

Бронзова призерка Паралімпіади Марина ЛИТОВЧЕНКО: «Ми теніс не обговорюємо, ми у нього граємо!»



У одному з інтерв'ю Марина розповіла, що мріє посісти призове місце на Паралімпіаді. Цієї осені вона таки здійснила заплановане: виборола бронзу на Паралімпійських іграх, що проходили у місті Ріо-де-Жанейро (Бразилія). Про це і ведемо розмову.

- Марино, а ти пам'ятаєш, коли вперше взяла до рук ракетку?

- Вперше спробувала себе у настільному тенісі у 2009 році, під керівництвом заслуженого тренера Паралімпійської національної збірної Юрія Олексійовича Гусева. На більш професійний рівень вийшла після вступу до університету, мій тренер - старший викладач кафедри фізвиховання та спорту Олена Валеріївна Ковтун. Людей з обмеженими можливостями одразу прагнуть записати на ЛФК або ж зовсім звільнити від фізкультури. Тому довелося трохи «поборотися», щоб мене зарахували на настільний теніс.

- Куратор твоєї групи розповіла, що ти - людина з сильним характером, маєш чудові аналітичні здібності. Як гадаєш, спорт долучився до формування твого характеру?

- Мабуть, такі речі закладені у людині з самого початку, але протягом життя, у комунікації з іншими, заняттях спортом, вона їх розвиває. Ти звикаєш до боротьби, до постійного аналізу своїх дій, прагнеш більших здобутків. Крім того, спорт дає нові знайомства, подорожі... Це розширює кругозір, адже дозволяє виходити за межі своєї країни, долучатися до інших культур. Під час змагань я побувала у Кореї, Словенії,

Словаччині, Німеччині, Польщі, Данії та, власне, Бразилії. Це змінює кут, під яким ти дивишся на речі: починаєш розуміти, що не існує нічого непереборного.

- Що дає людям паралімпійський спорт?

- Люди з обмеженими можливостями часто замикаються у собі, можуть переживати певну дискримінацію, тиск стереотипів, які курсують у суспільстві. Спорт допомагає адаптуватися до життя. Коли спортсмени повертаються зі змагань, вони відчують себе важливою частинкою держави, відчують підтримку рідних, колег. Завдяки цьому вони стають більш упевненими у собі, готовими йти до нових досягнень. І, що важливо, вони знаходять у собі сили допомагати іншим. Перемоги привертають увагу до людей з обмеженими можливостями, а це, у свою чергу, стимулює до створення комфортних для них умов.

- А тобі зручно навчатися в університеті?

- Мені легше, ніж іншим людям з обмеженими можливостями, тому що я здатна пересуватися і обслуговувати себе сама. Тим паче, у мене чудові одногрупники, однокурсники, які акцентують увагу на моїх особистісних та професійних якостях, а не фізичних недоліках. Наша мета - отримати освіту, нас об'єднують спільні теми.

- Ти - справжній боєць, який має на рахунок безліч перемог. Яка з них відіграла найважливішу роль?

- Перемога, яка стала ключовою, адже дала можливість поїхати у Ріо - бронза на Чемпіонаті Європи з настільного тенісу. Суперниця була вищою за мене на три голови!

- Який шлях проходить спортсмен перед Паралімпіадою?

- Спочатку бере участь у чемпіонаті України з настільного тенісу, там його помічають,

запрошують на збори, потім - Міжнародні турніри, на яких спортсмен підвищує рейтинг для поїздки на Паралімпіаду.

- Що ти відчула, коли дізналася, що поїдеш на ці змагання?

- Було надзвичайно приємно, адже отримуєш шанс, задля якого ти тривалий час працювала. Відчуття того, що рухаєшся у правильному напрямку. Змагання офіційно тривали з 7 по 18 вересня. Ми прилетіли до Бразилії за тиждень до початку Паралімпіади, щоб пройти адаптацію, освоїтися у залі. Було непросто: це ж інший континент, різниця між Україною та Бразилією - сім годин, до того ж, дуже відрізняється клімат.

- Ви вийшли з літака, минули аеропорт, а далі...

- Поїхали на базу - Паралімпійське містечко. Дорогою у мене виникли двоякі враження. Зазвичай Ріо пока зували з яскравого туристичного боку: карнавали, пляжі. Ми ж проїжджали фавелами - бразильським варіантом нетрів, де живуть дуже бідні люди. А самі змагання були організовані на дуже високому рівні, відповідально та уміло.

- Нова країна - нові враження. Як відновлювала спортивну концентрацію у незнайомому оточенні?

- Мій досвід участі у таких масштабних змаганнях не такий великий, тому шукала поради у більш досвідчених колег. Мені допомагала класична музика та читання книг - це дозволяло відволіктися від зайвих думок, хоч тимчасово перелаштуватися на неспортивну тему. Я так і говорила своїй напарниці: «Ми теніс не обговорюємо, ми у нього граємо». Завдяки цьому під час турніру мислила більш тверезо та холоднокровно.

- Серед спортсменів існує традиція присвячувати перемогу. Кому адресуєш свою?

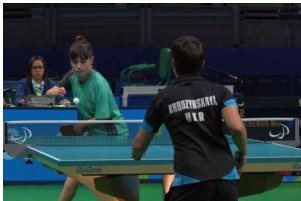
- Усім людям, які мене підтримували протягом змагань та поза ними роки: друзям, університету, соціологічному факультету. А взагалі, будь-який досвід спілкування (і хороший, і поганий), частково вплинув на мій результат, адже формував характер. У цій перемозі - частинка кожного.

- Коли йшла університетом і бачила плакати з привітаннями, відповідала зі сцени під час Олімпійського уроку, відчувала гордість?

- Було трохи незвично, адже зазвичай нікому не розкажую про свої змагання, а тут усе так публічно. Це відчувалося і під час олімпіади: великий тиск, велика відповідальність.

- Яка наступна спортивна подія?

- Чемпіонат Європи з настільного тенісу у 2017 році. Поки є час трохи відпочити, а потім знову на тренування.



О. ЯКОВЧЕНКО