

# Глазами чемпиона

О художественной гимнастике, юных спортсменах и их родителях

Олимпийская чемпионка Анастасия ТАТАРЕВА в эксклюзивном интервью «Областной газете» рассказала о своем участии в Международном фестивале университетского спорта, о тренировках с детьми и дала совет родителям юных спортсменов.

– Анастасия, вы участвуете в Международном фестивале университетского спорта в Екатеринбурге. В качестве кого?

– Во-первых, я приглашенный гость. А также работаю в дисциплинарной комиссии на соревнованиях как наблюдатель для беспристрастного решения спорных вопросов в случае их возникновения. Ну и, конечно, вместе с организаторами смотрю и поддерживаю наших девочек.

– Насколько значимо проведение фестиваля в Екатеринбурге, если говорить о привлечении внимания к спорту?

– Это сейчас необходимо и важно в ситуации, которая сложилась со спортом. Это действительно популяризирует, дает мотивацию не только взрослым спортсменам, но и детям, которые делают первые шаги в спорте. И самое главное – российский спорт развивается, делается еще сильнее вопреки всему. Очень здорово, что Екатеринбург уже за этот год неоднократно проводил действительно масштабные спортивные мероприятия, за которые берет гордость. Совсем недавно прошли «Игры вызова легенд», где я была амбассадором. Таких мероприятий должно быть больше не только в Свердловской области, но и по всей России.

– Вы тоже проводите сборы и спортивные мероприятия?

– Да, я завершила свою спортивную карьеру после олимпиады в Токио и сейчас занимаюсь организационной деятельностью. Я провожу свои сборы в Екатеринбурге для детей именно из Свердловской области – это единственные сборы, в которых я принимаю участие, организую и курирую. Очень люблю родные края, где я делала первые шаги в гимнастике, поэтому для меня это очень важно. Кроме того, я в настоящее время возглавляю Всероссийское общество по художественной гимнастике «Рассвет» и внимательно смотрю за подрастающими звездочками (сборы, онлайн-просмотры и консультации, разборы упражнений).

– Еще вы являетесь руководителем Международного благотворительного фонда поддержки развития художественной гимнастики. Расскажите, чем занимается Фонд?

– Мы устраиваем мероприятия как раз для привлечения



Анастасия Татарева: «Поддержка родителей – большая мотивация»

новых спортсменов, юных гимнасток. Это очень здорово, потому что для этого мы привлекаем звезд не из мира спорта. Например, певцов, артистов, спортсменов из других видов спорта. Естественно, участвуют и лидеры сборной России. В день государственного флага у нас было масштабное мероприятие с привлечением звезд, гостей. Приехали выступать дети из разных уголков страны. Очень важно, что они принимают участие на одном ковре с лидерами сборной. Ирина Винер (президент Всероссийской Федерации художественной гимнастики – Прим. ред.) всегда нам говорит: «Среди дубов и вырастают будущие чемпионы». Для этого мы и делаем такие мероприятия, соблюдая и следуя девизу: «Спорт – норма жизни! Быть здоровым – это модно!»

– Вы курируете тренерскую деятельность детей с ОВЗ. В одном из своих интервью вы сказали, что детям «особенно важно заниматься художественной гимнастикой». Расскажите подробнее об этом.

– Гимнастика – это сложнокоординированный вид спорта. Здоровым детям или детям, например, с расстройствами аутистического спектра, ДЦП, слабо слышащим и видящим очень важно брать в ручки предметы, делать растяжку, садиться на шпагаты, развивать гибкость. Пусть нет каких-то высоких результатов, но детям это важно для развития. У нас бы-

ла история, когда проходили соревнования по адаптивной художественной гимнастике. Девочки выходили на ковер группами, и одна из них – девочка с расстройством аутистического спектра – просто отказалась выходить, начала плакать и не хотела делать упражнения, но когда она увидела, что ее сверстницы начинают работать с удовольствием, она вернулась на ковер и продолжила с ними – вот что значит командный дух. Мы и делаем это, чтобы детей адаптировать в социуме и поддержать эти семьи – ОНИ уже ГЕРОИ! Чтобы они могли постараться себя реализовать потом в какой-то сфере.

– Как родителям привлечь ребенка к спорту?

– Очень важно, чтобы родители, когда приводят ребенка к тренеру, сразу подумали: «Да, этому человеку я действительно могу доверить своего ребенка». Это должен быть квалифицированный специалист, тренер, который действительно знает, что делает. Сейчас, к сожалению, много тренеров без опыта работы, которые работают на коммерцию, набирают детей и не знают, что с ними делать. И я понимаю, почему могут бояться родители. Нужно отдавать в сильные, проверенные школы с хорошими тренерами, тогда бояться будет нечего.

– Как заинтересовать? – Все знают, что не будет результата, если ты не занима-

## Анастасия ТАТАРЕВА

Родилась 19 июля 1997 года в Екатеринбурге.

Окончила Уральский федеральный университет им. Первого Президента России Б.Н. Ельцина.

Заниматься художественной гимнастикой начала в четыре года в детско-юношеской спортивной школе «Виктория» в Екатеринбурге под руководством тренера **Василины Гаревой**. В 13 лет спортсменку пригласили тренироваться в детскую спортшколу олимпийского резерва (Дмитров). Затем Анастасия попала в Центр олимпийской подготовки к Ирине Винер.

Является олимпийской чемпионкой летних игр-2016 в Рио-де-Жанейро (групповое многоборье), серебряным призером Олимпиады в Токио (групповое многоборье), многократной чемпионкой мира и Европы.

Заслуженный мастер спорта России. Награждена орденом Дружбы (2016), медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» I степени (2021).

ешься любимым делом и не отдаешь ему на 100%. Не надо заставлять идти в зал, надо разобраться, почему хочет бросить спорт ребенок. Может быть, он хочет что-то другое, что это не его вид спорта (когда родители без учета интересов ребенка реализуют свои амбиции), или его не понимает тренер, или не выдерживает нагрузки (это вопрос, решаемый совместно с тренером). В любом случае спорт – это нагрузки, взлеты и падения. Важно поддерживать ребенка, когда он на первых местах и когда он в самом низу. Поддержка родителей – немалая мотивация. И всегда надо помнить, что ваш ребенок всегда лучший!

– Какие цели должны ставить юные спортсмены?

– У всех по-разному. Например, я сейчас приехала со сборов в Югорске и там говорила: «Девочки, у вас на каждый день есть маленькая цель. Сегодня я, например, хочу сделать этот бросок 10 раз, завтра я хочу сделать два чистых прогона». И вот так любую большую цель минимальными шажочками выполнять. Я максималистка, я сразу в детстве сказала, что хочу стать олимпийской чемпионкой, но поначалу это была какая-то хотелка, но цели я ставила на каждый день. Из маленьких целей складывается уже что-то масштабное и крутое.

Записала Анастасия ЗАЕВА

## Екатеринбургские волейболистки начали с уверенной победы

Вчера на международном Фестивале университетского спорта стартовали соревнования по волейболу. Первым начался женский турнир. Команда Уральского государственного экономического университета (УрГЭУ) встретила сборную Сургутского университета и одержала уверенную победу со счетом 3:0.

В УрГЭУ учатся несколько молодых волейболисток легендарной екатеринбургской «Уралочки», так что неудивительно, что студенческая команда этого вуза очень сильная. Она считается одним из главных фаворитов Фестиваля университетского спорта и этот статус в своем первом поединке подтвердила.

Только в первой половине первой партии северянкам удавалось удерживать паритет в счете. Затем екатеринбурженки заиграли в свою силу и просто смяли соперниц – 25:14, 25:6 и 25:9. Завтра УрГЭУ сыграет с командой университета Нигерии.

## Свердловчанки завоевали золото и серебро

Вчера в МВЦ «Екатеринбург-ЭКСПО» прошли финалы соревнований по вольной борьбе среди женщин. Две медали завоевали спортсменки Уральского федерального университета (УрФУ).

В весовой категории до 50 кг чемпионкой стала екатеринбурженка **Мария Тюмерекова**. В решающей схватке она одолела соотечественницу – **Натиа Сванидзе** из Московского государственного университета спорта и туризма.

Еще одна студентка УрФУ – **Анастасия Сидельникова** – вышла в финал в весовой категории до 59 кг, но проиграла там **Бермет Нуридин Кызы** из Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта имени Б.Т. Турусбекова.

Подробности – в следующем номере «Областной газеты».

## Еще одна бронза в бассейне

Вчера **Дмитрий Новичков** из Уральского государственного университета путей сообщения занял третье место в соревнованиях по плаванию на дистанции 100 метров баттерфляем.

Владимир ВАСИЛЬЕВ