

Это профессия, это судьба

Вадим ИВКИН, фото автора

Когда-то маленькая Лариса отличалась независимым характером. А впрочем, независимым и целенаправленным ее характер был всегда.

Это позволило ей стать мастером спорта СССР по художественной гимнастике, получить высшее образование в столице Украины, приехать в Славутич, стать тренером первой категории. А сегодня уже ее воспитанницы, среди которых и две дочери, Александра и Евгения, штурмуют мастерские высоты. Сын Алексей занимался борьбой, плаванием, прыжками на батуте, футболом. Сегодня он студент Кировоградского института бизнеса. Муж Юрий — заслуженный тренер Украины, сейчас бизнесмен, активно поддерживает украинских спортсменов. Вместе с параолимпийцами выехали в Пекин. В уютном доме Климантовых есть еще два жильца: кот Сим и пудель Арамис, привилегированные домочадцы. Но и они не позволяют себе буйничать среди цветов, которые с любовью разводит Лариса в свободное время.

Это — сегодня, а как было «вчера», из каких кирпичиков складывалась судьба, жизненная дорога? С этим вопросом я и обратился к обаятельной женщине, мастеру спорта, маме трех детей, тренеру **Ларисе Климантовой**.

— Родилась я в далеком Омске, где и начала заниматься художественной гимнастикой в ДСШ у заслуженного тренера России Валентины Громыко. Первые соревнования, первые медали и первые разряды. Чемпионат Союза ФСО «Спартак». Звание мастера спорта и окончание средней школы. И первое самостоятельное решение ехать учиться в далекий Киев, в

институт физической культуры. Родители были не очень довольны моим выбором, тем более что в родном Омске такой же институт, но я настояла на своем. Причины было две: меня позвала подруга Лена Медова, которая занималась у Ирины Дерюгиной; и второй причиной было желание независимости, свободы и возможность увидеть что-то новое.

Киев я полюбила с первого взгляда. Красивый, ухоженный, зеленый город и могучий, похожий на Обь Днепр. Учеба давалась мне не так уж и трудно, наверное, сказало умение контролировать время и выдерживать спортивные нагрузки. Еще больше мне запомнились студенческие годы участием в соревнованиях и праздниках. Игры доброй воли, Спартакиада народов СССР, выступление на съездах в Москве и Украине.

В молодости мы иногда бываем невнимательны к родителям, а они всегда думают о нас. Вот и моя мама не выдержала и приехала в Киев. Посмотрела и благословила. Ей все понравилось. Пролетели годы учебы, и я получила направление в Донецк. Работала тренером по художественной гимнастике и хореографом синхронного плавания в ДСШ общества «Буревестник». В 1988 году переехала уже к мужу в Боярку. В 1989 наши друзья Владимир и Наталия Собакарь пригласили нас работать в Славутич. И вот мы уже 19 лет здесь. С первых дней, когда нас радушно встретил в профкоме ЧАЭС (спорт тогда был под патронатом станции) Алексей Забир-

ченко, и по сегодняшний день мы ни разу не пожалели, что приехали в Славутич.

Сегодня старшая дочь Ларисы — мастер спорта и студентка юридического факультета торгово-юридического университета. Сын — тоже студент. Младшая грызет гранит науки в школе и постигает азы мастерства в художественной гимнастике. Кроме того, Евгения член сборной школьников Киевской области по художественной гимнастике и в составе команды стала чемпионом III спортивных игр школьников Украины. Тренирует ее родная мама.

— **Лариса, вы тренируете девочек, заботитесь об их спортивной форме, сами поддерживаете определенную спортивную диету. Трудно ли это выполнять самой и требовать от юных спортсменок?**

— Занятия спортом даже у малышей вырабатывают силу воли. Девочки при встрече делятся своими победами: сколько раз они не поддались соблазну родителей съесть булочку или что-то сладкое больше нормы. А я сама люблю мороженое с орешками, иногда сладкое что-то, но стараюсь это съесть так, чтобы не провоцировать детей. А потом — усиленная гимнастика. Абсолютных запретов нет, но стараюсь воспитывать у девочек определенный подход к еде. Так же, как и на тренировках, стараюсь найти индивидуальный подход к каждому ребенку. Со старшими легче, они необходимость правильного питания уже понимают сами.

— **За 22 года работы вы воспитали около 400 юных гимнасток. Были соревнования, победы, в чем-то встречали трудности, где-то, возможно, поражения. Расскажите**

об этом немного.

— Во-первых, трудовой стаж немного меньше, ведь у меня трое детей. Во-вторых, становление юной гимнастки — дело не быстрое, стараюсь, чтобы девочки не теряли интереса к художественной гимнастике. Поэтому многие занимаются по шесть — восемь лет, а то и больше. За годы работы я выпустила около 300 девчат, среди них 10 кандидатов в мастера спорта, один мастер, много перворазрядниц. Конечно, в работе всякое бывает. Приводит мама ребенка в гимнастический зал и думает, что все решено. Нет, маленьких детей необходимо поддерживать, направлять и где-то даже заставлять, выполняя пожелания тренера. Со временем приходит понимание необходимости требований. Естественно, есть определенные физические нагрузки, к ним тоже постепенно детский организм привыкает, а помощь в этом опять же оказывают родители. Если я сумею найти общий язык с ребенком и с родителями, если зажгу в ребенке твердое желание заниматься, пробужу желание добиться побед, то это и будет моя первая победа в работе над судьбой этого ребенка. Не секрет, что сегодня даже детский спорт — затратная статья домашнего бюджета. Горсовет дает нам на год на двух тренеров 9 тысяч гривен на тренировочный процесс. А нам хочется, чтобы эта сумма была на каждый коллектив. Рост спортивного мастерства заметен в соревновательном режиме, мы стараемся, чтобы наши девочки принимали участие в турнирах различного уровня. А сегодня турниры, проводимые спортивными обществами, в большинстве своем проходят за счет участников. Приходится искать спонсоров, часто ими становятся родители.



Когда меня спрашивают о работе с родителями, я с чистым сердцем отвечаю, что мы — одна семья. На соревнованиях бывают и победы, и поражения. Мы радуемся одним и подвергаем разбору другие. Тренировочный процесс очень динамичен, каждое новое упражнение требует своего подхода. Ошибку, допущенную ребенком на соревнованиях, стараюсь разобрать, проанализировать... Но главное, чтобы ребенок почувствовал поддержку и доверие. Поэтому часто даже летом я стараюсь хоть какой-то период проводить вместе со своими воспитанницами.

— **Лариса, у вас 24 часа нагрузки тренера, 9 часов хореографии. Хватает ли этого времени для учебного процесса?**

— Нет. Сегодня у меня 4 кандидата в мастера спорта, с которыми я должна работать 24 часа в неделю, есть группа перворазрядниц-

ков, а еще группа малышей. Судите сами. Можно, конечно, работать только со старшими, но когда-то они закончат занятия в секции и прервется преемственность поколений. Вот и приходится дополнительно работать с малышами.

— **Прекрасно понимаю, что работа и домашние заботы занимают львиную долю времени. А все же, чем вы занимаетесь в свободное время, как любите отдыхать? Где проводите отпуск?**

— Дома люблю разводить цветы, гулять с младшими «домочадцами» (котом Симом и пуделем Арамисом), отдых люблю подвижный. Отпуск получится небольшой, но особо не жалею. Если говорить откровенно, не люблю бездействия — только действие. А самое большое желание — чтобы вся моя семья собралась вместе дома!