Рейтинг года

«Бадминтон намного интереснее, чем большой теннис»

Валентина Миронова, в 2009 году покорив спортивный Олимп Кузбасса своей игрой в бадминтон, заслужила звание «Спортсменка года».

Как ты отреагировала на известие, что ты стала спортсменкой года?

Я была очень довольна! Это, конечно, неожиданно! Но у меня был хороший спортивный год, успешный, поэтому, наверно, я ожидала, что так будет.

Чем нужно заниматься, что делать, чтобы выиграть в этой номинации?

Бадминтоном я занялась на первом курсе. Хотя, когда училась в школе вообще никаким спортом не занималась... А теперь вот регулярно посещаю тренировки 2-3 раза в неделю по 2-3 часа. А по субботам у нас тренировки идут по 4-5 часов.

Почему ты выбрала именно бадминтон?

Мне нравилось играть в детстве в дворовый бадминтон (смеется–*прим.* ***Ред.***)! Да и потом, бадминтон намного интереснее, чем, например, большой теннис. Это более динамичная игра, технически очень сложная, требует не только физической подготовки, но и напряженной умственной работы.

Зачем ты этим занимаешься? Что ты от этого получаешь?

Удовольствие. От тренировок, от побед. Мне нравится играть, мне нравится, что я чего-то добиваюсь сама.

В спорт человек может придти в любом возрасте?

Смотря, в какой вид спорта он собрался приходить, и каких результатов хочет достичь. Если это популярный вид, то заниматься надо только с детства. А если вид не очень популярен, когда конкуренция небольшая, как, например, в бадминтоне, можно начать в любом возрасте, и чего-то добиться.

«Времени мне хватает на все»

Андрей Замятин ловко обращается не только с ракеткой, но и умело выстраивает отношения в команде–ценное для спортсмена качество. Особенно, если он является «Спортсменом года».

Как ты отреагировал на известие, что стал спортсменом года?

Неожиданно! Я–вдруг, лучший спортсмен! Мне нравится бадминтон, и здорово, что это принесло свои плоды. Эта новость меня порадовала, ведь в глубине души, я, наверное, этого хотел!

Чем нужно заниматься, чтобы получить такое звание?

В целом, чтобы достичь какого-либо результата, нужно систематично подойти к тренировкам. Во-первых, тренировки должны быть продуманными. Во-вторых, тренироваться необходимо регулярно. И конечно во всем этом спортсмену должен помогать тренер. Я, например, занимаюсь бадминтоном вот уже второй год (с первого курса) три-четыре раза в неделю. Время тренировки–от 1,5 до 4 часов. И от самого процесса тренировок получаю большое удовольствие. И пока я учусь в КемТИПП, я не оставлю эту секцию.

Почему ты выбрал спорт?

Меня родители с детства приучили, что чтобы быть здоровым нужно заниматься спортом. А если ты здоров, то ты можешь заниматься, чем хочешь. Я занимался разными видами спорта, а на бадминтоне остановился случайно. Проходили факультетские соревнования, я решил сходить посмотреть. Был очень удивлен, когда увидел, как выглядит настоящий бадминтон. Все же наверняка играли в бадминтон в детстве?! Так вот, «детский» бадминтон значительно отличается от «взрослого»!.. Не зря бадминтон–олимпийский вид спорта. Мы должны быть быстрыми, сильными, выносливыми, резкими. Во время игры у тебя всегда очень мало времени. Для того, чтобы придумать комбинацию, поэтому необходима индивидуальная тактика. **А занятия спортом не мешают учебе?**

Времени у меня хватает на все. Конечно, бывают моменты расслабления, когда вообще не хочется ничего делать. Но, в итоге, собираешься с мыслями и принимаешься за работу. Есть у меня свой час на учебу, и свой–на тренировки.

Юлия Владимировна ГРЕБЕННИКОВА, директор спортивного клуба Кемеровского технологического института пищевой промышленности:

Уважаемые студенты и преподаватели!
Поздравляю вас с наступающим 2010-м годом! Пусть Новый год войдет в ваш дом с миром, согласием и душевным спокойствием.
Пусть он будет щедрым на удачу. Принесет вам благополучие, укрепит уверенность в завтрашнем дне, подарит новые радости и надежды!

От всего сердца желаю Вам крепкого здоровья, праздничного настроения, тепла и уюта в вашем доме, успехов в делах!

Рейтинг года

«Планирую попасть на Олимпиаду 2014 года, если в 2010 не успею»

Многочисленные победы Юрия Беляева–результат долгой, упорной работы над собой. Он верит, что после падения всегда будет взлет.

Как ты отреагировал на известие о том, что ты стал лучшим спортсменом года?

Я счастлив! Правда, у меня было подозрение, что так будет. В спорт я попал благодаря другу: он позвал на тренировки, я согласился. И вот уже как пять лет, с 9-го класса, я занимаюсь легкой атлетикой. За это время я добивался высоких побед, но бывали и спады.

Чем нужно заниматься и как, чтобы получить такое звание?

Я тренируюсь 6 дней в неделю по 2,5-3 часа. Заниматься почти каждый день–необходимо. А еще надо успевать учиться–это самое главное.

У тебя были спортивные травмы?

Дважды у меня был мениск. Надрывал спину. Были проблемы с суставами. Но травмы есть в любом спорте, от этого не уйти. Время затраченное на восстановление зависимости от травмы, например, когда у меня был мениск, я около двух месяцев вообще не посещал тренировки. Потом, подлечившись, начинал опять тренироваться. И, как правило, после травмы наступает сезон побед. После мениска я стал трехкратным чемпионом Кузбасса.

Что ты получаешь от занятий легкой атлетикой?

В последнее время я сам часто задумываюсь над этим вопросом, зачем мне это надо. Я получаю от этого моральное удовлетворение. Хотя, есть ряд сложностей, ведь атлетика–это индивидуальный вид спорта. Тренировки же все равно проходят в команде. Среди ребят у тебя есть друзья, но на соревнованиях ты должен их считать уже не друзьями, а соперниками... Заработать на занятиях спортом здесь не выйдет–масштабы не те. Но несмотря на это я планирую продолжать тренироваться. Планирую попасть на Олимпиаду 2014 года, если в 2010 не успею (смеется–*прим.* ***Ред.***)!

«В сборную института по мини-футболу меня взяли из-за фамилии»

Максим Украинец–пример того, что значит разносторонняя личность. С одной стороны–футболист, с другой стороны–бадминтонист, с третьей стороны...–волейболист!

Как ты отреагировал на известие, что ты победил в номинации человек-оркестр года?

Я не ожидал! Так приятно! И неожиданно! Даже не знаю, что сказать!

Чем нужно заниматься, что делать, чтобы выиграть в этой номинации?

Дольше всего я занимаюсь футболом, вот уже 9 лет. Вхожу в сборную КемТИПП. Полтора года играю в бадминтон так же за институт. А остальными видами спорта (бег, волейбол, баскетбол)–занимаюсь не так давно, и пока только на факультетском уровне. О том, как я попал в наш сборную по мини-футболу, есть забавная история. Набор был 10 человек. И уже было выбрано 9 игроков из 10. Оставалось одно место. И меня выбрали из моей фамилии. Тренер сказал, что Украинец–смешная фамилия, тебя-то и возьмем.

Почему ты выбрал спорт, а не работу, что тебя подтолкнуло?

Потому что на танцы набор закончился, а я так хотел стать великим танцором (смеется–*прим.* ***Ред.***). Зато попал в футбольную команду. Теперь играю. Если серьезно, то мне нравятся групповые контактные виды спорта, где главное–это команда, дух.

Зачем ты этим занимаешься? Что ты от этого получаешь?

Я хочу в определенных видах спорта добиться конкретных результатов. Хочу со своим факультетом выиграть Спартакиаду студентов КемТИПП.

А спорт не мешает учебе?

Скорее учеба мешает спорту. Приходится все выходные с пятницы по воскресенье очень плотно заниматься учебой, чтобы в будни можно было спокойно тренироваться. Иногда из-за соревнований я пропускаю занятия, но потом честно все отрабатываю!

Оксана Сергеевна ВОЛКАНОВА, заместитель декана по профориентационной работе факультета многоступенчатой профессиональной подготовки специалистов Кемеровского технологического института пищевой промышленности:

Дорогие студенты и преподаватели Кемеровского технологического института пищевой промышленности! Примите мои поздравления с Новым 2010-м годом и слова искренней благодарности за добрые дела и поступки, которые вы сделали в уходящем 2009-м году.

Пусть верным спутником наступающего года станет для вас звезда удачи, благополучия и мира. Пусть она наполнит ваш дом теплом и светом, истинными ценностями общения с дорогими людьми и приятными предновогодними заботами.

От всей души желаю вам крепкого здоровья, семейного тепла, праздничного настроения! С новым годом! Счастья вам и улыбок!