

АПРЕЛЬ 2021

СПОРТ СМЕНА

В СПОРТЕ
РОЖДАЕТСЯ
ИСТИНА

БЕЛГОРОДСКИЙ СПОРТИВНЫЙ ЖУРНАЛ



**В БЕЛГОРОДЕ ОТКРЫЛИ
ДЕТСКУЮ СЕКЦИЮ
ВОДНОГО ПОЛО**



4

631140

712179

21004



12+

Уметь плавать и не

В Белгороде открыли детскую секцию водного поло

В БАССЕЙНЕ «ТЕХНОЛОГА» НАЧАЛИ ТРЕНИРОВАТЬ ДЕТЕЙ ОТ 8 ЛЕТ.

Затем кандидат экономических наук и доцент «Технолога» Алексей Брежнев, как любитель водного поло, привлёк единомышленников. С каждым днём их становилось больше, начались тренировки и турниры любительских команд. Сейчас в водное поло играют около ста человек — в основном сотрудники университета, силовых структур, представители сферы дорожного строительства, предприниматели.

Среди белгородских ватерполистов-любителей есть спортсмены, ранее добившиеся успехов в других видах. Например, Константин Белоусов — заслуженный мастер спорта по кикбоксингу, мастер спорта по боксу, пятикратный чемпион мира, двукратный чемпион Европы.

В 2018 году образовалась региональная федерация водного поло. Её возглавил Алексей Брежнев. Теперь при поддержке Федерации водного поло России и областного управления физкультуры и спорта в Белгороде решили развивать детское направление.

— Это наша перспектива и надежда. Мы долго к этому шли, играли сами, рассказывали другим. Многие родители хотели записать детей и постоянно спрашивали, почему у нас нет детской секции, — говорит Брежнев.

Где взяли тренеров?

Из Харькова пригласили мастера спорта по водному поло Александра Мартынова. В составе юниорской сборной Украины он участвовал в нескольких первенствах Европы, а в составе харьковских команд становился призёром чемпионатов Украины, в том числе в Высшей лиге. Помогает ему белгородский ватерполист-любитель Андрей Фадеев. Ещё несколько белгородцев учатся на курсах тренеров-преподавателей.

— В соцсетях нам предлагают свои услуги даже тренеры из Черногории, — признаётся Брежнев.

Сейчас Федерация водного поло России рассматривает документы на спортивную аккредитацию, чтобы в Белгородской области официально могли проводить детские соревнования. Разрешение будет получено в ближайшее время.

Откуда взялась идея?

Развитию водного поло в Белгороде поспособствовало строительство в 2014 году второго бассейна на территории БГТУ им. Шухова. Чашу конструировали специально под этот вид спорта — глубиной от 1,8 до 2,3 м. Тогда ректор вуза Сергей Глаголев предложил создать студенческую команду.

бояться нырять

Занятия платные?

Пока да. Стоимость — 2 500 рублей в месяц. Тренировки проходят три раза в неделю — по понедельникам, средам и пятницам. На сегодня бесплатными их сделать не могут, потому что федерация арендует бассейн. С открытием отделения водного поло в спортшколе этот вопрос должен решиться.

Ещё один вариант — конкурс президентских грантов, в котором региональная федерация участвует с проектом «Водное поло — жителям Белгородчины». Есть шанс получить 2,4 млн рублей на развитие этого вида спорта. Грант позволит купить ворота, мячи, другое оборудование, а также оплачивать бассейн не за счёт родителей. В планах федерации провести семинары для учителей физкультуры, обучить их правилам водного поло и основам тренировок. Тогда дети смогут заниматься и в школьных бассейнах.

— У нас ещё работает тренер в Борисовке. Там, конечно, меньше людей, но пытаемся тоже создать команду. Ведём переговоры по всей области, где есть бассейны, чтобы проводить региональные первенства и присваивать детям разряды, — рассказывает руководитель областной федерации.

Что дальше?

В секцию уже записались 23 ребёнка, в том числе три девочки. Следующая цель — открыть с 1 сентября первое в области отделение при спортивной школе и набрать несколько групп отдельно по возрастам.

В планах федерации создать в каждом муниципалитете команду по водному поло, организовывать соревнования в области (в том числе всероссийского уровня) и готовить резерв для сборных команд России.

Как начать заниматься?

Просто прийти в бассейн в назначенное время. Пробное занятие бесплатное. Важное условие: ребёнок уже должен уметь плавать и не бояться нырять, потому что в водном поло нужно бороться за мяч.

Тренеры уверяют, что водное поло очень притягательный вид спорта: тот, кто однажды попробовал, остаётся в игре навсегда.

— Набрали группу, пока ни один ребёнок не бросил, — комментирует Александр Мартынов. — Надеемся дальше популяризировать водное поло во всех его проявлениях: мини-поло, юношеские, студенческие команды. Основная задача — открыть отделение при ДЮСШ. Плавание в Белгородской области хорошо развито, а это основа для нашего вида спорта. ➤



Алексей Брежнев — президент областной федерации водного поло

В водном поло запрещено атаковать игрока (топить, тащить, держать), не владеющего мячом, топить мяч. Нарушителя могут удалить из воды на 15 секунд или до конца времени атаки противника. После трёх удалений игрок не имеет права продолжать игру.

Ватерполисты должны быть одеты в шапочки с ушными протекторами для защиты от мощных ударов мячом. Их застёгивают под подбородком и не снимают до конца игры. Обычно одна из команд играет в шапочках белого цвета, другая — синего. Шапочки вратарей красные. Держать мяч двумя руками имеет право только вратарь.

Насколько водное поло полезно для здоровья?

Во время игры спортсмены постоянно держатся на плаву и делают много разнообразных движений. Это тренирует практически все группы мышц, особенно спины и живота.

Регулярные тренировки улучшают координацию движений, положительно влияют на весь опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Дыхание ватерполисты задерживают часто — это увеличивает ёмкость лёгких и улучшает снабжение кислородом клеток всего организма.

Как и любой водный вид спорта, водное поло обладает мощным закаляющим эффектом.

Какие основные правила? Это не опасно?

Матч состоит из четырёх периодов по 8 минут. Каждой команде выделяется всего 25 секунд на атаку. Если это время истекло, мяч переходит сопернику. Одновременно на поле могут находиться шесть полевых игроков и вратарь.

В секцию уже записались 23 ребёнка, в том числе три девочки



5 интересных фактов о водном поло

1. Первые правила игры придумал шотландский журналист и тренер по плаванию Уильям Уилсон в 1877 году. Новую игру он назвал водным футболом. Причём она больше походила на регби: разрешалась силовая борьба, захваты соперника. Первые матчи проводились без ворот — достаточно было положить мяч на бортик противника.

2. Несколько лет Шотландия и Англия разыгрывали собственные чемпионаты. Только в 1890 году состоялся первый международный матч между этими сборными — шотландцы выиграли 4:0. Постепенно игра распространилась по Британским островам, а затем и по Европе.

3. В 1900 году водное поло стало первой командной игрой, включённой в программу Олимпийских игр. Долгое время этот вид спорта был исключительно мужским. Женщины получили право выступать на Олимпиадах только с 2000 года.

4. Самым титулованным ватерполистом мира является венгерский спортсмен Дежё Дьярмати. Он выступал на пяти Олимпиадах подряд (с 1948 по 1964 год) и никогда не покидал Игры без медали. Трижды Дьярмати был чемпионом, по разу получал серебряную и бронзовую награды. Завершив выступления, он стал тренером и выиграл со сборной Венгрии Олимпийские игры 1976 года.

5. Мужская сборная СССР выигрывала Олимпиаду в 1972 и 1980 годах. Имена трёх советских спортсменов — Александра Кабанова, Алексея Баркалова и Евгения Шаронова — внесены в зал славы водного поло в Форт-Лодердейле (США).

<.....>

Тренера Александра Мартынова пригласили из Харькова. Он мастер спорта, призёр Высшей лиги Украины

