

# Путь к успеху – победа над собой!



«Нет более трудного соперника у человека, чем он сам, а точнее, чем его лень»



В спорте ребят интересует не только результат, но и желание преодолеть себя через «не могу». Выдающихся успехов добился Даниил Волков, обучающийся 11 класса, который долгие годы занимается спортивной аэробикой. Все годы учебы Даниил стабильно показывает высокие достижения, как в спорте, так и в учебе. Представляем интервью с Даниилом.

*Даниил, расскажи с чего начались твои занятия спортом?*

Все определил Его Величество Случай. Однажды в детский сад, пришел тренер спортивной школы «Смена» Вячеслав Александрович Павлов, выбирал детей для своей секции. Из нашей группы выбрал меня и еще несколько ребят. Растяжка была хорошая. Папа занимался со мной, в три года посадил в шпагат. Занятия сначала проходили прямо

в спортивном зале детского сада. До сих пор думаю, ну мог ведь он прийти и в другой детский сад. Я занимаюсь в секции спортивной аэробики с пяти лет. Если посчитать, 13 лет уже, даже самому не верится! Время очень быстро пролетело. Сейчас я занимаюсь под руководством Вотинцевой Галины Александровны и Аржанниковой Ольги Викторовны - талантливых педагогов, настоящих профессионалов.

*Перечисли, пожалуйста, свои достижения.*

- 41 медаль
- многократный призёр и победитель первенств Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по спортивной аэробике в номинациях «Соло», «Пара», «Трио»
- Призер четвертого, победитель пятого открытого регионального лично-командного турнира по спортивной аэробике «Юные звезды»
- Призёр открытых первенств Уральского Федерального Округа
- Победитель Всероссийских соревнования среди детских юношеских спортивных школ и спортклубов
- Бронзовый призер седьмого чемпионата Европы по спортивной аэробике, проходившего 13-14 ноября 2011года в городе Бухаресте (Румыния)
- Чемпион Мира в номинации «Группы» (2012) Болгария г. София.

***Какие трудности пришлось тебе преодолеть, чтобы достичь таких высот?***

Трудности? Но ведь никто и не говорил, что будет легко. Ушибы, ссадины и растяжения без этого не бывает. Занятия спортом это всегда опасность травмы. Победа не рождается из ничего. Она – результат многолетнего труда и спортсмена, и тренеров, и врачей и родителей. Дома вот маловато бываю, за последний год из 365 дней примерно 160 дней провел на соревнованиях и сборах, а это почти полгода. В этом году откажусь от большинства поездок в пользу подготовки к экзаменам. Спорт научил меня тому, что успех приходит только после упорной работы, многих тонн пролитого пота.



*«Спорт научил меня тому, что успех приходит только после упорной работы»*



***Как изменился твой характер благодаря спортивной аэробике? Какие качества ты в себе воспитал?***

Нет такого вида спорта, который не учил бы человека выдержке, силе воли, умению мобилизоваться в самых сложных моментах. Ежедневные многочасовые тренировки, выезды на соревнования объединяют, учат терпению, выносливости, проявлению уважения друг к другу, умению заботиться о младших, быть более самостоятельным, организованным. Наслаждение - владеть своим телом, своей волей, своим характером! Ведь нет более трудного соперника у человека, чем он сам. А точнее, чем его лень.

## ***Веришь ли ты в приметы или суеверия?***

Нет. Верю в себя, в то, что я наработал. Нужно обязательно верить в свои силы, без этого ничего не получится. Думаю, если ты тренируешься сутками, ты обречен на успех. Конечно, обстоятельства должны сложиться удачно. Например, в номинации соло ты сам себе режиссер, даже если собьешься, немного переставишь элементы, это кроме тебя и твоего тренера может никто не заметить. Другое дело в групповых выступлениях. Здесь успех всегда состоит

из множества предусмотренных и обдуманых мелочей. Нужна синхронность, чтобы композиция лилась словно песня, чтобы все дышали одним дыханием. Если один из шести споткнется, заболеет или ногу накануне вывихнет, все, тогда вся многомесячная работа всех шести спортсменов, тренеров даром... Знаю, мама с бабушкой в день выступления всегда свечи к иконе ставят, в каком бы городе я не выступал.



**Со спортом  
дружить –  
здоровыми быть!**



### ***Продолжи фразу: «Для меня спорт – это...»***

Прежде всего, общение. У меня в комнате висит огромная карта мира во всю стену. Я там с детства красными флажками отмечаю города, где я был. Так вот Россия почти вся красная: Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург, Омск, Новосибирск, Тюмень, Нижневартовск, Сургут, Ханты-Мансийск, Казань, Солнечногорск, Уфа и многие другие города нашей страны. Потом София, Бухарест.

***Можешь высказать свои пожелания сверстникам или, может быть, свое жизненное кредо?***

Летом в отпуске мы с родителями загадываем 5 желаний (любимое число). Я одним из пяти желаний всегда загадывал Победу. Только соревнования отличались: округ, Россия, Европа, Мир! Желая всем всегда идти вперед, не останавливаться на достигнутом!

***Интервью подготовила Медведюк Алена***