих же стадионах и

тренировочных площадках метали диски и копья, толкали ядра. Это психологическая подготовка и работа на будущее. И конечно же очень затратная.

Есть и у Сидорчука такие ребята, которых есть смысл брать с собой на взрослые чемпионаты. Один из них – Данияр Бишкеев.

– К сожалению, Дана

Маленькая мечта

ТОО «Арай-Холдинг» помогло лисаковским параспортсменам с залом для тренировок. С открытием областного спортивного клуба инвалидов ребята стали чаще выезжать на соревнования. Но есть у этих легкоатлетов маленькая мечта – оборудовать сектор для метания диска. Для этого Павел Алексеевич даже участвовал в республиканском конкурсе на лучший социальный проект, только победить не удалось. Голосов не хватило.

– Когда выезжаем на серьезные соревнования, там спортсмены метают диски в специальном секторе, закрытом сеткой, – поясняет он. – А мы метаем его в степи на тренировках. Потом, заходя в закрытый сектор, начинается психологическое давление, тряешься, боишься промазать.

Как показывает практика, мечты имеют свойство сбываться, и такой сектор у спортсменов-трудяг обязательно будет.

– Результаты есть, но всегда же хочется чего-то большего. То, о чем когда-то мечтали, сегодня уже получили. Приятно, что люди ходят. Это и им на пользу, плюс к здоровью, – отметил Сидорчук.

Сейчас Алексей Лукутин и Павел Сидорчук в составе национальной

лю. В первую очередь надо преодолеть свое здоровье. У всех куча болячек: кто-то в памперсах, кто-то со всякими трубочками. А еще перебороть себя, чтобы стыдно не было, и ты чувствовал, что такой же. Только после этого можно попробовать что-то там зашвырнуть и еще привезти какую-нибудь медальку. Это потом они плачут от счастья: «Ой, я чемпионка! Я теперь еще больше буду работать!»

и помогут, и расскажут, и натренируют. Не знаю, почему люди жалуются. Все хотят стать чемпионами, не напрягаясь. Только такого в большом спорте не бывает. Вот у меня по три тренировки в день только для себя. Хотя мне уже 53 года!

Команда!

Не буду перечислять все достижения Павла Сидорчука, как пример приведу только одно: он 20-крат-

ли. И бегали, и железо тягали, пока до легкой атлетики дошли... – вспоминает Павел Алексеевич. – Я работаю не один, у нас команда. И это мне нравится. С Сергеем Блиновым и Алексеем Лукутиным идем к цели – вырастить чемпиона. У нас есть перспективная 13-летняя спортсменка, но пока держим ее в секрете. С Сергеем работаем третий год. Он здоровый парень и тренирует тех, кто на ногах.

– В городе меня, наверное, любят. Не хочу хвататься, но нигде еще не отказывали. Как от спортсменов из других городов и районов наслушаюсь о проблемах: там заплати, тут не пускают, так мне казаться начинает: может, я в раю живу?! – говорит Сидорчук. – Только скажу, что мне надо, сразу помогают. Благодарность огромная президенту ТОО «Арай-Холдинг» Виктору Соложенкову. Он ни в

приезжает в Лисаковск только тогда, когда есть возможность. Он живет в Майском, – вздыхает тренер. – Парень способный, с хорошей фактурой. И что самое важное, деревенский, а не городской слизня. Он и по хозяйству родителям помогает, и не отлынивает от нагрузок в зале.

сборной находятся в Джакарте (Индонезия) на Азиатских параиграх. В метании ядра Павел Алексеевич показал 8-й результат. Сегодня, 11 октября, у Сидорчука и Лукутина метание диска. Держим кулачки за наших.

*Фото из архива
Константина
ВИШНИЧЕНКО*

Страницу подготовила Марина ПЕРВУХИНА.