



Константин Хиленко – студент 2 курса Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена, мастер спорта России по легкой атлетике (нарушение слуха).

Константин Хиленко

МОЯ СПОРТИВНАЯ ЖИЗНЬ

«Лучший путь к успеху – это влюбиться в то, что ты делаешь»

Джеки Чан

Я хочу рассказать маленькую историю о том, как я занимаюсь профессиональным спортом – легкой атлетикой, которая продолжается уже десятый год. В легкой атлетике существует несколько классификаций, мои любимые виды – это прыжки или многоборье.

Как все начиналось. Когда я учился в 5 классе, к нам в школу устроилась на работу учителем физкультуры Яковлева Елена Николаевна. Призёр Дефлимпийских игр, чемпионата Европы. Когда я ходил на уроки физкультуры, Елена Николаевна увидела мои способности и пригласила на занятия. Мне сразу понравился этот вид спорта, и я стал с нетерпением ходить на тренировки. Конечно, я хочу сказать Яковлевой Елене огромное спасибо, за то, что привела меня.

Тренировался я у нее всего 1-2 года, мы стали друзьями-спортсменами. После этого перешел к главному тренеру, Алесину Михаилу Ивановичу – чемпиону Дефлимпийских игр, чемпионатов Европы и Мира. Михаил Иванович с удовольствием взял меня к себе и стал тренировать серьезно. Я стал показывать хорошие результаты на различных соревнованиях – на Первенстве и Чемпионате России, Европы и завоевал несколько ме-

далее. Благодаря моему тренеру, Алесину Михаилу Ивановичу, я достиг высоких результатов. Спасибо ему и низкий поклон за то, что продолжает меня тренировать, готовить к высоким достижениям.

Так же я принимаю участие в соревнованиях с обычными спортсменами. И не чувствую, что есть какая-то разница между глухими и слышащими людьми. Мы равны и хотим убедиться, что мы тоже можем стоять на пьедестале. Мы хотим доказать, что неважно, какой ты, глухой или слышащий. Главное, что я могу достойно выступить и показать хороший результат.

Как достичь хороших результатов??? Для этого нужно на каждой тренировке, без единых пропусков трудиться, «пахать», потеть, выполнять все требования тренера, делать все через «не могу», через «боль». Да случаются у спортсменов серьезные травмы, но после травмы лучше не останавливаться, а идти вперед. И спортсмен может показать достойный результат. И каждый целеустремленный может попасть в сборную команды России. Считаю главной задачей, что делу, которому ты служишь, надо отдавать всего себя, любить его и относиться серьезно к работе.

Я хочу, чтобы между глухими и слышащими, инвалидами и здоровым людьми были хорошее взаимопонимание и уважение в спорте и жизни. Как всегда это редко случается. Самое главное, что на земле все люди равны.

*«У меня нет стремления кому-то, что-то доказать,
я доказываю себе, что могу стать еще лучше
и еще сильнее с каждой тренировкой!»*

Дуэйн Джонсон