



С Дарьей Скрыпник, мастером спорта международного класса по дзюдо, я знакома уже давно. Первым поводом для встречи послужило бронзовое выступление Даши на чемпионате мира 2015 года в Астане. Примечательно еще и то, что в борьбе за медали, на тот момент, 35-й номер мирового рейтинга обошла более известных соперниц из топ-10. Вы вправе сказать, что результат, несомненно, достойный, но ведь не «золото». Из-за чего тогда, вокруг нее, был такой ажиотаж? В принципе, замечание разумное, если бы ни одно «но». Это первая и пока единственная награда представительниц прекрасного пола с соревнований такого высокого ранга за всю историю суверенной Беларуси. И сегодня эта красивая дзюдоистка — гость журнала «НС».

**Дарья СКРЫПНИК,**  
бронзовый призер чемпионата мира по дзюдо:

## «Как и любая девушка — мечтаю о любви, цветах и детях»

— Даша, охарактеризуйте себя одной фразой...

— Целеустремленная девушка с характером!

— В наше время единоборства весьма популярны среди «слабого пола», но лично Вы, за что любите дзюдо?

— В спорте я уже 20 лет, но никогда об этом не задумывалась. Для меня выходить на татами также естественно, как для вас писать статьи. В детстве я была очень мелкой, и мальчишки в школе часто меня задирали. Я сильно злилась, иногда даже плакала, но постоять за себя не могла. И поэтому попросила маму записать меня в секцию каратэ, где я смогла бы научиться самозащите. В Бресте на то время был небольшой выбор для занятий в этом виде единоборств, но родителям все же удалось найти для меня секцию дзюдо. Сильной разницы я не видела, ведь на тренировки все ходили в кимоно. Вот так неожиданно для себя я и открыла удивительный мир дзюдо — «гибкого пути». Со временем на соревнованиях республиканского уровня пошли победы,

которые позволили маленькой неуверенной девочке поверить в себя. И мне захотелось уже большего, попробовать свои силы на международной арене. Столь нескромное желание стало сильнейшей мотивацией для тренировок. Ну, и, конечно же, поездки на такие турниры давали возможность посмотреть мир. Вот так детский каприз превратился в дело всей моей жизни.

— На Вашем счету множество стартов по всему миру, а в какой стране Вам понравилось больше всего?

— Да, мне удалось посетить много стран, но в основном маршрут нашего следования проходит просто: «гостиница-автобуззал» и обратно. Ведь наша главная задача на соревнованиях — это максимально достойное выступление. Поэтому не всегда удается насладиться местным колоритом. Иногда элементарный дефицит сил и времени. Но все же, есть одна страна, которую я

бы хотела посетить еще раз, но уже в качестве полноценного туриста. Это чудесный тропический уголок, находящийся на острове Гаити — Доминиканская республика, где в свое время проходил юниорский чемпионат мира по дзюдо. Карибское море, бесконечные песчаные пляжи, изумительные горные пейзажи, потрясающая архитектура, пальмы и дюны. Для меня, брестской девчонки, Доминика показалась чем-то нереальным. И я подумала: если рай



существует, то он должен выглядеть, именно, так!

— **Даша, а если припомнить Олимпийские игры 2016 года в Рио-де-Жанейро, что пошло не так?**

— Прошло уже 2,5 года с Олимпиады в Бразилии, но те события не отпускают меня до сих пор. Я задавала себе этот вопрос много раз, но к однозначному ответу так и не пришла. Поражение в стартовом поединке турнира – это не тот результат, на который я рассчитывала. Склоняюсь к тому, что не выдержала психологически, не смогла справиться с волнением и грамотно настроиться на дзюдоистку из Германии. Хотя ранее, с немкой Марин Краех, я уже боролась на различных международных соревнованиях. И зачастую, мне удавалось у нее выигрывать. Вероятно, в той олимпийской схватке моя соперница была лучше заряжена на победу. Поэтому, не вижу смысла искать себе оправдания. Необходимо делать выводы и идти дальше.

— **Может, есть желание сменить ампула и в будущем попробовать себя в качестве тренера?**

— Эффективность взаимодействия в системе «тренер-спортсмен» зависит от многих факторов. Грамотный, фанатично преданный своему делу «сэнсэй» – это счастливая находка для любого спортсмена.

И в этом плане мне повезло. На моем пути встречались именно такие люди. Две потрясающие женщины – Марина Савайтан и Галина Савенкова, а также Натик Багиров и Леонид Свирид. Всем им огромная благодарность за заботу, понимание, терпение, поддержку и веру в мой талант, даже, когда я сама в этом сомневалась. Я не уверена, что смогу также достойно и профессионально справляться с тренерской работой, как мои наставники. Ведь эта профессия требует определенных

жертв и бывает весьма неблагодарным занятием. Поэтому в моих самых смелых планах – открыть собственное дело. К примеру, тренажерный зал или физкультурно-оздоровительный центр.

— **Как предпочитаете проводить свободное от тренировок время?**

— Свободное время стараюсь использовать для саморазвития. С удовольствием хожу на кинопремьеры, театральные постановки, музейные экспозиции и необычные выставки. Также обожаю читать. На данный момент посещаю курсы английского языка. А вот отпуск предпочитаю проводить в более пассивном режиме. Загорать на солнышке где-нибудь на берегу моря и наслаждаться местной кухней. К примеру, в Турции или в Египте.

— **Если не секрет, о чем еще мечтает Дарья Скрыпник?**

— Наверное, как и любая девушка, мечтаю о любви, цветах и детях (улыбается). Хотелось бы уже создать семью и попробовать себя в качестве жены и мамы. Ведь, несмотря на всю любовь к дзюдо, я буду рада оставить татами по столь уважительной причине. И, надеюсь, что долгожданные перемены произойдут со мной в ближайшем будущем.

— **А теперь весьма актуальный вопрос в преддверии Международного женского дня 8-е марта: любите ли Вы готовить?**

— Готовить мне нравится, но в этом деле я пока новичок. При готовке стараюсь строго придерживаться рецепта, на создание фирменного блюда даже не замахиваюсь. В любом



случае, мастерство приходит с опытом, а для этого необходимо время и терпение. А желание это делать у меня есть. И я не сомневаюсь, что смогу превратить кулинарию в свое маленькое хобби.

— **Возможно, уже есть планы на празднование «самого женского дня» в году?**

— Я люблю сюрпризы и буду рада любому сценарию. Единственное для себя желание – не оставаться в этот день дома. Хотелось бы выбраться со своим молодым человеком в кафе или ресторан, чтобы ощутить всю атмосферу праздника.

— **Даша, что хотели бы Вы пожелать себе и нашим читательницам накануне 8-го марта?**

— Любить и быть любимой! А также сил, терпения, смелости и времени, чтобы осуществить хотя бы часть задуманного. Непременно найти дело по душе, которое позволит не только самореализоваться, но и заработать на достойную жизнь, с путешествиями и с другими мелкими радостями. Никогда не забывайте милые дамы, что вы все уникальны. Берегите себя и будьте счастливы!

**Беседовала  
Ольга САМОЙЛОВИЧ**