

17-ЛЕТНИЙ МИНЧАНИН
МИХАИЛ АТРАШОНОК
ПРИХОДИТ
НА ТРЕНИРОВКИ
ПО БЕЙСБОЛУ ЗА ЧАС
ДО ИХ НАЧАЛА
И МЕЧТАЕТ ПОПАСТЬ
В СИЛЬНЕЙШУЮ
ЛИГУ МИРА MLB.

Рыжый,
тестый,
выкоблеченый **Minsk 4**

ПРОСТОЙ ВЫБОР

— Когда я учился во 2-м классе, мама отвела меня на таэквондо, — вспоминает Михаил. — Этим видом единоборств успешно занимался на протяжении 4 лет. Выигрывал соревнования городского масштаба, республиканского, побывал на турнире в Чехии, где стал победителем. Таэквондо во многом помогло мне добиться успехов в бейсболе. Во-первых, нас научили дисциплине. Дети ведь любят пошалить на тренировке, могут пропустить мимо ушей задания наставника. И у нас такое бывало. Тренер ругался. Я делал выводы и старался больше не попадать под раздачу. Во-вторых, в этом виде спорта важна растяжка, и она мне потом пригодилась в бейсболе. В-третьих, я подтянул общефизическую подготовку.

— Почему ушли из таэквондо?

— Пришло время выбирать: или единоборства, или бейсбол. Совмещать оба вида становилось проблематично. Дело в том, что через год после начала тренировок по таэквондо я пришел в бейсбол. Мне нравилось и одно, и другое, благо тренировки проходили в разные дни недели. А вот соревнования накладывались друг на друга. Бывало, что с утра бился на даянге, а к обеду спешил на матч по бейсболу. Приходилось и пропускать что-то. Но этим моя активность не ограничивалась. После тренировок оставался во дворе с друзьями играть в футбол, баскетбол. К 6-му классу пришлось сконцентрироваться на одном виде спорта. Выбор в пользу бейсбола дался легко.

— Чем зацепила эта игра?

— Она очень популярна в Беларуси, немного необычна для нас. Некоторых смущает отсутствие ворот, а меня эта особенность зацепила. Парни к началу занятий футболом уже с большего знают правила, а здесь все с чистого ли-

**Спортивный кумир
Михаила —
Криштиану
Роналду,
который,
родившись
в небогатой
семье, всего
добился сам.**



ста. Как новую книгу читать и что-то открывать для себя, например, длительность матчей, количество аутов, обучение ловле мяча и многое другое. Кстати, для меня самым сложным на первых порах был удар битой по мячу. Новичку нужно приловчиться к этому процессу. Необходим опыт, физическая подготовка.

В СОСТАВЕ ЧЕМПИОНОВ

— Тем не менее вы играете на позиции кетчера — того, кто ловит мяч.

— С юных лет заметил, что у меня это получается лучше всего. Видели это и тренеры. Я чувствовал, что наставники верят в меня, поддерживают, поэтому приходила уверенность. Простой пример. В 9 лет меня взяли на турнир в Литву с командой парней, которые были старше меня на 2–3 года. Пусть не хватало опыта, но меня тренеры

выпустили на поле, дали возможность сыграть. Чувствуя такое доверие, отработал хорошо. Помню, как волновался перед матчем, переживал, чтобы не испортить игру. Тогда, можно сказать, я влюбился в бейсбол. Пришло осознание, что могу и хочу показать результат, стать лучшим.

— На другие международные состязания в составе команд ездили?

— Вспоминаю турнир в польском Кутно, где у нас был сильный соперник из Нидерландов, а там бейсбол хорошо развит. Мы с ними сошлись в финале. Отличный поединок получился, однако мы уступили тогда со счетом 5:6. Сильно расстроились. А однажды поехали на соревнования в Санкт-Петербург, где я выступал за 2 команды «Минска»: в своей возрастной категории — до 12, и за 15-летних. Неожиданностью стало, что меня признали лучшим игроком турнира среди старших. Такие награды всегда приятны.



— Как давно вы подписали контракт с профессиональной командой «Минск»?

— В нашем виде спорта это можно делать с 14 лет. От клуба в чемпионате страны выступает еще и молодежная дружина. В нее меня и взяли в 2022-м на контракт. Я был самым младшим в составе. Запомнилась первая тренировка. По ходу заметил, что не уступаю почти ни в чем более опытным ребятам, даже тем, кому было больше 30 лет. Тогда в «Минск-СДЮШОР» подобрался хороший состав. Давали отпор лидерам. У меня получалось эффективно действовать в матчах против «Минска». Главный тренер основной команды Александр Иванович Сечко заметил мои старания и пригласил к себе в 2023 году.

— Чем отличается детский и взрослый бейсбол?

— В юном возрасте выигрывает тот, кто лучше готов физически. Во взрослом бейсболе команды могут быть равными, а побеждает более хитрый и психологически устойчивый. То есть на серьезном уровне важно мышление и скорость принятия решений.



БЕЛЫЕ БРЮКИ

— Расскажите о чемпионате Беларуси.

— В этом сезоне выступает 4 команды. Главные претенденты на титул — «Минск» и «Брестские зубры». Матчи между клубами получаются яркими, зрелищными, упорными. Но с 2015 года столичная команда неизменно выигрывает золотые медали. Ныне финальная серия стартует в сентябре. Еще двое участников чемпионата — «Логишинские волки» и «Минск-СДЮШОР». Они разыграют бронзу. Знаю, что ранее в турнире было и 12 команд.

— Матчи проходили в непогоду?

— Мне больше всего не нравится, когда идет дождь. Если очень интенсивный, тогда судьи останавливают встречу. Еще одна причина для паузы в игре — гроза, молния. Во время дождя мячи становятся мокрыми, поле — вязким, мешают лужи. Словом, некомфортно играть. У меня волосы рыжего цвета и светлая кожа, на палящем солнце сгораю моментально. Сильный ветер мешает в меньшей степени, но влияет на траекторию полета мяча.

— В вашем виде спорта обязательно должны быть белые брюки?

— Даже тренируемся в них. Просто каждый раз после занятий их нужно стирать, иначе быстро портятся, пятна грязи не выводятся. У меня есть запасные брюки на всякий случай.

— В вашем виде спорта бывают стычки между игроками разных команд?

— У нас нельзя вообще касаться соперника, только когда «осаливаешь» оппонента ловушкой. Важно не переборщить, иначе будут возмущения. Но ни разу не видел, чтобы из-за такого случались потасовки, драки. Порой соперники могут провоцировать словами на конфликт, но нужно оставаться хладнокровным и не давать волю эмоциям, иначе подведешь команду.

Михаил Атрашенок
9 лет занимается
бейсболом и с клубом
«Минск» дважды
становился чемпионом
страны.

— Как выглядит ваша спортивная мечта?

— Попасть в сильнейшую бейсбольную лигу мира MLB. Несколько лет назад литовский питчер Довидас Невераускас первым из игроков стран Балтии попал в сильнейший чемпионат планеты и сыграл за «Питтсбург Пайрэтс». Меня это очень мотивирует. При должном отношении к делу и удаче могу также пробиться в MLB. Регулярно смотрю трансляции матчей. А еще у меня дома есть мяч с автографом Невераускаса. Однажды на турнире в Литве я получил этот трофей как лучший игрок соревнований.

СОБЛЮДЕНИЕ БАЛАНСА

— Слышал, что на тренировку вы приходите раньше всех. Это так?

— Срабатывает внутренняя мотивация: хочу с каждым днем становиться лучше, поэтому всегда приезжаю за час до начала занятий. Выполняю беговые упражнения, оттачиваю механику отбивания мяча, силу удара. Порой некоторые одноклубники составляют мне компанию. Могу остаться и после

тренировки. Но в течение учебного года это чревато: много времени забирала дорога, а потом нужно было делать уроки. Случалось, что оставался дополнительно, но после возникали проблемы в школе. Важно соблюдать баланс.

— То есть
не всегда успевали
делать уроки?

— И двойки получал. Родители ругали за успеваемость. Однажды получил подряд несколько плохих оценок, и мама пригрозила тем, что не пустит на тренировки. Пришлось срочно исправлять. Чтобы родители не ругали, делал уроки даже в позднее время. Учителя порой спрашивали, зачем мне бейсбол. Я любил отвечать, что они обо мне еще услышат хорошие новости и будут гордиться.

— Уже выбрали вуз для поступления?

— Университет физической культуры. Это лучший вариант, чтобы совмещать учебу и тренировки. Хочу получить специальность тренера и по окончании карьеры игрока развивать любимый вид спорта. Для поступления мне нужно сдать только экзамен по физической подготовке: подтягивание, беговые задания, прыжок в длину. Не думаю, что возникнут проблемы. Мы тренируемся и держим себя в форме. Ближе к экзаменам чуть больше поработаю над подтягиванием. На десятку нужно выполнить 16 раз. Сейчас делаю 12–13.

— Чем балуете себя в свободное время?

— В основном учебой. Также провожу время с 8-летним братом Артемом. Он приходил на игры «Минска» и тоже планирует заниматься бейсболом. Люблю гулять с друзьями. А вот компьютерные игры — не мое. Лучше посмотрю футбол, матчи Лиги чемпионов, чемпионата мира или Европы. Нравится смотреть смешанные единоборства и, конечно, бейсбол. Также могу в свободный день потренироваться.

