



# «О тренере своем скажу я слово!»

**Автор: Хабибулин Руслан**

**г.Воркута, 2026**

«**Учитель** отвечает за знания.  
**Тренер** отвечает за судьбу!»  
— Петр Квятковский.

«**Тренер** — это тот, кто заставляет вас делать то, что вы не хотите, чтобы вы стали такими, какими вы хотите быть.» — Tom Landry, главный тренер Dallas Cowboys с 1960 по 1988 гг.





В детстве у меня был избыточный вес, заниженная самооценка и куча комплексов. С этим «багажом» я пришёл в секцию греко-римской борьбы к тренеру-преподавателю Сидоренко Владимиру Александровичу. С первой тренировки мне понравился его подход к тренировочному процессу и его отношение к детям. К каждому ребенку он подходил индивидуально. Поддерживал, подсказывал, подбадривал, проявлял заботу и внимание к каждому ребенку. Своим примером показывал каким должен быть спортсмен и настоящий мужчина.

# Сидоренко

## Владимир Александрович

Тренер-преподаватель по греко-римской борьбе –  
высшей квалификационной категории.

Учитель физической культуры – высшей категории.

В профессиональной сфере: 33 года.

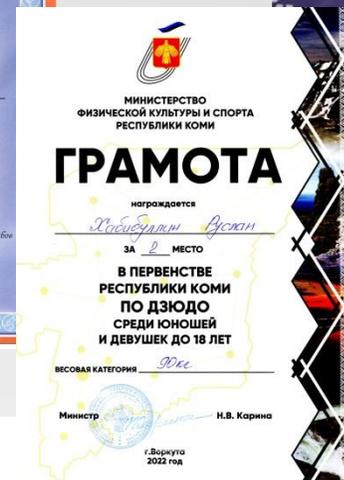
Профессиональные достижения:

Судья Всероссийской категории

КМС СССР по классической борьбе, КМС СССР по дзю-до.



**Борьба – это поединок умов и воли  
и, лишь потом, силы и ловкости.  
От соревнований к соревнованиям я набирался  
опыта и становился сильнее.**



# Тренер учит быть здоровым не только словом



# Мой тренер – пример для подражания с активной жизненной позицией



# Будни...



# На соревнованиях по греко-римской борьбе, самбо и дзю-до



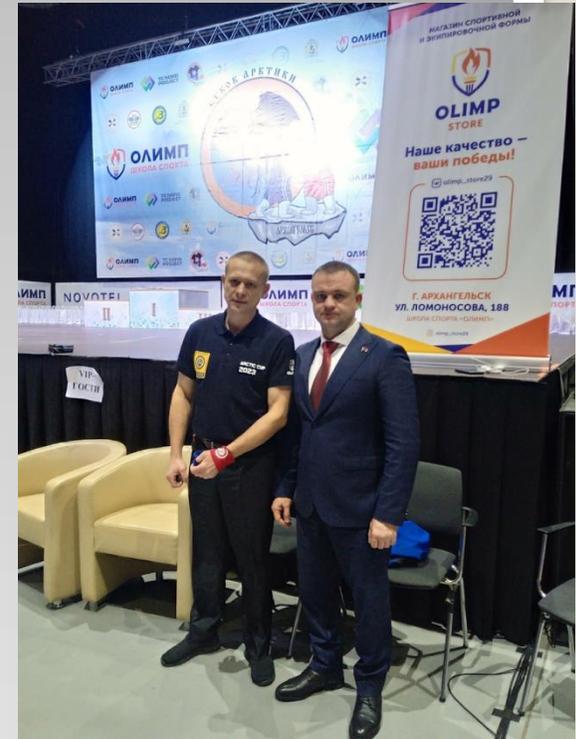
Победители и призёры г. Воркута, СЗФО России, г. Архангельск 26-28 января, 2024 г.

# «Кто хорошо умеет отдыхать, тот хорошо работает»

- народная мудрость.



# Встречи с именитыми людьми



«Самая величайшая победа – это победа над собой!» –  
Платон



Первенство РК  
– 1 место



Всероссийские соревнования г.Подольск  
–3 Место

В городе Калининград с 17 по 19 января 2024 года прошло первенство СЗФО России по спортивной борьбе (греко-римская) среди юношей до 18 лет я занял 1 место и юниоров до 21 года – 3 место.



Также я побывал на первенстве России по греко-римской борьбе в г. Владивосток.



У меня есть результаты по дзюдо и самбо.  
Выполнил 3 взрослый разряд по борьбе дзю-до и самбо



Благодаря своему тренеру и занятиям греко-римской борьбой я выезжал на соревнования во многие города нашей необъятной Родины.

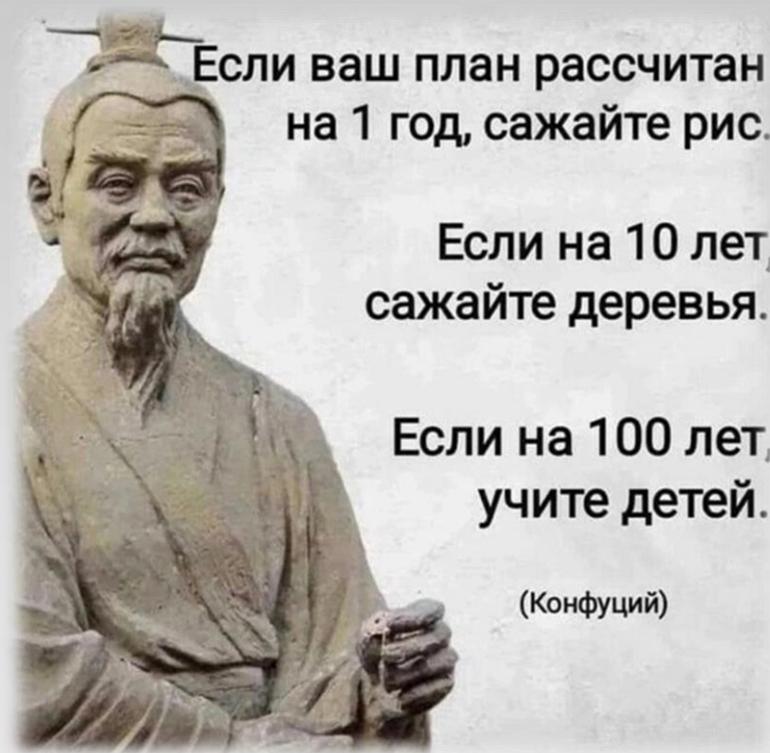
Спасибо вам, Владимир Александрович, за неоценимый вклад в мою спортивную карьеру. Ваши тренировки не только развили мои физические качества, но и стали для меня школой жизни. Быть целеустремленным и никогда не сдаваться. Обогатили мой интеллектуальный и эмоциональный мир. Своим примером показали, что спортсмен должен быть гармонично развитым.

Вы умеете не только научить технике и стратегии, но и передать ту страсть к спорту, которая делает каждое занятие увлекательным приключением.

Благодарю за ваш профессионализм и отношение к своей работе, которое стало для меня вдохновением.



# Я решил пойти по стопам моего тренера.



Если ваш план рассчитан  
на 1 год, сажайте рис.

Если на 10 лет,  
сажайте деревья.

Если на 100 лет,  
учите детей.

(Конфуций)

## Спасибо за внимание!