

Ниндзя-хорошист

Четвероклассник ярославской школы № 21 Валерий Шубин одержал победу в популярном спортивно-развлекательном шоу «Суперниндзя. Дети» на одном из телеканалов, выиграв два миллиона рублей. Кроме того, он обогнал 28 финалистов шоу в народном интернет-голосовании. Это означает, что телеканал построит в Ярославле уникальную площадку для занятий ниндзя-спортом.

■ Анастасия СОЛОВЬЕВА

Любители турников

– Спортом Валера занимается с четырех лет. Но в приоритете у него все же учеба. Он хорошист. У нас с ним есть договоренность, что учиться надо без троек. Времени для их исправления просто нет. Ведь помимо гонок с препятствиями он еще увлекается футболом и легкой атлетикой. А до этого занимался воркаутом, – рассказывает Майя, мама победителя шоу.

Дело в том, что Валера с папой очень любят турники. Дома, в узком коридоре, их целых пять – один за другим, с навесным оборудованием. Вся семья ведет здоровый образ жизни. Родители со студенческих лет регулярно ездят на турслеты, сейчас уже в качестве волонтеров. Папа Валеры, Денис, судит туристическую эстафету. Еще у юного суперниндзя есть старший брат Юрий. Вся семья любит проводить выходные на природе, в палатке.

Препятствий много не бывает

– Как в жизни Валеры появился ниндзя-спорт? Однажды я показала

детская секция, которую посещают порядка 60 ребят, и взрослая, куда ходят человек 20 – 30. А вот отделения детской Федерации ниндзя-спорта в нашем городе нет, и, как следствие, не присваиваются спортивные разряды, соревнования проходят на любительском уровне.

Однако Валера ездит на соревнования в другие города: был в

– Он знал, что у каждого атлета есть своя техника, любимый хват, и часто комментировал, мол, тот неправильно качает, а этот сейчас упадет либо не допрыгнет, – улыбается Майя.

Надо ли говорить, что когда однажды в конце шоу они увидели внизу бегущую строку о кастинге на детский «Суперниндзя», тогда

специальную трассу. Съемки длились 8 дней, процесс это долгий, и вся сложность в том, что не знаешь, в какой момент нужно выйти на полосу. То есть ребенок должен быть постоянно физически готов и размят, чтобы показать все, на что способен.

– Сначала была квалификация, затем первый забег и сразу же второй – на вылет. То есть кто не прошел – выбывает из шоу. Потом у нас было четыре дня отдыха, полуфинальный забег, а далее в один день финальный и суперфинальный. Пришлось провести на съемках 20 часов! Приехали в 11 утра и ночевали прямо на площадке, там были комнаты с матами. Было очень тяжело эмоционально. За это время Валера дважды выходил на трассу. У него была очень сильная соперница – Вероника Никифорова из Санкт-Петербурга, выше его на полголовы. По полуделения не было. Они выступали примерно наравне, и Валера



↓
А вам слабо?

особой техникой хвата, чтобы перелетать из стороны в сторону, причем двигаясь задом наперед. Лишние секунды приходилось тратить Валере при переходах с этапа на этап – там, где нужно было дотянуться или допрыгнуть. Его рост на момент съемок был 1 метр 37 сантиметров, ребятам, что повыше, это давалось проще.

На 9 секунд быстрее

Очень помогла ментальная тренировка. Это когда в мыслях проходишь трассу. Спортсмен должен запомнить, что за чем следует. Например, закрыв глаза, вспомнить, сколько колец было, примерное

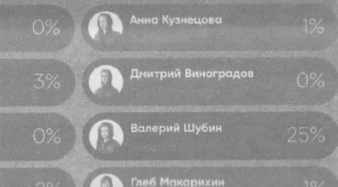
« В день онлайн-голосования Валеру поддержал мэр города Ярославля Артём Молчанов. Он призвал поступить так и всех ярославцев, написав на своих страницах в соцсетях:

«Юный ярославец может принести городу новую спортивную площадку! Валерий Шубин стал финалистом шоу «Суперниндзя. Дети». Сегодня вечером состоится эфир финала. К нему телеканал запустил голосование. В городе, чей финалист наберет больше всего голосов, установят открытую площадку для тренировок. Я уже проголосовал за Валеру! Давайте вместе поддержим юного ярославца!»

Москве, Санкт-Петербурге, Зеленограде, Реутове, Минске. В колледжи юного атлета уже более 50 медалей и 4 кубка. К слову, на выступлениях он присмотрел много снарядов-препятствий, которые потом по его описанию ему соорудил папа-строитель. Это крутящиеся перекладчины, тарелочки, колышки... А как-то Валера даже выдумал свой – полвесной напoми-

Голосуй за участников шоу «Суперниндзя. Дети»

В городе победителя голосования мы установим уникальную спортивную площадку. Результаты подведем 7 июля.



выходные на природе, в палатке.

Препятствий много не бывает

– Как в жизни Валеры появился ниндзя-спорт? Однажды я показала ему видео, он заинтересовался, сходил на первую тренировку, и учитель его похвалил. Это дало ему заряд, мотивацию. И вот Валера уже два с половиной года с удовольствием ходит на гонки, – продолжает Майя.

В Ярославле для занятий ниндзя-спортом есть открытая площадка на Гагарина, 7, это рядом с физическим факультетом ЯГТУ, и зал на улице Калинина. Работают

на выступлениях он присмотрел много снарядов-препятствий, которые потом по его описанию ему соорудил папа-строитель. Это крутящиеся перекладки, тарелочки, кольшки... А как-то Валера даже выдумал свой – подвесной, напоминающий крышу домика, по которой надо перебираться, используя не обычный хват, как на перекладке, а особый, щипковый, да еще под наклоном.

Школа героев

До того как принять участие в шоу, Валерий с замиранием сердца смотрел состязания взрослых «Суперниндзя».



он еще назывался «Ученик суперниндзя», радости в семье Шубиных не было предела! Заполнили анкету, к которой приложили видео с демонстрацией навыков Валерия.

Было это в ноябре прошлого года, а в феврале 2024-го семью позвали на кастинг в подмосковный Реутов, где находится «Школа героев», уникальный спортивный комплекс для подготовки к гонкам с препятствиями. Его еще называют «Место умной силы». Там предстояло пройти первое отборочное испытание – преодолеть небольшую полосу препятствий, причем даже не требующую особого опыта, с чем Валера легко справился.

Ночевать пришлось на площадке

Всего же на участие в шоу «Суперниндзя. Дети» было подано около 6 000 заявок по трем возрастным категориям: 9 – 10, 11 – 12 и 13 – 14 лет. Кастинги проходили в разных городах России и в Белоруссии. Их посетили полторы-две тысячи человек разных возрастов. В итоге отобрали на съемки шоу только 108 человек. И среди них ярославец Валерий Шубин! Радостное известие застало семью на турслете в загородном лагере «Березка».

Съемки шоу проходили в агреле в многофункциональном выставочном центре в Кавказских Минеральных Водах, где соорудили

За это время Валера дважды выходил на трассу. У него была очень сильная соперница – Вероника Никифорова из Санкт-Петербурга, выше его на полголовы. По полуделения не было. Они выступали примерно наравне, и Валера очень боялся конкуренции. Но все обошлось, – рассказывает Майя.

Один на трассе

В суперфинал выходили по два участника в каждой возрастной категории. Но в своей, 9 – 10 лет, Валера оказался один, поскольку больше никто из его ровесников не смог пройти финальную трассу. Из-за отсутствия соперника суперфинальную трассу ему

«**Ниндзя как вид спорта – это форма гонок на полосе препятствий. Спортсмены последовательно преодолевают различные препятствия в заранее определенном порядке без пробега какого-либо значительного расстояния между ними. В типичных соревнованиях спортсмены не знают, с какими препятствиями они столкнутся, до самого начала соревнований, и им редко удастся проверить их заранее. Это требует от них сосредоточенности и быстрой адаптации к новым концепциям, поскольку многие препятствия являются совершенно новыми.**

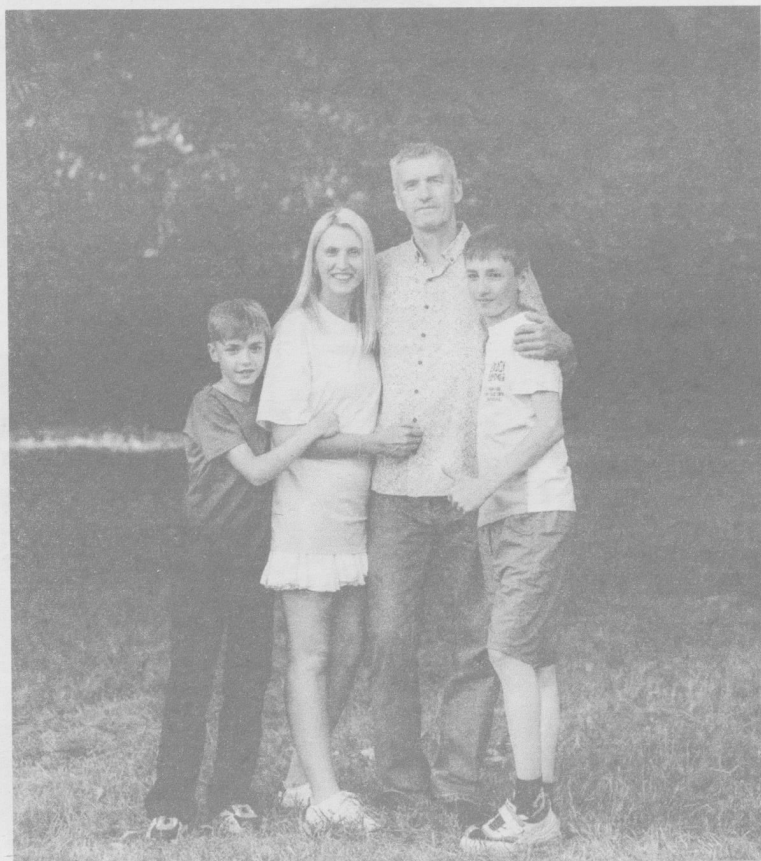
пришлось проходить одному, но на скорость. Чтобы определить лимит времени на прохождение, трассу протестировала участница из средней возрастной категории. К ее времени прохождения – 1 минута 14 секунд – добавили еще 31 секунду из-за разницы в возрасте, получилось 1 минута 45 секунд. Это время и было отведено Валере на то, чтобы справиться со всеми препятствиями в суперфинале. А снимали его в 5 утра!

Самыми сложными из препятствий были карнизы. Для их прохождения требуется владеть

на 9 секунд быстрее

Очень помогла ментальная тренировка. Это когда в мыслях проходишь трассу. Спортсмен должен запомнить, что за чем следует. Например, закрыв глаза, вспомнить, сколько колец было, примерное расстояние между ними, какой рукой взяться, как поставить ноги, как допрыгнуть. Ведь счет идет на секунды. В итоге у нашего героя все отлично получилось, еще и осталось 9 секунд!

За юных атлетов болели зрители и ведущие шоу. На эмоциях Дмитрий Масленников даже сломал очки, а Василий Артемьев и Равшана Куркова сорвали голоса! Что же до родителей Валеры, то, когда все закончилось, у них, по



↓
Мама, папа, брат и я – спортивная семья.