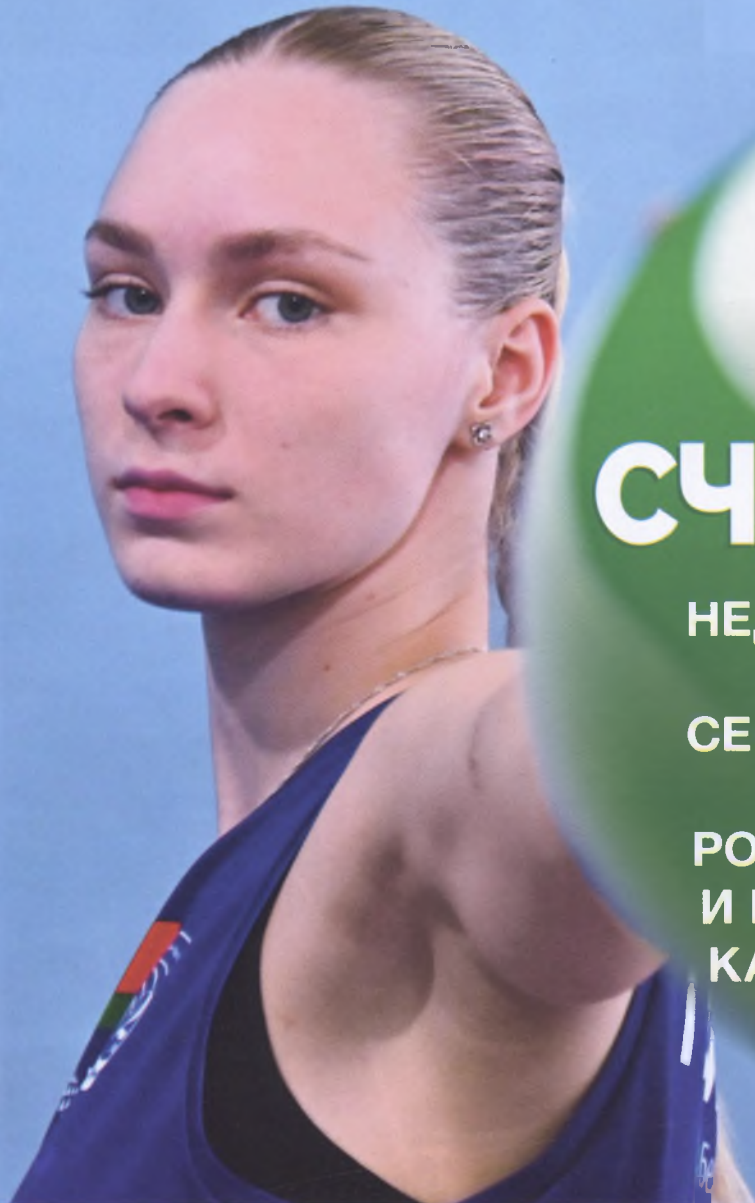




№13 СЧАСТЛИВЫЙ

НЕДАВНО ВОЛЕЙБОЛИСТКИ
«МИНЧАНКИ-2» СТАЛИ
СЕРЕБРЯНЫМИ ПРИЗЕРАМИ
МОЛОДЕЖНОЙ ЛИГИ
РОССИИ. О ЛЮБИМОЙ ИГРЕ
И НЕ ТОЛЬКО РАССКАЗАЛА
КАПИТАН КОМАНДЫ КСЕНИЯ
ГЛИНСКАЯ.

КОМАНДНЫЕ НАСТРОЙКИ

— Настрой на матчи Молодежной лиги России активно задавали в раздевалке, — рассказывает девушка. — Перед каждой игрой мы включали музыку, которая нас заводит, добавляет боевого духа. Ответственными за это были Ангелина Соболева, Алеся Ясюкевич, порой я. В репертуар в основном входили рэп или другая музыка с громкими басами. Причем постоянного плей-листа нет. Когда ехали на второй финальный тур лиги в Тулу, то с Алесей Ясюкевич испекли на всю команду синнабоны. Мелочь, а приятно. Дорога длинная, поэтому берем с собой настольные игры. Самые любимые — «Бункер» и «Мафия». К нам и тренеры присоединяются, чтобы поиграть.

— Какой матч из этого сезона лиги запомнился больше всего?

— Игра второго финального тура против команды Тулы. Видеозапись этой

встречи я даже пересматривала несколько раз. Мне нравится невероятная атмосфера и командный дух «Минчанки-2». Каждый радовался за успешный розыгрыш так, будто сам принес очко. Мы в итоге и выиграли 3:0.

— Что пошло не так в заключительном поединке против «Динамо-Метар-3»?

— В предыдущих 4 матчах мы потратили слишком много сил и эмоций. В этой игре не летела подача, мы не реализовывали свои моменты, а соперницы действовали на пределе возможностей, защищались и эффективно атаковали. Вероятно, их мотивация оказалась выше, ведь для «Динамо-Метар-3» этот матч был решающим: только победа гарантировала им бронзовые медали.

— Как вас настраивала Ольга Пальчевская перед заключительным туром?

— Она знает, на что мы способны и что сказать в нужный момент. Команда дей-

ствительно заряжается от ее слов. Это разные фразы, но каждый раз они работают. Из недавнего. Ольга Сергеевна собрала нас в круг и пару раз спросила: «Мы это сделаем?» Команда хором отвечала: «Да». Мурашки шли по телу! Мы выходили на площадку и обязательно выигрывали партию.

— Серебру Молодежной лиги России обрадовались?

— Поражение в последнем матче против «Динамо-Метар-3», безусловно, оставило неприятный осадок. Однако в раздевалке мы быстро разобрали игру и договорились, что не будем заикливаться на неудаче, ведь сезон в лиге мы провели отлично. Церемония награждения подарила много положительных эмоций. Особенно приятно, что организаторы включили меня и Дарью Столяр в символическую сборную. Я считаю это заслугой не только своей, но и тренерского штаба, а также всей команды. Без стараний девчонок у меня не получилось бы так сыграть.

СИНЯКИ НЕ СЧИТАЮ

— Легко ли переключаться на чемпионат страны, где «Минчанка-2» сыграла за места с 5-го по 9-е?

— Нам есть что доказывать и в этом турнире. В главную команду, скорее всего, уйдут наши лидеры Евгения Тинникова и Яна Фалей. У нас есть кем их заменить. Да, у девчонок на их позиции не столько опыта, но много желания себя проявить. В Молодежной лиге России мы играем со сверстницами и чувствуем ответственность за результат. В чемпионате Беларуси нам нечего терять, что позволяет играть раскрепощенно. В регулярном сезоне мы поймали кураж и одержали 3 победы подряд над сильными соперниками: «Коммунальником-Могилев», «Коммунальником-ГрГУ» и жлобинской «Искрой». Эти успехи придали уверенности. Хотя выйти в «финал четырех» не удалось, мы поставили цель занять 5-е место. Конечно, после сложного сезона чувствуется усталость, но, когда есть цель, делаешь все, чтобы ее достичь. Видно, как все выкладываются на тренировках и весь состав горит желанием подняться как можно выше в итоговой таблице.

**Серебряные медали
Молодежной
волейбольной лиги
России среди женских
команд белоруски
завоевали второй
раз в истории,
повторив результат
шестилетней давности.
А по итогам сезона
2020/21 «Минчанка-2»
стала чемпионом МВЛ.**

— За какими женскими лигами наблюдаете?

— Самая интересная для меня российская Суперлига. Исполнители там отличные. Помимо удовольствия от просмотра, подмечаю фишки игроков: как распоряжаются мячом в той или иной ситуации, какие используют хитрости и нестандартные ходы. В одном из матчей я взяла на заметку интересный удар, отработала его на тренировках и начала успешно применять в играх. Кажется, ничего особенного, но именно такая наработка однажды поможет набрать решающее очко и принести команде победу.

— Капитанская ноша не тяготит?

— Наверное, про это не задумываешься. Всегда стараюсь быть на позитиве, но порой не получается. Тогда мне помогают девчонки из команды. По словам Ольги Пальчевской, в коллективе должно быть трое-четверо лидеров, которые смогут повести всех за собой. Кстати, в раздевалке после матчей каждый может высказать свое мнение по поводу завершившейся игры. Важно слушать и уважать друг друга. Со стороны некоторые моменты виднее.

— Чем подпитываетесь, чтобы быть на позитиве?

— В первую очередь поездками к родителям в Бобруйск. Невероятно заряжает общение с мамой, папой, бабушкой. Помогают встречи с друзьями. Мы договариваемся, что не будем вспоминать про волейбол, но каждый раз что-то идет не так. Тем не менее это прекрасное времяпрепровождение. Еще мне нравится рисовать картины по номерам. Могу целый день этим заниматься. Либо читаю книги по психологии.

— Почему выбрали для себя № 13?

— Когда я была маленькой, мы жили в 13-й квартире. У мамы день рождения 13 сентября. Родители завели собаку, которая тоже появилась на свет 13 числа. Когда в мои юные годы тренер раздавал майки с номерами, мне чаще всего доставалась «шестерка». Попав в команду РГУОР, решила, что буду играть под № 13.

— Во время розыгрыша волейбольной площадки нередко, спасая мяч, падают на покрытие. От этого остаются следы?

— Конечно. Некоторые девочки используют нарукавники, но это не мой способ. Возможно, я внушила себе, что не чувствую из-за них мяч. После падений на локтях остаются синяки. В залах, где деревянное покрытие, можно заработать ожог на бедре, когда спасаешь мяч. Ожог чувствуешь при падении и уже по окончании встречи. Но после падений, которые были у меня в конном спорте, нынешние синяки — мелочь. Ни мама, ни я не обращаем на них особого внимания.





СТАВКА НА ДООГРОВЩИКА

— Спортивный путь начинали с конного спорта?

— Если говорить про спорт, то да. До этого несколько лет посещала кружок рисования при центре творчества, но потом интерес к нему пропал. А вот ездить на лошадях мне нравилось. Пробовала силы в конкуре и джигитовке. В лет 7–8 мне предложили поехать на соревнования в Минск. Родители скрепя сердце отпустили. Тем не менее они всегда поддерживали мои увлечения. В 4-м классе я впервые увидела, как старшие девочки занимаются волейболом у нашего учителя физкультуры Ильи Львовича Рудого, и решила попробовать сама. Поначалу было очень сложно, многое не получалось, но я упорно тренировалась у стены, отработывая передачи и другие элементы. Мои старания заметил учитель и предложил перейти в спортивную школу. Сначала я занималась в группе с девочками постарше, а позже меня перевели к ровесницам. Я очень благодарна своим первым наставникам — Людмиле Николаевне Ковриго и Юлии Геннадьевне Широкой-Моисеенко.

— Как вы попали в РГУОР?

— Меня начали привлекать к матчам юношеской сборной, а потом пригласили в команду, которая базировалась в училище. Первый год нашим тренером был Валерий Викторович Шумилов. Помимо игровых навы-

Ксения Глинская прикладывает все усилия, чтобы попасть в состав команды «Минчанка», выступающей в российской Суперлиге. В дальнейших планах спортсменки — попадание в национальную сборную Беларуси.

ков, он прививал команде дисциплину: не опаздывать на тренировки, не разговаривать, когда наставник что-то объясняет, обязательно сообщать, куда отлучаешься. На самом деле, это помогает и сейчас не только в спорте, но и в жизни. Потом пришел новый тренер Артем Игоревич Горемыкин, который поверил в меня.

— Расскажите подробнее об этом.

— Я попросила наставника перевести меня с позиции либеро в доигровщицы. Он поддержал мою идею, но на деле это оказалось настоящим вызовом, ведь прежде атакующая опция в мои обязанности вне входила. Но назвался груздем — полезай в кузов. Пришлось серьезно поработать в тренажерном зале, чтобы поставить сильный удар.

Поначалу мяч летел куда угодно, только не в площадку соперника, но со временем качество атак выросло. Вместе с командой мы прошли путь от второй по значимости лиги до первой, а 3 года назад я перешла в «Минчанку-2».





— Во время отпуска играете в пляжный волейбол?

— До прошлого сезона я пробовала в нем силы постоянно. В Бобруйске проводится немало любительских турниров, ведь песчаных кортов там хватает. Приятель моих родителей Дмитрий Шавек — большой энтузиаст волейбола. Он привлекал меня к соревнованиям, мы вместе тренировались. Я играла в паре с девочкой постарше из Бобруйска. На одном из турниров мы стали 6-ми или 8-ми. Это хороший результат. В прошлом году в конце сезона травмировала голеностоп и из-за восстановления пропустила пляжные игры.

— Каникулы и отпуск проводите в Бобруйске?

— Обязательно приезжаю сюда на пару дней. Если получается, то с родителями отправляемся к родственникам в Питер. Хотя бы на недельку. У меня и там друзья есть. Благодаря волейболу дружились с девочкой из «Ленинградки-2». Мы встречаемся в городе над Невой и гуляем, общаемся. По возвращении в Минск готовлюсь к сезону.

КАЗУСЫ УЧЕНИЯ

— В школе все так же легко давалось, как и в волейболе?

— Бывало по-разному. В Бобруйске я училась в гимназии. Проблем с успеваемостью не было, материал давался легко. В РГУОР расписание подстраивалось под наши тренировки. Примерно такая же система была в средней школе № 47, куда я перешла после 9-го класса. Учителя с пониманием относились к пропускам из-за сборов, выездов на турниры. Со временем я поняла 2 важные вещи: нужно уметь договариваться с педагогами и вовремя сдавать пропущенные темы и выполнять задания.

— То есть историй с невыученными темами, списываниями не было?

— Конечно, попадала в такие ситуации. Но когда перешла в РГУОР, то почувствовала свободу, потому что не было контроля со стороны родителей. Первую четверть я ходила по «личному» расписанию, однако классный руководитель и учитель белорусского языка и литературы Светлана Николаевна

Немера дала мне понять, что так дело не пойдет, поставив тройку за четверть. Я благодарна ей за этот урок. После этого стала более ответственно относиться к посещению училища и подтянула белорусский язык. Еще один случай связан с учителем физики. Он был очень лояльным и интересно объяснял материал, но не любил, когда ученики списывали, и легко это вычислял. Однажды я не успела подготовиться к контрольной из-за соревнований и решила рискнуть. Меня поймали на списывании, и я получила заслуженную двойку. Спустя пару лет я извинилась за тот поступок.

— С вузом быстро определились?

— Чтобы продолжать спортивную карьеру, для меня БГУФК стал оптимальным вариантом. Изначально думала поступать на спортивного психолога, но потом все же подала документы на факультет спортивных игр. При этом возможность получить второе неспортивное образование у меня остается, но пока я об этом не думаю. Сейчас все мои силы направлены на реализацию в спорте.