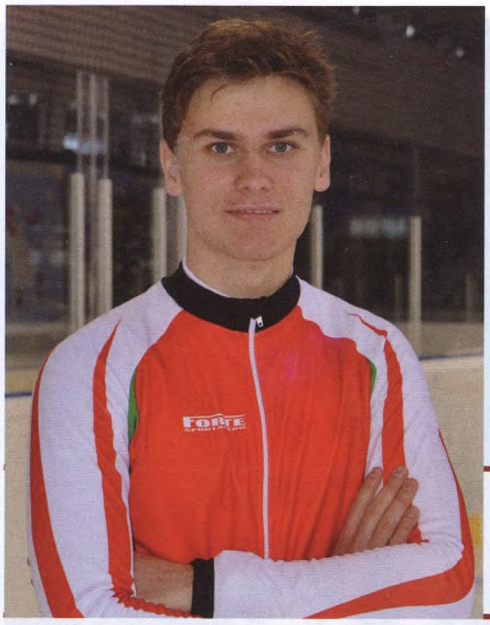

Проснуться знаменитым в один прекрасный день, который станет единственным в твоей карьере, — хорошая формула успеха, но явно не интересная. Ведь куда увлекательнее ежедневно доказывать себе, что можешь сделать невозможное. Конечно, когда рядом есть надежный тыл и крепкая поддержка. Это сможет подтвердить конькобежец Игнат Головатюк – чемпион мира среди юниоров, чемпион мира среди студентов, неоднократный призер этапов Кубка мира.
В интервью корреспонденту «НС» Игнат рассказал о тренерах, которые ведут его по жизни; оценил прошедший сезон и поделился планами на новый соревновательный год.

Игнат ГОЛОВАТЮК,
чемпион мира в конькобежном спорте среди юниоров:

«Тренер – это зеркало спортсмена»

— Игнат, вопрос на злобу дня. В Минске состоялись II Европейские игры: за кого болел, какими соревнованиями интересовался?
— К сожалению, я не мог сполна почувствовать атмосферу Европейских игр, так как был на сборах. Но я верил в каждого нашего спортсмена и мысленно всех наших атлетов поддерживал. Больше всего меня интересовал велоспорт, где выступали мои давние приятели – Евгений Королек, Роман Тишков, Михаил Шеметов. Ребята молодцы, я очень за них рад.
— Как вышло, что делом твоей жизни стал именно конькобежный спорт?
— В детстве я занимался хоккеем, но особых перспектив у меня там не было. И мы с папой несколько раз в неделю просто ходили на каток. Можно сказать, что отец стал моим первым тренером. В 11-летнем возрасте я уже был в конькобежной секции. Занимался у Ларисы Владимировны Казакевич. С ней мы работали 7 лет. А когда в 2014 году меня пригласили в национальную команду Беларуси, начал работать еще и с Сергеем Леонидовичем Мининым – главным тренером сборной.
— Как тебе кажется, не поздновато ли начинать спортивную карьеру в 11 лет?
— Вопрос философский, но тогда я не считал, что поздно встал на коньки. Мне понадобилось около четырех лет, чтобы самовыразиться. Поначалу я пытался отобраться в австрийский Инсбрук на юношеские Олимпийские игры-2012, но та попытка оказалась безуспешной. В команде я был первым запасным, поэтому меня обошли Рома Дубовик и Максим Дубовский. И тогда у меня появилось желание проявить себя. Проснулся, можно сказать, спортивный азарт. А когда в 2016 году я победил на чемпионате мира среди юниоров в Китае, то понял, что не только доказал себе свою состоятельность, но показал всем, на что способен.

Хотя, честно скажу, что для меня та победа на 500-метровке была сродни приятному сюрпризу. Выходя на старт в Чаньчуне, рассчитывал, что буду в первой пятерке, а о золоте и не думал. Но звезды сложились иначе – и я оказался на высшей ступеньке медального пьедестала с новым взрослым рекордом Беларуси.

— Игнат, как ты можешь оценить свои выступления в прошедшем сезоне?

— Признаюсь, что сезоном не очень доволен, потому что рассчитывал на более высокие результаты. Но и в то же время не буду утверждать, что ушедший соревновательный год был хуже предыдущих. У меня сохранилась нужная стабильность. Можно сказать, что я удовлетворен от выступления на чемпионате мира по спринтерскому многоборью в канадском Калгари, где показал хорошие секунды. Однако «недосказанность» в ушедшем сезоне есть, и в ближайшее время все недочеты надеюсь исправить.

— А какие задачи ставишь перед собой на новый сезон?

— Хочу попробовать себя на дистанции 1500 метров. При этом, буду продвигаться в мировом рейтинге на 1000 метров. Пока у меня 12-я позиция, но я планирую войти в топ-8, а в идеале — пробиться в топ-5. А еще хочется с ребятами подтянуть командные гонки, успешно выступить в командном спринте.

— Твоя подготовка проходит плодотворно?

— Весной я уже провел два сбора с национальной дружиной России, а в июне прошел очередной УТС. Тренируюсь с бывшим рекордсменом мира Денисом Юсковым под руководством Константина Полтавца. Он привел многих спортсменов к довольно высоким результатам – наградам на Олимпийских играх и чемпионатах мира. В команде много сильных, талантливых ребят. Все профессионалы и понимают, ради чего так усердно трудятся.

— Интересно знать, а как началось твое такое «союзное» сотрудничество?

— В конце прошлого сезона мы поговорили с Сергеем Леонидовичем Мининым и решили, что мне надо тренироваться с сильными спортсменами, чтобы тянуться за ними. Тем более, что в этом коллективе есть подходящий для меня спарринг-партнер. Пока я молод и полон сил, нужно использовать каждый шанс, чтобы двигаться вперед к новым вершинам. Мы «вышли» на Константина Полтавца. Он оказался не против такого сотрудничества и его команда тоже. Белорусский союз конькобежцев решил вопросы по документам, и я быстро отправился на сбор.

— Игнат, тебе довелось поработать со многими тренерами. Что дал каждый из твоих наставников?

— Действительно, каждый тренер оставляет что-то свое. Лариса Казакевич привила мне любовь к спорту. Сергей Минин научил ответственно и пунктуально относиться к тренировкам. Константин Полтавец в какой-то степени изменил мышление, показал, что способности спортсмена безграничны. Если раньше я думал, что чего-то не могу выполнить, то сейчас беру и делаю. Это как переключить тумблер и начать смотреть на вещи иначе. Да, у всех тренеров разные методики. Но, чтобы выбрать для себя подходящую, нужно общаться с каждым наставником. Необходимо давать ему обратную связь, чтобы он понимал, как ты относишься к нагрузкам, к планам тренировок. Уметь разговаривать с тренером – это первое, чему должен научиться спортсмен. По сути, тренер – это зеркало спортсмена. А как ты в него смотришь – покажет время.

— В ноябре 2019 года в Минске пройдет этап Кубка мира. Ты любишь домашние старты?

— Конечно, особенно, когда на трибунах много зрителей. Я понимаю, что уже многое сделано, и в родных стенах будет обидно показать плохой результат. Как будто дополнительный адреналин вырабатывается. И я приложу все усилия, чтобы в Минске, под сводами Конькобежного стадиона, достойно выступить.

Беседовала
Валерия СТЕЦКО