

Дзмітрый ХОДАС:

«Воля, характар і любоў»

Як не быць алімпійскім чэмпіёнам, але быць героем спорту

У аснове алімпізму заўжды была бязмежная сіла чалавечага духу. Без яе не было б гучных перамог, рэкордаў, Алімпійскіх гульняў, ды і самога спорту — усяго, ад чаго ва ўсяго свету займае дух. Гэта гісторыя менавіта такая, у яе цэнтры — малады хлопец, які не проста нікога не пакіне раўнадушным, але і навучыць кожнага быць мацнейшым за абставіны і нават сам лёс.

Чэмпіянат Еўропы 2019 года для юнацкай зборнай па цяжкай атлетыцы выдаўся ўрадажным — шмат медалёў, пяць сусветных, 40 еўрапейскіх і 50 нацыянальных рэкордаў. Але радасць ад гэтага патухла на фоне аднаго выступлення. На трыумфатара турніру, уладальніка «бронзы» па суме двухбор'я і малага «золата» ў рыўку Дзмітрыя Ходаса ўпала штанга. У трэцяй спробе ў штуршку ён заявіў вагу ў 146 кілаграмаў, але, страціўшы кантроль, упаў, а штанга ўпала на яго. З таго часу Дзіма не можа хадзіць. Але каварнаму снараду не ўдалося задавіць яго характар і любоў да спорту.

Зараз Дзмітрый праводзіць трэнервачы збор у Мінску. Разам з ім з Хойнікаў прыехаў першы трэнер і сябар Віктар Саракалетаў. «Пакуль я не магу дакладна і цвёрда сказаць, ці буду я далей займацца спортам. Гэты збор патрэбны, каб яшчэ раз усё ўзважыць і прыняць рашэнне. Але я не магу ўявіць сваё жыццё без спорту. Сёлета я паступіў на завочную форму ў Беларуска-дзяржаўны ўніверсітэт фізічнай культуры, хутка пачнецца першая сесія. Таму праз некалькі гадоў змагу працаваць трэнерам. Раней я ўжо дапамагаў сябру трэніравацца, і мне падабаецца гэта дзейнасць. Аднак гэта ўсё роўна спорт. Ні ў якой іншай сферы я сябе ўявіць не магу», — кажа Дзмітрый.

«НЕ ПУСЦІШ У ВУЧЫЛІШЧА — УЦЯКУ З ДОМУ»

Спортам Дзмітрый займаецца палову свайго жыцця — з дзевяці гадоў, зараз спартсмену 18: «Спачатку я хадзіў на дзядо, але яно мяне не зацікавіла, не склаўся адносіны з трэнерам. Мая «кар'ера» дзюдаіста скончылася недзе праз тыдні два пасля пачатку. Калі я быў у трэцім класе, да нас на ўрок прыйшоў трэнер і запрасіў усіх ахвотных у секцыю цяжкай атлетыкі. Мне было гэта нецікава. Але, калі праз два тыдні ён прыйшоў зноў, мне стала цікава, што ж гэта за цяжкая атлетка такая. Любоўі з першага погляду ў іх не атрымалася, зусім хутка Дзмітрыю надакучыла. Але трэнер Віктар Саракалетаў адзначыў здольнасці хлопчыка і, як бачна, не прагадаў. «Праз нейкі час, пасля таго, як я закінуў цяжкую атлетыку, Віктар Уладзіміравіч

прыехаў да маёй мамы. Ён упэўніў і мяне, і яе, што ў мяне ёсць талент і я павінен працягваць. Мы паслухалі трэнера, і я вярнуўся ў залу. Пасля першай перамогі на гарадскіх спаборніцтвах зразумеў, што я хачу займацца цяжкай атлетыкай і дасягаць высокіх вынікаў».

Па словах Дзмітрыя, трэнероўкі ў той час прыносілі адно задавальненне. Канешне, была дысцыпліна, якую юныя спартсмены часам парушалі. «Мне пашанцавала з першым трэнерам. Віктар Уладзіміравіч быў з намі на адной хвалі. Пасля трэніровак мы часта гулялі з ім у футбол, у хованкі. Ён нармальна ставіўся да нашых не самых прыкладных паводзін. Памятаю такі выпадак. Трэнер быў заняты, а мы з сябрамі гулялі ў футбол у іншай зале. Каля сцяны стаялі спартыўныя маты, і мы з сябрам за іх схаваліся. А яшчэ адзін сябар паклікаў трэнера і сказаў, што мы зніклі. Канешне, трэнер разгубіўся. А калі ён адварнуўся, мы вылезлі і пачалі даказваць, што ўвесь час былі менавіта ў гэтай зале. Ён спачатку разлаваўся, а потым разам з намі пасмяяўся», — успамінае Дзмітрый.

Поспехі Дзмітрыя на абласных спаборніцтвах пасадзейнічалі таму, што ў 2016 годзе яго запрасілі ў Бабруйскае дзяржаўнае вучылішча алімпійскага рэзерву, дзе створаны выдатныя ўмовы для заняткаў цяжкай атлетыкай. На той час хлопец ужо цалкам жывіў спортам. Прызнаецца, спачатку здавалася, што ў вучылішчы будзе цяжка, без сям'і, з іншым трэнерам. Але потым зразумеў, што гэта важны этап у спартыўным жыцці, які трэба прайсці, каб дасягнуць спартыўных вышын.

Маме перспектыва аддаць сына ў такім малым узросце ў вучылішча не вельмі спадабалася. «Мама заўсёды падтрымлівала мае заняткі спортам, ганарылася поспехамі. Але, мабыць, як і любая маці, яна хацела, каб я вучыўся побач, быў разам з ёй. Толькі я гэтага не хацеў. Па-першае, у нашым горадзе няма варыянтаў для атрымання адукацыі. А па-другое, я вельмі хацеў вучыцца менавіта ў вучылішчы алімпійскага рэзерву. Я абураўся: усе, з кім я трэніраваўся, паступаюць, а мяне мама не адпускае, як гэта так. Мы шмат спрачаліся наконце гэтага. Я нават прыгразіў, што, калі мама



Дзмітрый ХОДАС.

мяне не адпусціць, уцяку з дому. І ведаеце, уцёк бы, потым, вядома б, вярнуўся. Я ўпэўнены, калі б мама не пусціла мяне ў Бабруйск, я быў бы вельмі на яе пакрыўджаны», — дзеліцца Дзмітрый.

У 15 гадоў Дзмітрый выканаў нарматыў на званне кандыдата ў майстры спорту. А пасля юнацкага чэмпіянату Еўропы 2019 года яму прысвоена званне майстра спорту. З канца 2020 года Дзмітрый — заслужаны майстар спорту Рэспублікі Беларусь.

УСЕ ЗА АДНАГО

Па словах Дзмітрыя, вялікую ролю ў яго жыцці адыгрываюць сябры. З найлепшым сябрам Кірылам яны сябруюць яшчэ са школы. Разам займаліся цяжкай атлетыкай, разам парушалі дысцыпліну на трэніроўках і выконвалі практыкаванні, якія трэнер даваў як пакаранне. Цяпер Кірыл вучыцца ў Мазыры, дзе абараняе спартыўны гонар вучылішча. Але розныя гарады мужчынскаму сяброўству не перашкаджаюць.

«Са школьных часоў у мяне засталіся тры сябры і дзве сяброўкі. Нават не магу сказаць, колькі гадоў мы разам. Яны вельмі моцна мяне падтрымліваюць і мне дапамагаюць. На мой погляд, сяброўства паміж хлопцамі і дзяўчынамі існуе, я ў гэтым упэўніўся на сваім прыкладзе. У мяне шмат сяброў з цяжкай атлетыкі. Мы не маем зносіны кожны дзень, але я ўпэўнены, што яны заўжды прыйдуць на дапамогу. Я не магу назваць сябе актыўным спартыўным аматарам, у мяне няма куміраў ці гарача любімых спартсменаў. Хоць не, хлусту. Мае любімыя спартсмены — мае сябры», — з гонарам дзеліцца Дзмітрый.

Галоўнымі рысамі сапраўднага сябра хлопец лічыць здольнасць і шчырае жаданне зразумець, падтрымаць і дапамагчы. Сам ён стараецца быць менавіта

такім у сяброўскіх адносінах. А сябры ў яго не толькі равеснікі. Дзмітрый раскажае, што дома ў Хойніках ён не спыняў трэніровак. Дапамагае трэнер Віктар Саракалетаў, які кожны дзень наведвае свайго вучня, дае практыкаванні на ногі, прэс, спіну. Ініцыятар і ідэйны натхняльнік збораў у Мінску і

пачытаў у інтэрнэце. Мне вельмі прыемна, што побач такі чалавек», — адзначае Дзмітрый.

УСЁ ЦІ НІЧОГА

Калі меркаваць, што нашы сябры — наша адлюстраванне слухнае, то Дзмітрый Ходас — адкрыты, моцны, валявы чалавек. З самага пачатку ў маладога спартсмена была ўстаноўка — заўжды быць першым. А іначай навошта гэта ўсё, упэўнены хлопец: «Я заўжды лічыў, што трэніравацца і змагацца патрэбна для таго, каб быць першым. Мне вельмі важны вынік, хоць і працэс таксама мае значэнне. Таму мне заўсёды цікава спаборнічаць з моцнымі канкурэнтамі, тады ёсць кураж і лёгкі страх, які надае сіл. Хоць і выступаю за сябе, але я нясу адказнасць за тое, што прайграўшы магу падвесці трэнера, каманду».

Імкненне быць першым праяўлялася ў Дзмітрыя яшчэ да спорту. Ён успамінае, што нават у дзіцячых гульнях яму патрэбна было перамагчы. Хлопцу падаба-

Пакуль спартсмен не прыняў канчатковага рашэння аб працягу свайго кар'еры. Трэнер Віктар Саракалетаў адзначае, зараз перад Дзмітрыем адкрыты многія віды спорту. На зборы ў Мінску ён лепей пазнаёміўся з параалімпійскімі веславаннем і лёгкай атлетыкай. «Дзіма — моцны малады чалавек, і яму па сілах асвоіць многія віды спорту, але трэба знайсці той, дзе яму будзе максімальна камфортна працаваць. Таму зараз мы ў пошуках. У цяжкай атлетыцы будзе вельмі складана з-за класіфікацыі спартсменаў-параалімпійцаў у гэтым відзе спорту. Дзіма ўніверсальны баец, ён лёгка засвоіць любы спорт. Ён можа кідаць кап'ё, веславаць і яшчэ шмат чаго. Вядома, канчатковае рашэнне будзе за ім. Наша задача — накіраваць яго, дапамагчы вызначыцца. Дапамагае і Дзімаў трэнер з вучылішча Міхаіл Рабікоўскі. Вялікі дзякуй і Сашу Трыпуцю, і Нацыянальнаму параалімпійскаму камітэту за дапамогу, за гэты збор. Для нас з Дзімам



Дзмітрый ХОДАС з трэнерам Віктарам САРАКАЛЕТАВЫМ і сябрам Аляксандрам ТРЫПУЦЕМ.

ўвогуле заняткаў спортам для Дзмітрыя — Аляксандр Трыпуць, вядомы беларускі параалімпіец, бронзавы прызёр Параалімпійскіх гульняў 2016 года. Вопытны спартсмен упэўнены, Дзмітрыю трэба займацца спортам, гэта дапаможа яму не апусціць рукі.

«З Віктарам Уладзіміравічам мы знаёмы даўно. І я лічу яго старэйшым сябрам. Хоць мы і нядоўга знаёмы з Сашам Трыпуцем, але я магу назваць яго сваім сябрам. За кароткі час ён многае зрабіў для мяне. Саша сам мне напісаў, падтрымаў, падарыў спецыяльны трэнажор для ног, многаму мяне вучыць. Прызнаюся, раней я не ведаў пра яго, але потым

еца падцягнуў, то-бок пастаянна імкнуцца наверх. Спартсмен лічыць, што такі валявы характар у яго ад бацькоў. А спорт яго толькі ўмацаваў і загартаваў. Гэта, бадай, ці не асноўная прычына такой любові.

Дзмітрый адзначае, што спорт навучыў яго не здавацца і быць гатовым да ўсяго. «На спаборніцтвах я хваляваўся, але нікому гэтага не паказаў. Канешне, былі сумненні, што я не змагу падняць пэўную вагу. Можна зрабіць усё, варта толькі захацець і сабраць усе сілы ў кулак. Псіхалагічна я гатовы да ўсяго. Кожны прайгрыш ці няўдача — гэта ўрок, які даецца, каб наступны раз быць мацнейшым», — разважае Дзмітрый.

гэта абсалютна новы вопыт і добра, што побач ёсць дасведчаныя людзі, якія могуць падказаць і накіраваць. У нас, можна сказаць, пачатак новага жыцця. Але я ў першую чаргу, дзіцячынацкі трэнер. Таму, калі, дасць бог, усё будзе добра, Дзіма пойдзе трэніравацца, а я вярнуся да малых. Хлопец многаму мяне навучыў», — кажа Віктар Саракалетаў.

Адказваючы на пытанне аб крыніцы матывацыі, Дзмітрый Ходас доўга не думае: мая матывацыя — гэта блізкія мне людзі. Я займаюся спортам, раблю ўсё дзеля сваіх блізкіх, сяброў, сям'і, малодшай сястры, мамы».

Валерыя СЦЯЦКО.
Фота Ганны ЗАНКАВІЧ.