

Тема: Мой папа Руслан Хакимов – олимпийский и спортивный герой Донецкой Народной Республики.

Автор: Хакимова Юлия, 10 класс, муниципальное общеобразовательное учреждение «Школа № 11 города Донецка», обучающаяся Центра патриотического воспитания школьников «Патриот» г. Донецка.

Руководитель: Кириченко Александр Васильевич.

Введение.

Наверное, все борцы в мире узнают это имя - Руслан Хакимов. Заслуженный мастер спорта по греко-римской борьбе. Двукратный чемпион Европы. Победитель кубка мира в 1994 году. На Олимпийских играх в Атланте в 1996 году он занял 4 место. В настоящее время - тренер команды Донецкой Народной Республики.

Цель работы: Рассказать о великом чемпионе, известном всему миру, выдающемся мастере борцовского ковра Руслане Хакимове - моем папе. Показать как своим трудолюбием, волей, силой, борцовским талантом он стал знаменитой личностью, достойной для подражания современниками.

Задачи:

1. Изучить спортивную и олимпийскую историю моего папы Руслана Хакимова, заслуженного мастера спорта по греко-римской борьбе.
2. Представить ценностные характеристики социального портрета Руслана Хакимова как олимпийского и спортивного героя Донецкой Народной Республики.

Практическое значение. Узнавать великих людей Донбасса. Подтолкнуть современную молодежь к ведению здорового образа жизни, укреплению своего здоровья и к занятиям в спортивных секциях.

Совершенствовать гражданское и патриотическое воспитание молодого поколения на примерах славных земляков – олимпийских и спортивных героев Донецкой Народной Республики.

История формирования спортивного и гражданского таланта Руслана Хакимова.

Изучая понятийный аппарат по теме исследования, мы выяснили, что спорт - обобщенное понятие, обозначающее один из компонентов физической культуры общества, исторически сложившийся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.

Греко-римская борьба - это вид единоборства, в котором спортсмен с помощью приемов должен вывести соперника из равновесия и прижать лопатками к коврику. В греко-римской борьбе запрещены технические действия ногами. Зацепы, подножки, подсечки и захваты ног – руками.

Классическая борьба зародилась в Древней Греции и получила развитие в Римской Империи. А современный вид греко-римской борьбы особенно активно развивался во Франции, в первой половине XIX века.

У данного вида спорта есть свой регламент. Главная цель поединка - прижать спиной противника к коврику. Борец может одержать победу, выиграв один, или два периода. Встреча проводится два периода по 3 минуты, с перерывом в 30 секунд. Она может закончиться броском в 5 баллов и победой борца. Спортсмены в свою очередь набирают определенное количество очков за каждый бросок, удержание или прием который они выполняют в схватке. Рефери на коврике присуждает очки, но главный судья должен согласиться с его решением перед тем, как эти очки будут засчитаны. Продолжительность схватки два периода по 3 минуты. Если победитель не определился, то с помощью жребия одному из борцов предоставляется провести атаку. В случае удачной атаки победа присуждается атакующему, а в случае неудачной атаки – тому, кто оборонялся. На схватку запрещено выходить со смазанным телом, что может привести к скольжению, ногти должны быть коротко острижены, при себе должен быть обязательно носовой платок. Вступление в дискуссию с судьей запрещено и карается зачислением проигрыша. Так же борцы не имеют права разговаривать друг с другом и покидать ковер без разрешения судьи.

В 1896 году греко-римская борьба вошла в программу олимпийских игр. Уже с 1898 года проводятся чемпионаты. В 1912 году была создана международная федерация борьбы, в которой состоит свыше 120 стран.

С самого детства моего папу тянуло в спортивное общество. Конечно же, Руслан не сразу понял, что греко-римская борьба – это тот самый подходящий вид спорта. С самого раннего возраста он ходил в разные секции. Руслан решил пойти заниматься легкой атлетикой. В этом виде спорта ему не очень понравилось, и он решил покинуть эту секцию. Спустя месяц первых занятий его взяли на первые соревнования, где Руслан занял пятое место. Это была первая маленькая победа. После этого он решил остаться в этой секции.

Первые соревнования, где Руслан Хакимов занял призовое место проходили в городе Мариуполь. По словам Руслана «...все было очень интересно. Неизвестный город, совершенно большой спортзал, много людей. Я очень переживал, было моментами страшно, потому что первый раз выехал за пределы своего города, Донецка; но это переживание только до выхода на ковер, а на ковре, делать уже нечего, нужно побеждать...». В сборную Украины Руслан попал в 16 лет (1985 год). Когда Руслан учился в начальных классах, в его школу пришел тренер Виктор Геннадиевич Плаксин. Он провел хорошую агитацию в секцию греко-римской борьбы и мальчишки буквально всем классом ринулись на тренировки. Заниматься было очень интересно. Детей привлекало то, что подготовка борца включает в себя множество видов спорта, в том числе и игровых. Руслан старался выкладываться на все 100, и его усилия через определенный отрезок времени стали приносить результаты.

В Мариуполе в то время находился центр олимпийской подготовки, и основную часть времени Руслан проводил там и занимался под руководством Г. Узуна, А. Коленкова, Н. Пустовалова. Это был единственный центр, где проводились трехразовые тренировки. Первое весомое достижение – победа в первенстве СССР 1987 года. После этого учувствовал в юношеском

чемпионате Европы, где тоже стал победителем. В 1991 году окончательно переехал в Мариуполь, так как условия работы для спортсмена в этом городе уже тогда были предпочтительнее, чем в областном центре (Приложение 1,2,4).

Трудолюбие, ежедневная работа как основные составляющие в результативности папиной спортивной карьеры.

На Руслана произвело большое впечатление и славная история греко-римской борьбы в Приазовье. Здесь выросло не одно поколение хороших спортсменов. Руслану потребовалось несколько лет, чтобы подготовить себя к соревнованиям среди взрослых. Уже в 1993 году Руслан выиграл чемпионат Украины и попал на чемпионат Европы, где завоевал серебряную медаль. В 1994 году их клуб выиграл чемпионат Украины, и в этом же году одержал победу в Кубке Европейских Чемпионов. Это было очень значимое событие для всей Украины. А для молодых спортсменов Мариуполя подобный триумф был очень важен в психологическом плане. Ребята поверили в себя, и пошли еще более впечатляющие результаты. В том же 1994 году чемпионами Европы стали Григорий Комышенко и Вячеслав Олейник.

В 1995 году вылились в результат тренировки Руслана, и он также стал победителем континентального чемпионата. А осенью чемпионатом мира стал Рустам Аджи. Эти успехи были настоящим взлетом мариупольского клуба. Дальше Руслан и его друзья ожидали Олимпийские игры в 1996 году. Все ребята усердно тренировались. Результат, которого они добились, - яркое отражение их работы. Тогда Олимпийскими чемпионами стал Вячеслав Олейник, бронзу завоевал Андрей Калашников. Тогда Руслан Хакимов занял четвертое место.

Руслан упорно боролся за призовое место, но ему помешал соперник. В схватке за третье место Руслан боролся со спортсменом из Китая. В ходе поединка соперник совершил захват за ногу, что запрещается правилами. Судья на этот эпизод не отреагировал, а те очки, как в последствии

оказалось, решили исход схватки. После завершения поединка Руслан с тренерами подали протест. Камера одного из украинских телеканалов четко зафиксировала нарушение. Но в судейской комиссии ответили, что принимают во внимание только съемки специально установленными камерами.

После Олимпиады спортсмены вернулись домой. Спортсмены Донецкой области выступили весьма удачно. Особенно высоких результатов добилась на Олимпиаде также наша землячка гимнастка Лилия Подкопаева.

Руководство «Азовмаша» и города оценило вклад борцов в олимпийскую копилку сборной Украины, и поощрили спортсменов. В целом от Атланты остались у ребят приятные воспоминания. Руслан продолжал тренироваться, но в 1997 году получил травму. На восстановление потребовался год. Уже в 1998 году Руслан выиграл чемпионат Украины и попал в пятерку сильнейших на чемпионате Европы (среди своего веса). Руслан Хакимов – неотъемлемая часть команды победителей. (Приложение 1,3,4)

До 34 лет Руслан боролся, но из-за травм понял, что пора заканчивать с активными выступлениями на ковре и переходить на тренерскую деятельность.

Тренерская карьера.

Мой папа всегда говорил: «Уход – точка или многоточие, зависит, в первую очередь, от самого спортсмена».

Прощание с большим спортом для любого борца – непростой жизненный этап. Карьера спортсмена очень короткая, и зачастую бывшие кумиры по ее окончании долго не могут найти себе достойного применения. Но для борца СК «Азовмаш» Руслана Хакимова эта проблема не стала актуальной. Его целеустремленность, терпение, выдержка, несомненно, могли бы стать полезными во многих сферах. Однако прощаться с любимым делом Руслан не стал. Его цель – передать свой опыт младшим спортсменам и вместе со своими подопечными продолжать славную историю спортивного

«Азовмаша», Мариуполя и Украины. В ходе беседы с Русланом Хакимовым невозможно не заметить, что он человек искренне любящий свой коллектив. Победы одноклубников Руслан воспринимает, как собственные, помнит, кто и в каком году добился тех или иных титулов. А в случае неудач кого-то из друзей он всегда готов оказать поддержку. Вышеперечисленные качества, несомненно, залог успеха в работе тренера.

Как будущий тренер, на тот момент, Руслан Хакимов рассказал свою тренерскую философию и принципы общения с подопечными.

«К каждому спортсмену нужен свой подход. Один может работать без дополнительного контроля, а другого нужно постоянно поддвигать, что называется - не спускать с рук. По большей части это касается молодых борцов. Считаю, что от тренера зависит многое в становлении профессионала. В жизни любого человека, будь он спортсмен, начальник или, к примеру, журналист, неизбежно приходится переживать не только взлеты, но и падения. В такие моменты самое важное – поддержка окружающих и осознание того, что в тебя верят. Также нельзя не отметить, что в спортивном коллективе находятся люди с разными характерами. Один неудачно отборолся и его нужно взбодрить, другой переживает звездную болезнь, что не менее отрицательно сказывается на рабочей обстановке. Задача тренера максимально уравновесить состояние каждого отдельного спортсмена и в целом атмосферу в коллективе», - говорит Руслан. (Приложение 6,7).

Как уже отмечалось ранее, Руслан Хакимов долго шел к карьере тренера. В мирное время Руслан работал в городе Мариуполь, в спортивном клубе «Азовмаш». У него было много воспитанников, как и младшие ребята, так и старшие. С каждым годом, каждый из воспитанников становился сильнее, или покидал этот вид спорта. Все ребята усердно тренировались. Все они почитали Руслана Хакимова. Многие борцы Руслана занимали призовые места на соревнованиях. Были даже ребята чемпионы Европы, победители многих международных соревнований. (Приложение 3,4). Но

скоро спортивную карьеру в клубе «Азовмаш» пришлось оставить из-за начавшихся боевых действий.

Сейчас Руслан Хакимов работает в своем родном городе Донецке.

Совсем недавно журналисты региональных телевизионных каналов показали большое интервью для жителей нашей Республики. Вот такая беседа получилась с моим папой Русланом Хакимовым:

- Борьба - твоя жизнь, но твоя жизнь это не только борьба?

- Конечно. У спортсменов ведь тоже есть семья, увлечения. О семье: жену зовут Аня. Познакомились на пляже. Вместе с ней живем уже больше 20 лет. После чемпионата мира - 1994 я получил двухнедельный отпуск и 1 октября женился. Уже после свадьбы мне нужно было уезжать на очередные тренировочные сборы. В 1996 году у нас родился сын. Я после успешно проведенного турнира в Венгрии позвонил жене из Киева - сообщить о том, что уже еду домой. Аня еще не родила, а в Донецке меня встретил тренер с новостью о том, что я стал отцом. Сразу приехал в роддом, поздравил жену, а к сыну не пустили. Через два дня мне пришлось снова уезжать на сборы в Алушту. Когда нужно было забирать жену и ребенка, отпросился у Г.Г. Узуна (гл. тренер СК «Азовмаш») и на машине приехал в Донецк. Забрал Аню и Рината и в тот же день уехал назад. К Олимпиаде был очень плотный график подготовки. Поэтому вдосталь пообщаться с женой и сыном смог только осенью. О родителях: отец служил в Донецке (сам он из Казани), познакомился с матерью и остался здесь. 25 лет работал на шахте, сейчас на пенсии. Мама добросовестно проработала в буфете большую часть своей жизни.

Главные спортивные достижения Руслана Хакимова:

- Победитель первенства СССР (среди юношей) – 1987 год.
- Победитель первенства Европы (среди юношей) – 1987 год.
- Победитель первенства и обладатель кубка СССР (среди молодежи) – 1989 год.
- Чемпион Украины 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1987, 2001 годов.

- Победитель Кубка мира - 1994 год.
 - Чемпион мира - 1995 год.
 - 4-ое место на XXVI летних Олимпийских играх в Атланте – 1996 год.
- Коронный прием: мельница (бросок через плечи).

Работа по развитию греко-римской борьбы в Донецке.

Спустя некоторое время, Руслан Хакимов стал работать тренером в родном городе Донецке, организовывать и проводить различные турниры.

При содействии друзей и единомышленников Руслана Разяновича в 2001 году в Донецке был проведен Международный турнир на призы заслуженного мастера спорта Руслана Хакимова. Приезжали команды из России, Беларуси, Молдовы. Победители получили призы и ценные подарки. Турнир приурочен ко Дню защиты детей и обычно проводится в конце мая. Не смотря на не стабильную ситуацию в последние годы в Донецке, 3-4 июня 2016 года прошел уже XV Республиканский турнир по греко-римской борьбе. (Приложения 5,8).

«Верить в себя, не сдаваться перед трудностями и прислушиваться к мнению старших. Главное, что бы была цель, тогда можно все перебороть» - всегда желает Руслан Хакимов юным борцам.

Благодаря телевидению и прессе, можно увидеть, как меняется количественные и качественные успехи донецких борцов. Для этого стоит прочитав и проанализировать несколько статей о соревнованиях в Донецке с 2013 года. Из статьи 2013 года: «Мариупольские борцы с триумфом вернулись с международного турнира Руслана Хакимова».

В Донецке прошел Международный турнир по греко-римской борьбе. В нем приняли участие спортсмены из России, Молдовы, Украины и Литвы. Соревнования на призы Чемпиона Европы Руслана Хакимова проводятся восьмой раз и собирают лучших борцов от девяти до 18 лет. Об этом сообщает макеевский телеканал «Юнион».

Международный турнир среди юношей по греко-римской борьбе на призы Руслана Хакимова проходил в Донецке с 31 мая по 2 июня.

"Провести соревнования в этом году было тяжелее, чем обычно", - говорят организаторы. Но традиций решили не нарушать. И в Донецке уже восьмой раз прошел турнир по греко-римской борьбе.

"Столица Донбасса приняла у себя 250 юных борцов. Спортсмен, чьим именем назван турнир, не раз побеждал на Чемпионатах Украины. В 1995 году во Франции занял первое место и стал Чемпионом Европы. Теперь он тренирует молодежь. Воспитанники Руслана Хакимова - состоявшиеся спортсмены и мастера спорта. Сам чемпион считает, что греко-римская борьба - спорт для настоящих мужчин", - говорится в телесюжете.

"Всю жизнь приходится бороться. Кто борется на ковре, кто в других местах. Но борьба, прежде всего, развивает ловкость, быстроту, силу, скорость, выносливость. В принципе, борьба является идеальным видом спорта. Ну, чуть-чуть травматичным, но без этого нигде не бывает", - считает Руслан Хакимов - Чемпион Европы по греко-римской борьбе.

Останавливаться на достигнутом организаторы не собираются. В следующем году планируют провести очередной турнир по греко-римской борьбе. Спортсмены надеются, что, несмотря на кризис, всегда найдутся люди, для которых спорт важнее денег.

Из статьи 2014-2015 года: «Турнир по греко-римской борьбе на призы заслуженного мастера спорта, победителя кубка мира и чемпионата Европы Руслана Хакимова»

Донецк, 30 мая — ДАН. Более 150 спортсменов из Донецкой и Луганской Народных Республик приняли сегодня участие в XIV Республиканском турнире по греко-римской борьбе. Соревнования начались с традиционного парада спортсменов в столичном дворце спорта «Кировец», передает корреспондент Донецкого агентства новостей.

За призы боролись представители двух возрастных групп (2000 — 2002 и 2003 — 2005 годов рождения) в 11 весовых категориях. Обладатели третьих мест получили благодарности, вторых — медали, а те, кто занял первую ступеньку пьедестала — кубки.

«Очень радостно, что в такой непростой период для нашей земли, дети продолжают развиваться и заниматься спортом», — заявил на турнире вице-спикер Народного Совета ДНР Денис Пушилин.

Соревнования, которыми закрывается сезон 2014-2015 г по этому виду спорта в Республике, приурочены к предстоящему Международному Дню защиты детей (1 июня). Турнир был организован при участии Минспорта, Федерации спортивной борьбы, Профсоюза сотрудников силовых и правоохранительных структур ДНР и при поддержке администрации Донецка. Он проводился на призы заслуженного мастера спорта, победителя кубка мира и чемпионата Европы Руслана Хакимова.

Из статьи 2016 года: «Прошёл XV открытый Республиканский турнир по греко-римской борьбе»

При поддержке главы администрации г. Донецка Игоря Мартынова и ОД «Донецкая Республика» в спортивном комплексе «Кировец» прошёл XV открытый Республиканский турнир по греко-римской борьбе, посвящённый Дню защиты детей на призы Заслуженного Мастера спорта, чемпиона Европы, обладателя кубка Мира Руслана Хакимова.

В турнире на призы одного из лучших борцов греко-римского стиля в истории города Донецка приняли участие юноши из Луганска и Краснодона Луганской Народной Республики, а также Донецка, Докучаевска, Снежного и Тореза Донецкой Народной Республики. Общее количество участников составило 220 человек.

Победители и призёры соревнований были определены в 10 весовых категориях». (Приложение 8).

Также следует отметить, что почти 60 спортсменов по вольной и греко-римской борьбе из Донецкой Народной Республики отправлялись этим летом на тренировки и соревнования в Крым и Абхазию. Об этом сообщил президент Федерации спортивной борьбы ДНР Максим Гусяков.

Спортсмен Руслан Хакимов глазами его тренеров и друзей.

Отмечает Геннадий Узун, главный тренер СК «Азовмаш»: «Помимо спортивных достижений Хакимова, стоит отметить его человеческие качества. Порядочность, отзывчивость, ответственность, коммуникабельность, доброта – далеко не полный перечень его достоинств. В нашем коллективе Руслан является эталоном. Он легко находит общий язык со спортсменами любого возраста. Молодежь равняется на него. Я знаком с Хакимовым уже более 25 лет. За это время он никогда и ни разу не конфликтовал, ни разу не поставил под сомнение свой высокий авторитет.

Как спортсмен еще с юных лет отличался профессиональным подходом к делу, максимальной самоотдачей, характером. И ему, бесспорно, есть чему научить других. Очень весомым плюсом для Руслана как для наставника является его возраст. Огромный теоретический арсенал он способен продемонстрировать на практике. Я уверен, что у этого человека есть все предпосылки для того, что бы стать тренером высочайшего класса. Его титулы могли быть и более высокими, однако во многих решающих для Хакимова схватках в распоряжение мест вмешивались судьи. К примеру, на Олимпиаде бронзовую медаль у него отобрали. Нельзя сказать, что соперник Руслана был слабый, борец из Китая имеет в своем активе три олимпийские медали. Однако в то время Хакимов также был одним из ведущих борцов планеты, и он это неоднократно доказал на чемпионатах мира и Европы. Считаю, что он заслужил звание призера Олимпийских игр».

Вспоминает Рустам Аджи, борец СК «Азовмаш», чемпион мира: «Мы с Русланом вместе выросли. В трудную минуту он никогда никого не оставлял наедине с теми или иными проблемами, всегда мог оказать поддержку, дать дельный совет. Очень техничный спортсмен. Не раз схватки с его участием вызывали восторг на трибунах. Я уверен, что на тренерской работе он сможет научить многому молодежь, так как всегда расположен к общению и для каждого найдет время».

Рассказывает Григорий Комышенко, борец СК «Азовмаш», чемпион Европы, обладатель кубка мира: «Главное, что можно сказать о Руслане как о

спортсмене – он всегда относился к своему делу добросовестно. Нельзя не вспомнить и о его волевых качествах, неоднократно добивался победы, в, казалось бы, безнадежных ситуациях. Как человек – очень добрый, честный, порядочный. С переходом на тренерскую работу его энтузиазм ничуть не угас, скорее наоборот. После тренировок не спешит покидать зал, общается со своими подопечными. И уже сегодня мы видим результаты его новой деятельности. Руслан - личный тренер А. Вакуленко, ставшего в 2003 году бронзовым призером чемпионата Европы».

Вот таким был и остается сегодня скромный и порядочный в жизни и в то же время выдающийся спортсмен и тренер - мой папа Руслан Хакимов.

Выводы.

1. Я горжусь своим папой. Он олимпийский и спортивный герой.
2. Руслан Хакимов - заслуженный мастер спорта по греко-римской борьбе, победитель Кубка мира, Чемпион Европы. К этим успехам в карьере Руслан очень долго продвигался.
3. Нужно быть трудолюбивым, терпеливым, целеустремленным.
4. Борец Руслан Хакимов служит примером для подрастающего поколения.
5. Греко-римская борьба сегодня один из самых популярных видов спорта в Донецкой Народной Республике.



Фото 1. Мой папа Руслан Хакимов. Олимпийский и спортивный герой
Донецкой Народной Республики.



Фото 2. Детские годы спортсмена Руслана Хакимова.



Фото 3. Р.Хакимов в команде победителей СК «Азовмаш»

Приложение 3.

Фото 4,5. Руслан Хакимов и его воспитанники на соревнованиях в Польше



Приложение 4.



Фото 6. Мариупольская команда борцов СК «Азовмаш».
На фотографии: Руслан Хакимов, Григорий Комышенко, Рустам Аджи
вместе с другими выдающимися спортсменами клуба

Приложение 5.



Фото 7. Один из плакатов посвященный турниру на призы заслуженного
мастера спорта, победителя кубка мира, чемпиона Европы Руслана
Хакимова.



Фото 8. Награждение юных спортсменов – победителей и призеров по итогам турнира в 2008 году в СК «Кировец», г. Донецк



Фото 9. Руслан Хакимов подписывает дипломы юным спортсменам, победителям международных соревнований в г. Алушта (2012 год).



Фото 10. Организатор международного турнира Руслан Хакимов среди победителей и призеров соревнований в Донецкой Народной Республике