

Короли реакции и координации

3 ноября 2016, [Газета «Голос Череповца»](#)
[Спорт](#)

Настольный теннис в нашем городе имеет богатую историю, а накопленный опыт и мастерство передаются из поколения в поколение.



Помните, как героиня Ирины Муравьевой в фильме «Самая обаятельная и привлекательная» с наступлением обеденного времени брала в руки ракетку и спешила сразиться с коллегами в настольный теннис? Этот вид спорта был очень популярен, столы для тенниса стояли на предприятиях, в домах культуры, спортивных школах и даже на дачах. Прошли годы, но и нынешнее поколение, в первую очередь подрастающее, так же ловко управляется с шариком и ракеткой. К примеру, в ДЮСШ № 4 на отделение настольного тенниса всегда записывается очень много детей. Школьники с удовольствием приходят на занятия и во Дворец детского и юношеского творчества им А.А. Алексеевой.

У истоков

Если мы в Череповце говорим «настольный теннис», то подразумеваем Ольгу Романовну Нехаеву. Педагог с 43-летним стажем работы воспитала уже несколько поколений ребят, обучая их мастерству владения ракеткой и шариком. Сегодня взрослые мамы и папы, которые сами когда-то вставали к столу с сеткой, приводят к ней своих детей и внуков.

— Я пришла на работу во Дворец творчества в 1973 году, с тех пор так и веду занятия по настольному теннису, — рассказывает, перелистывая многочисленные папки с вырезками газет, фотографиями, дипломами, Ольга Романовна. Наград

у череповчанки действительно много. Отметим лишь некоторые из недавних. Последние 15 (!) лет Ольга Нехаева является чемпионкой России по настольному теннису среди ветеранов, 7 последних лет признается в городе «Спортсменкой года» среди людей золотого возраста.

Ольга Романовна проводит четыре занятия в неделю для детей во Дворце им. А.А. Алексеевой, регулярно ходит на репетиции в два хора — хор ЧГУ и хор ветеранов, а у обоих коллективов насыщенная творческая жизнь. У Ольги Романовны двое взрослых сыновей (оба также играют в настольный теннис на профессиональном уровне), семь внуков — одна внучка продолжила спортивную династию.

— По воскресеньям на занятиях к теннисному столу встают не только детки, но и взрослые — те, кто занимался в школе и сохранил навыки, и те, кто никогда не играл в настольный теннис, — говорит Ольга Романовна. — Для детей такая вовлеченность родителей в процесс очень важна. Да что там родителей! На соревнованиях у нас в зале собираются настоящие группы поддержки — приходят бабушки, дедушки, дяди и тети.

1000 воспитанников

Как мы уже отметили, занятия проводятся в просторном спортивном зале. Выпускники разных лет, понимая не самое простое материальное положение муниципальных учреждений культуры, по возможности помогают спортивным инвентарем. Один купил столы для настольного тенниса, другой преподнес в подарок специального робота — устройство, которое выбрасывает шарики и ему можно задать разные программы по скорости или направлению.

— Связь поколений у нас очень сильна, — признает Ольга Нехаева. — Приходят ко мне взрослые дяди, приводят своих детей, улыбаются и спрашивают: «Ольга Романовна, а вы меня помните?» Я всматриваюсь, вслушиваюсь в голос и вижу перед собой не взрослого мужчину, а мальчика, который когда-то ходил ко мне на тренировки. Хотя, конечно, всех запомнить сложно. Я как-то посчитала: за 43 года работы у меня было более 1 000 воспитанников.

Ольга Романовна рассказала нам о том, что нынешние дети воспитаны уже в другом обществе. «Они с детства на ты с компьютером, как я их называю, „электроники“, — улыбается Ольга Романовна. — И задача тренера — так увлечь ребенка, чтобы он с удовольствием приходил на следующее спортивное занятие. Неслучайно у нас во дворце постоянно проводится учеба для педагогов. Я не пропускаю занятий, чтобы получить новые знания. Человек меняется, и диалог с современным ребенком нужно выстраивать по-другому».

Ольга Романовна не только учит малышей — а к ней приходят дети с первого класса, — но и воспитывает. Дети прибегают за десять минут до занятия, собираются вместе, к ним выходит тренер, и дружным, шумным, но организованным коллективом они идут в зал. Малыши после получасовой тренировки должны отдыхать. Тут в помощь как интеллектуальные игры — шашки, шахматы, — так и подвижные.

— Вот, к примеру, у меня сапожок есть, — Ольга Романовна держит на ладони набитый ватой небольшой матерчатый сапожок. — Он у меня с того момента, как я здесь работаю. Мы с детьми его в играх вместо мяча для «выбивания» игроков используем, чтобы попасть им в других ребят. И их родители играли в этот сапожок с удовольствием, а сейчас вот и их дети.

Ракетка вместо очков

Кто-то из воспитанников Ольги Нехаевой продолжает ее дело в Череповце. Так, тренер отделения настольного тенниса в ДЮСШ № 4 Галина Ежова — ученица Ольги Романовны. Отделение настольного тенниса в ДЮСШ № 4 было открыто вместе с самой школой в 1989 году. В этом году здесь обучаются около 70 мальчишек и девчонок в возрасте от 8 до 16 лет. По традиции настольный теннис привлекал в основном мальчиков. Но в последние годы и девочки также с удовольствием познают азы этого вида спорта.

— Дети у нас занимаются в нескольких группах и в зависимости от возраста и уровня подготовки приходят на тренировки от 2 до 4 раз в неделю, — рассказала тренер Галина Ежова. — Поначалу мы обеспечиваем детей спортивным инвентарем, но он у нас старенький. И поэтому те, кто занимается не первый год, сами покупают себе ракетку и шарики.

По мнению тренера, популярность настольного тенниса обусловлена несколькими причинами. Во-первых, это низкие затраты на экипировку и снаряжение.

Согласитесь, есть разница в том, купить ребенку хоккейное обмундирование, платье для танцев или ракетку для настольного тенниса. Сами занятия и в ДЮСШ, и во Дворце им. А.А. Алексеевой проводятся на бесплатной основе. Во-вторых, для многих родителей, да и детей тоже, важным является фактор комфорта — ребяташки играют в теплом зале.

— Конечно, уровень физической подготовки заметно снижается, — говорит Галина Юрьевна. — Раньше дети были физически крепче, поскольку много времени проводили на улице и, приходя на занятия, уже имели хорошую форму. Сейчас же многих приходится учить с нуля. Но это поправимо, главное, чтобы у ребенка был интерес к занятию.

По словам тренера Галины Ежовой, настольный теннис очень полезен. И признают это не только спортсмены, но и врачи.

— Довольно часто дети записываются к нам на занятия по направлению врача-окулиста, — говорит Галина Юрьевна. — Настольный теннис помогает подправить зрение, вероятнее всего, за счет постоянного движения глазного яблока (контроль за перемещением шарика по столу). А еще я читала в одном журнале, что по количеству перемещений настольный теннис находится на втором месте, уступая только футболу. Это активный и подвижный вид спорта, который способствует развитию координации и реакции.

Настольным теннисом занимаются не только дети, но и взрослые. В области есть федерация этого вида спорта, проводятся различные соревнования, турниры. Но преимущественно занятия для взрослых являются платными. На бесплатной основе в настольный теннис играют ветераны. В ФОКе им занимаются несколько групп — от новичков до признанных мастеров, чемпионов России.

Марина Алексеева