**ЭТО СЛАДКОЕ СЛОВО – ПОБЕДА!**

«Скоро, очень скоро всесоюзный турнир. Я верю в Олега. Верю в его новые победы». Этими словами, сказанными заместителем председателя республиканской комиссии по каратэ при Спорткомитете БССР В. Киршевским, заканчивалась моя статья (4 декабря 1979г.) в «Знамени юности» о победителе первого республиканского турнира по каратэ О. Кириенко.

-Теперь отступать некуда, придется становиться победителем, - пошутил при встрече со мной Олег.

Он стал им. И вот наша новая встреча. Перед этим я долго наблюдал за его тренировкой - напряженной, насыщенной, изнурительной.

 - Почивать на «чемпионских лаврах» не приходится?

- Почивать? Это не для каратэ. – Олег устало улыбнулся, смахнул рукавом кимоно капельки пота со лба.

- Знаешь, каратэ – это как вершина, на которую чем выше взбираешься, тем больше сил нужно прикладывать, чтобы удержаться на «достигнутой отметке», не сорваться…. А хочешь еще вверх – работай, дерзай! Никаких послаблений ни в чем.

- Наверное, тебя еще раз убедил в этом турнир в Таллине?

- И в этом и во многом другом…

- А если конкретнее?

- Во время нашей первой встречи мы много говорили о психологическом аспекте подготовки спортсмена.

- И ты сказал мне, что это один из «трех китов», на которых держится каратэ.

- А сейчас я понял, что это, если можно так сказать, первый главный «кит». Второй - тактика, третий – техническая подготовка. Это, естественно, мое личное мнение, которое окончательно сложилось после всесоюзного турнира, верней, во время его проведения. Взять хотя бы мои первые поединки в Таллине. Я остался совершенно недоволен ими, хотя и выходил победителем. Никак не удавалось точно психологически настроиться. Это большой и в чем – то специальный разговор. Скажу только, что у каждого каратэиста свой метод, свои приемы, свои, наконец, «секреты». Очень хорошо сказал знаменитый мастер каратэ Фунакоши Гичина: «Надо научиться побеждать противника до начала поединка».

- Олег, в предварительных поединках ты получил травму и все – таки успешно дошел до победного финального боя. Это тоже психологический настрой?

- И помощь моих коллег – секундантов А. Кожемякина, Л. Лущика, А. Вилькина. Они приняли все меры, чтобы травма меня как можно меньше беспокоила.

- Какой бой был самым трудным?

- Каждый по – своему… Запомнился поединок с ленинградцем Мамотом. Самый, как я считаю, интересный мой бой. Объявили, что это финал, бой за 1 – е место. И я, что называется, выложился, постарался показать работу на пределе своих возможностей. Но…оказалось, что судейская коллегия ошиблась и придется проводить еще один бой. Но он был уже по всем компонентам проще…Мой соперник занял второе место. Мы с ним давно знакомы. Это очень сильный боец. Я думаю, что ближайшее время он подтвердит свой класс.

- И раз уж ты заговорил о своих друзьях - соперниках…

- Это - рабочие, студенты, инженеры. Из Москвы, РСФСР, Ленинграда, Эстонии. Все они замечательные ребята, честные спортсмены и, конечно же, люди, беззаветно преданные каратэ. Со многими из них я встречался и раньше. Хочу сказать, что они очень прибавили в своем мастерстве.

- Мастерство…Это, наверное, и есть три кита, о которых мы говорили выше, - психология, тактика, техника. К таллинскому турниру ты, наверное, тоже приготовил какие – то тактические и технические «сюрпризы» для своих противников.

- Разумеется… У меня было их несколько. Но потом по ходу соревнований происходил, что называется, отбор, и я «оставил» буквально 2 – 3 наиболее эффективных, апробированных приема. В основном это были удары руками с выпадом ноги и всевозможные подсечки.

- А твоя «корона» - удар пяткой с разворотом?

- Из – за травмы, к сожалению, применить ее не довелось.

- Чем обогатил тебя всесоюзный турнир?

- Я уже говорил – пониманием важности фактора психологического. Ведь с первых минут, нет, минут для боя у нас всего две, с первых секунд уже ясно, что за противник перед тобой. По его поведению, по его действиям… Создается психологический, эмоциональный фон поединка. И нужно молниеносно, да, да, молниеносно «корректировать» свой первоначальный план ведения боя. Ведь партнер сразу показывает свои сильные и слабые стороны.

Очень важна концовка боя… Если соперник проигрывает и ему терять нечего, он идет, как говорится, «ва – банк». Здесь нужно быть очень внимательным, чтобы не поддаться формуле боя, которую навязывает соперник. Это, конечно, сложно. Здесь много нюансов, много ситуаций предсказуемых и не очень. Все время нужно, как говорят шахматисты, считать варианты. Чем быстрее и точнее, тем лучше. И хотя бой, как я уже говорил, длится две минуты «чистого» времени, его темп и эмоциональный накал таковы, что в какие – то моменты невольно расслабляешься. И опытный соперник этот момент обязательно «поймает», чтобы перейти к решающим действиям.

- Были у тебя чистые победы?

- Да, из семи поединков у меня были три чистые победы.

- Это неплохой показатель?

- Нормальный. Но главное, что я многому научился у ребят из Москвы, Ленинграда, Литвы.

- Олег, после твоих успешных выступлений, после публикаций в газете «Знамя юности» и передачи по телевидению тебе стали приходить письма…

- Да, и немало. Ребята спрашивают, где найти литературу, методические пособия, чтобы самостоятельно заниматься каратэ. Что можно ответить? Нужно немного обождать. Появится литература, методические пособия, тренеры, которые будут работать не только в Минске… А пока… Пока я бы посоветовал тем, кто мечтает стать каратэистом, заняться видами спорта, которые подготовят фундамент для успешных занятий каратэ. Я имею в виду все виды борьбы, гимнастику, спортивные игры, бокс, Одним словом, все, что развивает у человека силу, ловкость, прыгучесть, пластику, реакцию и, главное, - работоспособность.

**Беседу вел Александр РАДУЦКИЙ.**

**На снимке:** минчанин **Олег** **Кириенко**.

Фото В. Радуцкого.