



В мае нынешнего года, несмотря ни на что, успешно финишировал чемпионат Беларуси по гандболу среди женских команд. Финальная дуэль клуба «Гомель» и столичного «БНТУ-БелАЗ» по сумме двух встреч завершилась общей победой «гомельчанок». Боевой характер и отличную игру в решающем матче показала Наталья Котина. Неспроста она была признана самым результативным игроком. А недавно Белорусская федерация гандбола признала Наталью лучшей в сезоне 2019/2020 на позиции левой крайней. Болельщики только с воодушевлением подчеркивают: всего этого могло бы и не быть, останься Наталья играть в Турции! О своем возвращении на Родину, отношениях с тренером, и планах на будущее Наталья рассказала корреспонденту «НС».

Наталья КОТИНА,
гандболистка национальной сборной Беларуси:

«Без веры в себя ничего не получится»

— Наталья, как Вы переживаете пандемию коронавируса?

— Мы все это время работали в своем обычном режиме. Завершился сезон — и у нас уже начался запланированный отпуск, когда можно наслаждаться отдыхом. Много времени провожу с семьей и с друзьями, посвящаю время «воспитанию» собаки. С учетом того, что этим летом съездить на море не получится, планирую путешествовать по Беларуси. Пока обязательные пункты маршрута — поселок Зельва и монастырь в Жировичах, его очень любит моя мама. Съезжу в Брест и в Минск навещу друзей. Но, если честно, мне и в Гродно очень хорошо. Для меня — это лучший город на свете.

— Планы на будущий сезон с командой уже составили?

— Пока могу точно сказать, что следующий сезон я проведу в составе «Гомеля». Пока конкретных планов не обсуждали. При этом, руководством клуба было сказано: не терять форму, чтобы потом долго не восстанавливаться.

— И как Вы с этим справляетесь?

— Есть немало вариантов активничать в межсезонье. К примеру, очень люблю плавать — ведь это полезно для поддержания тонуса. Поэтому регулярно хожу в бассейн. Не так давно вместе с подружкой

пришлось выдержать непростое испытание на физическую устойчивость на городском аттракционе «Джунгли-парк». Такой визит в «джунгли», на мой взгляд, заменяет три часа занятия в тренажерном зале и дарит крутые эмоции.

— Наталья, в матче с «БНТУ-БелАЗ» Вы были самым результативным игроком, признаны лучшей левой крайней. Насколько важны для Вас индивидуальные награды?

— Не буду лукавить, и скажу, что мне это приятно. Для любого спортсмена важно признание его трудов и стараний. Но в моем случае, все так получается благодаря моей команде. В гандбол играет не только семь человек на поле, а целая скамейка запасных, тренер. Слаженная общая работа и приводит к результатам — командным и личным.

— Год назад Вы говорили о своем предчувствии, что с «Гомелем» далеко пойдете. Спустя время это «видение» подтвердилось?

— Да, я так говорила, когда мы играли в Кубке Вызова с «Гран-Канарией» из Испании. Тогда удача была на стороне соперника. Если бы мы увереннее бросали пенальти, могли бы одержать победу. Но, что было, то было. А что касается успехов моего клуба, то я искренне верю в нашу дружину и тренеров. Мне кажется,

в спорте без веры в себя и свою команду ничего не получится.

— А не обидно, что в этом году национальная сборная не выступит на чемпионате Европы?

— Конечно, обидно, у нас были хорошие шансы на этот турнир. Каждый раз хочется выступить на континентальном первенстве. В этом году могли сделать ставку на Словению. Правда, не всегда идет так, как этого хочется. Но нужно жить дальше и строить шансы на будущее. Надеюсь, в следующем году мы успешно пройдем квалификацию и наша национальная сборная наконец-то поедет на чемпионат Европы.

— Наталья, по жизни и работе в Турции не скучаете?

— Разве что слегка. Например, не хватает моря и солнца, которые были в Анталии. Скучаю по турецкой еде — мне очень понравилась их кухня. И все, пожалуй. Я не жалею, что вернулась. В Турции я очень скучала по дому.

— Турция — мусульманская страна, там абсолютно другая культура.

Сильно ли ощущалась эта разница?

— Первые три года я играла в Анталии — туристическом городе. Там было много русских и белорусских туристов, и мне было проще. А в северных городах

Кастамону, Ардышин совсем другая культура. Например, там нельзя ходить в «рваных» джинсах или в открытой майке.

— **Гандбол в Турции и в Беларуси разительно отличается?**

— Если сравнивать национальные чемпионаты, то в Турции он намного сильнее. Больше команд, следовательно больше конкуренции и матчи интереснее. К сожалению, у нас в Беларуси такого пока нет. В Турции гандбол — очень популярный вид спорта. Клубы созданы и в больших, и в маленьких городах. Я играла в Анталии — большом городе, в Кастамону, который поменьше, — и всегда были полные трибуны. Но если сравнивать уровень национальных сборных, то белорусская команда сильнее.

— **Опыт, полученный в Турции, в Беларуси применяете?**

— В Турции я получила опыт крупных игр, где нужно постоянно держать концентрацию и холодную голову. Там научилась быть сконцентрированной все 60 минут матча.

— **Что Вам помогает держать голову холодной?**

— Если я понимаю, что веду себя очень эмоционально, то прошу тренера дать мне успокоиться. Иногда даже лед к голове прикладываю, потому что она реально горячая.

Многое зависит от тренера: он замечает состояние игрока и знает, что предпринять. Кому-то нужен кнут, кому-то пряник.

— **Лично Вам, что нужно?**

— Мне нужен правильный тренер. Иногда мне необходим кнут, иногда — пряник. Все зависит от матча.

— **Главком сборной Томаж Чатер — правильный для Вас тренер?**

— Абсолютно. Томаж — именно тот наставник, который мне нужен. Так как он еще и главный тренер «Гомеля», мы постоянно работаем вместе и у нас прекрасные отношения. В этом году у него случились проблемы со здоровьем, и некоторое время он отсутствовал. Но мы всегда были на связи, тренер активно интересовался делами коллектива, давал советы. Он сделал так, что мы в команде, не просто коллеги, а еще и друзья.

— **А за годы в спорте Вы нашли настоящих друзей?**

— Да. Карина Ежикова — для меня не просто коллега по сборной, а лучшая подруга. Уже и наши семьи сдружились, и друзья. Я очень благодарна судьбе, гандболу за такую дружбу.

— **А вообще Вы легко вливаетесь в новый коллектив?**

— В «Городничанке» проблем с этим не было, потому что это мой первый клуб.

За границей было нелегко только в период адаптации. В Турции меня везде тепло принимали. Начинать в «Гомеле» тоже было легко, я почти всех знала, со всеми девочками мы так или иначе встречались. Нужно быть коммуникабельным и открытым. Меня любят за позитив, с ним легко стать частью любого коллектива.

— **Наталья, можете представить себя в другой сфере, не связанной с игрой в гандбол?**

— Возраст заставляет задуматься об этом. Хотелось бы открыть что-то свое и работать в спортивной сфере. Когда мне исполнилось 15 лет, я захотела быть гандбольным тренером. С годами это желание только возросло. Я записываю все наши тренировки. Думаю, опыт, полученный в Турции и опыт работы с Томажем Чатером, поможет мне в моем тренерском будущем.

— **Есть ли у Вас спортивная мечта, которую хотите исполнить прежде, чем станете тренером?**

— Выступить на чемпионате мира и Европы. Я всегда хотела поиграть в Лиге Чемпионов. И, конечно, как и любому спортсмену, мне хочется вместе со своей командой покорить олимпийский стадион.

Беседовала Валерия ОСТАПЧУК

