

Начало биографии

Семнадцатилетняя мастер спорта, чемпионка России по настольному теннису среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата Елизавета Зайцева четыре года тренируется у Олега Николаевича Кузьякина. Занятия проходят на базе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Олимп».

Осенью 2016 года она стала чемпионкой России среди юношества до 21 года, в марте 2017 года – серебряным призером чемпионата России, а в апреле нынешнего года завоевала золотую медаль, победив многоопытного мастера спорта международного класса на соревнованиях, прошедших в Пензе.

Команда единомышленников

По словам тренера, золото на чемпионате России Лиза выиграла в очень упорной борьбе. Проявив характер, целенаправленно шла к победе. Вначале она проигрывала, но сумела не только догнать, но и опередить своих главных соперников.

– У нас команда: её отец – Александр Вениаминович, Елизавета и я, тренер. Отец занимается организационными делами, но ещё и сам игрок. В прошедшем чемпионате России занял девятое место. Я чаще «не глажу» по головке на тренировках. Но Лиза очень трудолюбивая девушка. Трудолюбие – огромное! И послушание. Всё что говорю – точно исполняет. Когда спортсмен выполняет задание, всегда есть результат. У неё твердый характер, поэтому не «трясётся», как другие, на соревнованиях. В полуфинале чемпионата Лиза проигрывала 6-10, но выиграла эту партию. Она проигрывала и четвертую партию в финале 8-10, и тоже стала победителем. Сконцентрировалась и спокойно довела игру до победного конца.

Перед чемпионатом мы конкретно и тщательно готовились к встрече с главными конкурентами, изучали их характер подач, выстраивали свою теорию и практику ответных ударов. В результате победили.

Олег Николаевич также рассказал, что в первые годы совместных тренировок приходилось просить других спортсменов: «Поиграйте с Лизой». Многие не соглашались, так как она была недостойным «противником». Сейчас же просят поставить играть именно с Лизой. И многие хотят тренироваться с ней, потому что она сильный игрок, у которого есть чему поучиться.

И ещё один характерный штрих отметил в Лизе тренер: если раньше она нередко просила делать перерывы на отдых, то сейчас всегда готова играть, без отдыха. Что тоже, по убеждению Олега Николаевича, неправильно. Грамотная смена тренировок и отдыха – важнейшая составляющая будущих успешных выступлений.

Любовь с первого взгляда

Инвалидность накладывает определенные ограничения на возможности человека. Но когда есть желание, появляются и возможности. Тем более что семья Лизы стремится дать детям (у неё есть младший брат) всестороннее образование. С семи лет Лиза Зайцева занимается настольным теннисом. Но профессионально начала заниматься только с Олегом Николаевичем. Она твердо уверена, что теннис – самый увлекательный вид спорта.

– Чем привлекает тебя теннис, чему учит?

– Спорт даёт целеустремленность и приучает к труду. Стремись играть всё лучше и лучше, а для этого надо много тренироваться. И жизнь становится интересней. Помню, как папа в первый раз привел меня в спортивный зал, где занимались теннисом: у меня сразу

Красивая девушка с лучезарной улыбкой, открытым добродушным лицом, проникновенным и мягким взглядом; голосом, напоминающим журчание лесного ручейка – такой впервые я увидела Лизу Зайцеву. Но когда она встала за теннисный стол и началась тренировка, Елизавета сразу преобразилась. Сосредоточенность, настроенность на победу и воля – читались в её манере игры. Девушку было не узнать...



возникло такое сильное желание быть среди них – так хотелось играть, что дыхание перехватило...

Мне очень интересно выступать на соревнованиях, но нравятся и тренировки. Всегда стараюсь выполнять то, чему учит тренер, но при этом всегда пытаюсь понять – почему именно так надо делать. И всегда прихожу к мнению, что тренер прав, я ему верю. К тому же он очень добрый, в трудные минуты находит такие слова, которые всегда воодушевляют.

– Расскажи немного о себе.

– Учусь в общеобразовательной школе № 32, в 10 Б классе. Учусь на четверки-пятерки, но есть три тройки: по английскому, физике и искусству.

– Ты недавно стала чемпионкой России, в прошлом году была серебряным призером. Как отнеслись к твоим спортивным успехам одноклассники?

– Дело в том, что десятый класс – сборный, в него вошли ученики из нескольких девятых классов. Поэтому не все знают, что занимаюсь теннисом. И еще я нахожусь на домашнем обучении, поэтому в школе бываю не каждый день. Так что о моих спортивных достижениях мало кто знает в классе, да и соревнования по инвалидному спорту не всегда показывают по телевизору.

– Победа на чемпионате мира как-то повлияла на твое поведение, вселила в тебя уверенность, а может быть, зазналась?..

– Завоевав золото, поняла, что «раскрыла» себя для соперников, и теперь они хотят меня оттеснить. Поэтому стала больше тренироваться. Первый раз завоевать золотую медаль – полдела. Надо еще утвердиться в своем лидерстве. А для этого надо еще больше уделять времени тренировкам. Наверное, ответственности стало больше. Вот это почувствовала четко.

– Кроме тенниса есть у тебя другие увлечения?

– Осень люблю петь. Окончила музыкальную школу по классу вокала. Раньше участвовала в престижных концертах и конкурсах, занимала призовые места. Теперь всё своё время отдаю спорту.

– Как отдыхаешь?

– Слушаю серьёзную музыку. Люблю делать что-нибудь своими руками. Например, до недавнего времени очень нравилось мастерить из бумаги шкатулки. В планах – научиться бисероплетению. Очень заинтересовало это рукодельное творчество. В свободное время рисую, так – для себя. А ещё люблю поспать, чтобы выспаться. (Задорно смеётся).

– Твои перспективные планы.

– Участвовать в международных соревнованиях. Но для этого необходимо набрать рейтинг. Например, вновь завоевать «золото» на очередном чемпионате России...

Спортивная семья

Интересную формулу подготовки олимпийского резерва «вывел» для себя из практики Олег Николаевич Кузьякин. В частности, он утверждает, что первый шаг на пути к олимпийским наградам делают родители, приводя за ручку будущего чемпиона в спортивную школу. Второй шаг – наличие бабушек-дедушек, которые бы в течение многих лет неустанно сопровождали будущего титулованного спортсмена на занятия. Не каждая семья такой спортивный ритм выдерживает. Необходимые условия на пути к будущим высоким спортивным достижениям – это поддержка семьи и профессионализм тренера. В жизни Лизы в этом плане всё сложилось как нельзя лучше.

– У нас создалась сплоченная команда, которая имеет все возможности

и ресурсы, чтобы привести дочь к победе, – поддержал разговор Александр Зайцев, папа Лизы. – Если бы не было меня, не пришла в спорт и не стала бы чемпионкой России. Не было бы Олега Николаевича – не приобрела бы такое мастерство, опыт. Не было бы спортивной школы под руководством Федора Николаевича Бахтиярова – не было бы и базы. Все вместе мы объединили силы, мастерство, профессионализм, наши возможности. Это и позволило дочери завоевать золотую медаль.

Ответственное решение

Действительно, благодаря семье она получает всестороннее образование. Но закончив девятый класс, необходимо было определиться, что предпочтительней: спорт или музыкальное образование. Год назад Лиза пришла на тренировку и заявила, что теннис будет на втором месте после музыкальных занятий. Тогда Олегу Николаевичу Кузьякину пришлось немало сил приложить, чтобы убедить, что в спорте она достигнет больших результатов. А вокалом можно заниматься всю жизнь.

Родители – Александр Вениаминович и Наталья Владимировна Зайцевы – сделали все возможное, чтобы их дочь реализовала свои возможности. Первые два года мама каждый день на общественном транспорте отвозила девочку на занятия. Хотя дома ждал маленький сын и, конечно же, бесконечные бытовые дела.

– Каждый человек должен состоять в жизни, – в этом уверен Александр Зайцев. – А родители просто обязаны способствовать и помогать детям. При этом всегда нужно чем-то жертвовать. Без этого результата не будет. Возможно, отдав силы, время и финансовые ресурсы воспитанию дочери, мы меньше уделяли времени сыну. Сейчас навёрстываем упущенное. Наш сын играет в футбол, увлекается спортивными единоборствами, но не профессионально, чисто для здоровья.

И тренер, и отец Лизы говорили о сложившейся команде единомышленников, именно это условие во многом определяет эффективность выступлений спортсменки. Они дополняют друг друга и самое главное – не мешают друг другу. Каждый занимается своим делом и отвечает за него.

Среди проблем была названа и финансовая. Александр Вениаминович подчеркнул, что региональное министерство спорта финансирует поездки на соревнования, но этих средств не хватает на всё. Профессиональная амуниция, в том числе ракетки, стоят очень дорого. Приходится обращаться к неравнодушным людям.

Содружество

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Олимп» обладает одним из самых лучших в Нижнем Новгороде залов для занятий настольным теннисом. Об этом с уверенностью сказал директор и главный тренер Фёдор Николаевич Бахтияров.

В спортивной школе идут занятия по пяти видам спорта: футболу, конному спорту, боксу, борьбе тхэквандо и настольному теннису. По словам Фёдора Николаевича, реклама спортивной школе не требуется. Нижегородцы знают это учреждение. Здесь работают высокопрофессиональные тренеры, есть все необходимые условия для занятий. Теннисные корты и спортивные базы учреждения никогда не пустуют, даже в летние школьные каникулы. И для него, как для главного тренера, очень важно, что в спортивной школе ребята занимаются полезным делом, становятся дисциплинированными, целеустремленными. Спортивные успехи Елизаветы Зайцевой – прекрасное подтверждение тому.

Ирина ПОТАПОВА