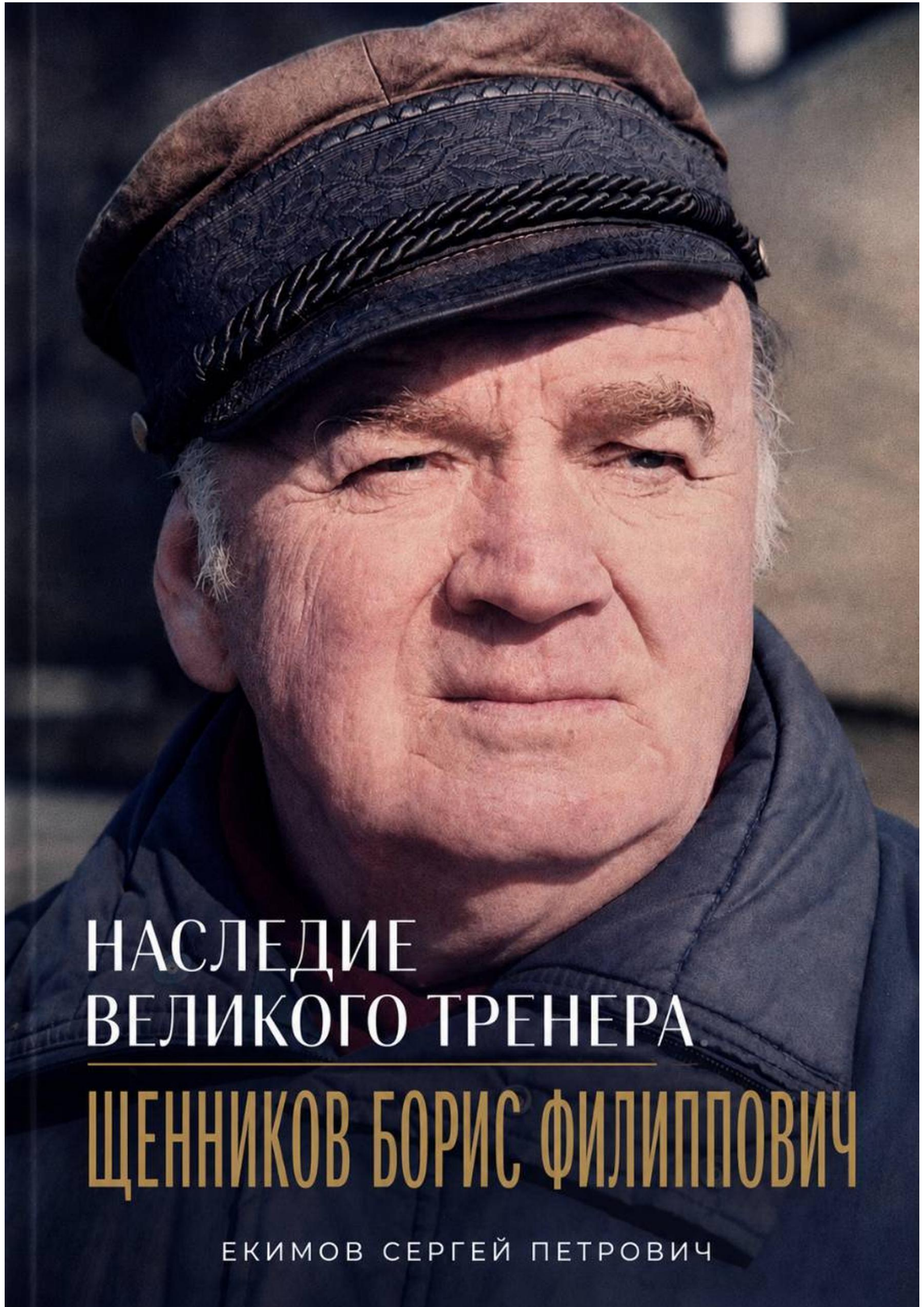


A close-up portrait of an elderly man with a weathered face, wearing a dark blue quilted jacket and a brown leather cap with a dark blue band. The background is out of focus, showing a light-colored wall and a dark object.

НАСЛЕДИЕ
ВЕЛИКОГО ТРЕНЕРА

ЩЕННИКОВ БОРИС ФИЛИППОВИЧ

ЕКИМОВ СЕРГЕЙ ПЕТРОВИЧ

Сергей Екимов

Наследие великого тренера

«Автор»

2026

Екимов С. П.

Наследие великого тренера / С. П. Екимов — «Автор», 2026

Предлагаемые к прочтению строки принадлежат Щенникову Борису Филипповичу (08 марта 1924 г. - 24 февраля 1997 г.), советскому и российскому тренеру по легкой атлетике, заслуженному тренеру СССР. У меня в руках оказалась рукопись Бориса Филипповича, а небольшое исследование показало, что данный материал так и не был издан при жизни автора. Жизнь заслуженного тренера оборвалась внезапно и трагически. Имея определенные обязательства и не обнаружив прямых наследников данного труда, я решил опубликовать обнаруженные записи. К такому выводу я пришел тщательно ознакомившись с рукописью. У меня не осталось и сомнения, что передо мной - «Дело Всей Жизни» Бориса Филипповича. Поэтому и название выбрано мною именно такое. Памяти великого тренера посвящается!

© Екимов С. П., 2026

© Автор, 2026

Содержание

К читателям!	5
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Борис Щенников, Сергей Екимов

Наследие великого тренера

К читателям!

Уважаемые читатели, предлагаемые к прочтению строки принадлежат Щенникову Борису Филипповичу (08 марта 1924 г. - 24 февраля 1997 г.), советскому и российскому тренеру по легкой атлетике, заслуженному тренеру СССР.

Так случилось, у меня в руках оказалась рукопись Бориса Филипповича, а небольшое исследование показало, что данный материал так и не был издан при жизни автора. Жизнь заслуженного тренера оборвалась внезапно и трагически. Имея определенные обязательства и не обнаружив прямых наследников данного труда, я решил опубликовать обнаруженные записи. К такому выводу я пришел тщательно ознакомившись с рукописью. У меня не осталось и сомнения, что передо мной - «Дело Всей Жизни» Бориса Филипповича. Поэтому и название выбрано мною именно такое.

Не вправе быть многословным, скажу лишь, что рукопись напечатана на пишущей машинке с множеством исправлений и правок. В тексте я оставил несколько пояснений, которые, на мой взгляд, раскрывают суть проведенной исследовательской работы.

Цель данной публикации познакомить читателя с наследием великого тренера и, возможно, подготовиться к изданию печатной книги.

Итак, Вашему вниманию представлена рукопись (книга) Щенникова Бориса Филипповича.

Рождение профессии

Это название возникло где-то в глубине моего сознания давно и помимо моей воли. И когда появилось мучительное желание высказаться, рассказать о своем понимании профессии, её трудностях, радостях, разочарованиях я взялся за перо.

Как я стал тренером? Что стала подспудным мотивом для такого решения? Теперь то мне абсолютно ясно: пример моего первого тренера.

Он понравился мне с первого взгляда, с первых слов, которые он произнес на тренировке. Сначала мне хотелось хотя бы внешне походить на этого человека, а потом я вообще захотел быть таким, как он. Я перенимал его повадки, привычки, интонации. Подражал во всем. Тогда ещё я не понимал, а вернее не знал, что двух одинаковых людей быть не может, но не быть таким как он, не подражать ему — это было выше моих сил. И конечно с первых дней знакомства, я решил: буду, как и он тренером. С течением времени это желание только крепло.

Приняв, такое ответственное решение, вначале как то не задумывался о том, что меня ждет впереди, как это всё будет происходить. Как и большинство молодых людей, меня прельщала, в основном, внешняя сторона это, как мне показалось, не очень сложной, но интересной работы. Мне понравилось, что так или иначе тренер всегда на виду, что он делает какие-то замечания, указания, после которых (так мне казалось) атлет сразу выступает лучше! Впрочем, эта моя наивность была вполне извинительной, ведь в те далекие годы сама профессия тренера была так сказать, в зачаточном состоянии.

Конечно, совсем не обязательно, что у тебя, увлекающегося спортом, в дальнейшем один путь — в тренеры.

Но человек, обладающий педагогическими способностями, несомненно выберет этот путь. Это так сказать первая группа. Они пойдут методом проб и ошибок, основываясь лишь на собственном спортивном опыте.

Другая группа людей с аналитическим складом ума и характера сделала попытку найти какие-то общие закономерности спортивной тренировки. В появившихся теоретических разработках прослеживалось большое влияние практики. Да это и правильно. Именно практика требовала теоретического обоснования. Большая часть специалистов, набравшись знаний и опыта, возвращалась в практику или затем совмещала научную работу с практической деятельностью.

Так появлялись настоящие профессионалы тренерского дела.

Тот, кто занимался спортом, имел какие-то достижения, но не сумел до конца, по тем или иным причинам, реализовать свои возможности, у этого человека появляется идея вот то не сделанное не выстраданное сделать со своим учеником. А для этого нужно стать тренером. И это честолюбие, в лучшем понимании этого слова, явно помогает получить эту профессию.

В наше время для того, чтобы приобрести тренерскую профессию человек должен закончить специальное учебное заведение.

Ежегодно большое количество молодых людей заканчивало институты и техникумы физкультуры и получают диплом, в графе специальность которого сделана запись «Физическая культура и спорт - тренер преподаватель». Институты физкультуры готовят не только тренеров. Большая армия школьных учителей по физкультуре, преподавателей ПТУ, средних учебных заведений, ВУЗов, работники спортивных клубов, организаторы физкультурной работы по месту жительства, инструкторы на фабриках и заводах, методисты производственной гимнастики, методисты лечебной физкультуры — все это выпускники специальных учебных заведений, готовящих работников по профилю: «Физическая культура и спорт».

Уровень подготовки молодых специалистов, требования предъявляемые к ним, естественно, повышаются. И сейчас институты преобразованы в академии физического воспитания и увеличился срок обучения до пяти лет.

Тренер

(в рукописи написано TRENER, написано от руки фломастером)

Я с большим уважением отношусь к своим коллегам, работающим во всех направлениях, во всех сферах приложения сил, на всем фронте физкультурного движения. Но наивысшим проявлением, по моему мнению, аккумуляцией в специалисте всего того высшего, что есть в нашем спортивном движении — это несомненно тренерская профессия.

(Здесь и далее часть напечатанного текста вычеркнута. При этом, достоверно не установлено кем это сделано. Мною текст представлен полностью).

Как-то в разговоре с коллегами много размышляли о том, каким образом каждый из нас пришел в спорт и как после активной спортивной деятельности у человека зарождается мысль стать тренером. У каждого это проходило по — разному. Есть примеры, когда большие спортсмены избирают совсем другую профессию. Но большинство все таки становятся тренерами. Почти не возможно уйти от того, чему посвящена молодость, от спорта. Этот путь труден. Он пройден со своими лишениями (а без них нельзя), со своими разочарованиями (и без них не обойтись), но и со своими яркими, ни с чем не сравнимыми мгновениями борьбы и, конечно же, победами. И уйти от всего этого можно только, тогда, когда есть ещё любовь, более сильная чем спорт.

(Здесь и далее текст имеет много правок от руки, порою по несколько раз. Вероятно, это сделал автор. Привожу текст с исправлениями и дополнениями).

Профессия тренер является прямым ответвлением от профессии «учитель физического воспитания того или иного учебного заведения». И совсем до недавнего времени профессио-

нально работающие специалисты, как тренеры это были пожалуй только работники ДСШ. Многие специалисты техникумов, ВУЗов страны и особенно институтов физкультуры — весьма успешно совмещали большой объем работы в своем учебном заведении с тренировочной работой. Они, как правило, составляли основной костяк тренеров сборных команд СССР.

В легкой атлетике среди этих педагогов можно в первую очередь отметить таких выдающихся специалистов, как заслуженные тренеры СССР Д.П.Ионов, Л.Г.Сулиев, Г.И.Никифоров, З.П.Синицкий, Н.Г.Озолин, Д.П.Марков, В.В.Атаманов, Э.И.Рохлин, затем более позднее поколение: В.М.Ягодин, И.С.Пожидаев, Л.Г.Анокина, А.Л.Фруктов, Е.М.Лутковский и многие, многие другие педагоги. До недавнего времени, а точнее до конца 60-х годов, в Ленинграде было всего несколько тренеров, работающих профессионально в легкой атлетике.

Вместе с тем, в настоящее время около 300 специалистов работают тренерами СДЮСШ, в обществах и ведомствах и в специализированной школе высшего мастерства. Только со взрослыми атлетами работает около 80 человек. Среди ленинградских тренеров работающих по легкой атлетике 14 заслуженных тренеров СССР и 48 заслуженных тренера РСФСР.

На примере Питерского спорта хочу показать, как формировался тренерский корпус, каково влияние предшествующих поколений на формирование специалистов будущего? Кому подражать? С кого брать пример?

У нас работали и работают тренеры, подготовившие олимпийских чемпионов разных лет. Один из них заслуженный тренер СССР Виктор Ильич Алексеев. Без преувеличений можно сказать, это личность выдающаяся, с большим кругозором знаний, это — новатор, неутомимый изобретатель, конструктор движения, талантливый человек, выросший вместе со своими учениками в созданной им же школе. Он подготовил олимпийских чемпионов: Г.Зыбину, Т.Тышкевич, сестер И.Пресс, Т.Пресс, Н.Чижову. Его ученики завоевали 9 золотых, 6 серебряных и 4 бронзовых олимпийских медали. Были победителями многих международных соревнований и чемпионов страны. И вряд ли можно назвать сегодня другого такого специалиста, который по достижениям мог бы сравниться с В.И.Алексеевым.

Нашими учителями являлись ведущие педагоги института физической культуры им. П.Ф.Лесгафта — заслуженный тренер СССР Л.Г.Сулиев, подготовивший олимпийскую чемпионку Э.Озолину и заслуженный тренер СССР Г.И.Никифоров, подготовивший олимпийских чемпионов П.Болотникова и В.Куца.

Наличие таких выдающихся тренеров, имеющаяся возможность работать бок о бок с ними, знать об их успехах, наблюдать за ними, брать все лучшее на вооружение в свой арсенал средств и методов или просто пример подхода к своей профессии, дало свои прекрасные плоды. В Ленинграде появилась новая волна, новая плеяда тренеров, которые смогли подготовить олимпийских чемпионов. Среди них заслуженные тренеры СССР П.Н.Гойхман, подготовивший Ю.Тармака; Н.Е.Малышев, подготовивший Е.Казанкину; К.П.Федоров, подготовивший В.Расщупкина; Г.Н.Жубряков, подготовивший А.Аксинина; и автор этих строк, подготовивший В.Комисову.

Мы, в свою очередь, стали примером для тренеров более молодого поколения. Да и не только мы. В Ленинграде живут и работают много выдающихся педагогов в области высших достижений. Вот они то и служат ориентиром для выбора профессии, примером для подражания. Увидеть то многое, что связано с профессией тренера можно, как говорится, воочию. Все это как курсы определения своего дальнейшего пути в избранной специальности. Молодой человек учась в институте, как всегда полон больших надежд и мечтаний, и свою будущую работу связывает с какими-то определенными достижениями, успехами своих будущих учеников. Если так можно сказать он «проигрывает» свою будущую трудовую деятельность. В институте студент получает первое представление о своей профессии, в том многообразии, о котором он не представлял себе, приобретает солидную сумму знаний, но вот умений, на мой взгляд, ему не хватает. Я об этом могу говорить со всей ответственностью, так как двадцать лет

я проработал на кафедре легкой атлетики Академии физкультуры им. П.Ф.Лесгафта, и могу со всей ответственностью утверждать, что для приобретения практических навыков будущими тренерами делается очень много. Но во-первых, срок обучения составляет сегодня 5 лет. Но нет, к сожалению, тренерской «ординатуры», которая могла бы готовить квалифицированного специалиста за более короткий срок, чем вся его последующая жизнь. Представьте себе, что к известному специалисту направляют молодого человека, окончившего ВУЗ и решившего стать тренером, на стажировку на 2-3 года. Какое бы было ускорение в становлении квалифицированных кадров - тренеров, и что немаловажно, передавался бы опыт специалиста, прошедшего все огни и воды, освоившего все премудрости тренерского мастерства? Этого, к сожалению, нет, как нет и студенческой практики, проводимой у ведущих специалистов по детской работе, так и у тренеров, работающих со взрослыми атлетами. А какой бы опыт приобрели студенты, какие неоценимые знания получили бы они за время такой практики.

На мой взгляд, в тренеры — стажеры (а это звание следует узаконить) надо бы направлять прежде всего членов сборной команды СССР, оканчивающие свои выступления и оканчивающих институт физкультуры. Опыт большого спортсмена и знания, полученные у своего тренера, помноженные на опыт и знания ведущего специалиста за короткий срок, сформировало бы высококлассного работника. Та практика, которая существовала в недавние времена, а речь идет о том, что только что закончившего выступать спортсмена ставили во главе сборной команды СССР., мягко говоря, не оправдала себя. А в некоторых случаях привела к тому, что люди вообще бросили тренерское дело и ушли из спорта. В институте учебная практика студента дает ему только минимальное представление о профессии. А вот тренер, хотелось бы подчеркнуть особо, его личный тренер — это до сих пор не имеющая цены академия профессиональной подготовки молодого специалиста.

Ведь таких примеров масса. В данном случае мне хочется привести пример педагога, профессора кафедры легкой атлетики ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, заслуженного тренера СССР Е.М.Лутковского. Он кстати является одним из первых учеников В.И.Алексеева. В нем удивительно слилось воедино огромное влияние его первого учителя и та школа, которую он прошел за время учебы в институте и аспирантуре.

Учась в институте и работая преподавателем на кафедре легкой атлетики, как тренер, он воспитал большую плеяду отличных спортсменов. Многие годы он был старшим тренером сборной команды СССР. Наряду с большим количеством подготовленных мастеров спорта им воспитаны, как бы в третьем поколении влияния В.И.Алексеева, но в интерпретации Е.М.Лутковского отличные тренеры — педагоги. Среди них заслуженные тренеры России профессор О.В.Колодий, доцент В.П.Кузнецов, В.Алешин, А.Якунин, В.Войкин тренеры Л.Алова, И.Захаров, В.Захарова и многие другие.

Кстати сказать, если продолжить эту ветвь дерева гиганта В.И.Алексеева, то это и заслуженные тренеры СССР Г.Лукиянов, В.Розенфельд, Ю.Федоров, заслуженные тренеры России А.Горшков, Г.Узлов, А.Норман, З.Матвеева, Н.Чижова, А.Михайлов, Т.Данилова и многие другие.

Продолжая тему преемственности, прохождения академии личного тренера можно отметить и таких выдающихся специалистов как Л.Г.Сулиев его ученики Л.Анокина, В.Кузнецов, И.Шустер замечательные тренеры. Ученица Л.Анокиной Л.Поповская тренер сборной команды страны, а ученик И.Шустера Н.Занцинский с успехом продолжает готовить первоклассных шестовиков.

Г.И.Никифоров мог бы гордиться своим учениками В.Никифоровой. И.Пожидаевым и Н.Малышевым, который в свою очередь гордится успехами В.Морозова.

У Д.П.Ионова — ученики Е.Лосин и К.Тронова, а ученик последнего А.Баталов. И таких примеров не перечесть. Не просто и не скоро формируется тренер. Это профессия, где нужно ежедневно, ежечасно отдавать себя работе, своему делу. Причем бережное отношение к людям,

с которыми ты работаешь, - непреложный закон любого педагога, а тренера и подавно. Здоровье занимающего должно находиться под неусыпным педагогическим и медицинским контролем.

Кроме того, тренер должен быть душевным человеком, умеющим понять другого, войти в его положение. Без сердечности нет тренера.

Разными путями приходят люди к мысли стать тренером. Они делают выбор раз и навсегда, другие идут путем сомнений и мук, третьи думают, что это очень легкая профессия: «Подумаешь, пришел на два-три часа, сделал несколько замечаний и урок окончен», так примерно размышляет несведущий, тем более, что о нашей профессии мало написано, а если показывают в кино, то обязательно, как отрицательного героя.

Вспомните, если кинокартине о школе нужно показать недоумка, то как правило, показывают учителя физкультуры. Мне думается, что такому режиссеру не повезло: у него не было хорошего педагога по физическому воспитанию, или он был всегда освобожден от физкультуры, а фантазии на другой пример не хватило. Физика выставить дураком не возможно, обидно за всю физику, химика не солидно, историка ещё чего! Давай физкультурника он стерпит. Сила есть ума не надо! У моего доброго приятеля есть сын, ему четыре года. Когда спросили, кем работает твой папа, он ответит «засекальщиком». Он знал, что отец стоит на стадионе и то и дело засекает время пробега спортсменом какого-либо отрезка дистанции.

Так у некоторых складывается представление о нашей профессии как о том, что весь труд - то и состоит из «засекания». Вполне вероятно, и то, что не все представляют, что предстоит делать всю жизнь, хотя и приходят учиться «на тренера». Хотелось бы подчеркнуть ещё раз, что разными путями приходят к мысли стать тренером. Мне думается, что во многом виноваты те люди с которого тебе хотелось взять пример, быть таким же как он. И не редко таким человеком становится тренер, человек с которым ты встречаешься почти каждый день, совет которого ты стараешься выполнить, как боевой приказ. Человек который отдает тебе всю душу, переживает вместе с тобой твою неудачу, находит добрые слова умеет приободрить.

И конечно радуется, как ребенок твоему успеху, не забывая при этом приподнять тебя, похвалить, поставить в пример, да мало ли есть форм поощрения, добрых слов похвалы, после которых хочется взлететь и не опуститься на землю. А он на следующий день снова подойдет к тебе и начнет делать замечания, как будто и не было вчерашнего успеха, оказывается это только начало, эпизод в твоей жизни, а главный труд, именно труд впереди. Мне запомнился на всю жизнь мой первый день в детской спортивной школе, встреча с человеком, который вошел в мою жизнь навсегда. Он стоял на веранде школы, очень спортивного вида, подтянутый, хорошо сложенный, молодой. Волосы у него были с рыжинкой были очень хорошо подстрижены. Он излучал какую-то силу, уверенность в себе и это сразу же действовать на тебя, тут же хотелось ему подражать, быть таким как он.

Мой первый тренер Иван Иванович Кирьянов прошел через моё отрочество, как наставник, друг и учитель. Уже после войны мы встречались с ним не раз и в каждую встречу у него находились слова приветия, какой неподдельной заинтересованности в твоей участи.

Он мне говорил не раз «Боря, нужно учиться, обязательно учиться!» А было трудно переключиться, после войны, госпиталей, определенной солдатской вольницы на дисциплину и учебу. Однако настойчивые его советы не прошли даром. Я начал думать об учебе. Но ни разу не вставал вопрос кем я буду? По — видимому этот вопрос, кем я буду был для меня подспудно решен. Несмотря на многие лестные предложения об учебе я уже твердо решил, что поеду учиться в институт физкультуры. И очень многие ведущие тренеры рассказывали мне, что их путь определило влияние первого тренера. Так что яне был исключением.

ЕДИН ВО МНОГИХ ЛИЦАХ

Так, кто же ты, наконец, тренер? Что в твоей профессии главное, а что второстепенное? Ответ прост: все главное. Второстепенного нет! Тренер — это, в первую очередь, педагог. Это специалист, работающий с молодыми людьми, готовящий их к проявлению наивысших человеческих возможностей, к рекордам. И эта работа в экстремальных условиях требует от него огромного объема специальных знаний, без которых невозможно обеспечить подготовку во всем её многообразии.

Раскрытие человеческих возможностей, умение найти изюминку в тренировочном процессе, сохраняя при этом все основные принципы дидактики — это и есть творческое мастерство.

Итак, необходимость знаний во многих отраслях науки и практики не вызывает сомнений. Полученные же в институте основы знаний в области психологии, физиологии, биомеханики, спортивной медицины несомненно потребуют дальнейшего повседневного совершенствования. Ибо быть в курсе развития этих наук, умение пользоваться определенными критериями, данными этих отраслей — это и есть требование времени.

Но бытует еще далеко неправильное представление о тренере, как о человеке, приходящим на, так называемый, урок — тренировку, ведущем занятие, что-то показывающем, что-то рассказывающем, засекающем время секундомером, отмеряющем рулеткой результат, дающим советы... Все это есть в профессии тренера. Но это — только внешняя ее сторона. На самом же деле тренер — это один человек во многих лицах.

И прежде всего он — психолог.

Обращение с учениками, умение принять участие в их жизни за пределами стадиона, в решении их проблем, связанных с учебой, работой, в общении с друзьями и даже с любимыми людьми — это тоже каждодневная работа тренера, которая не никаким табелем. Не маловажную роль играет и психологическая совместимость в тренировочной группе, ведь взаимоотношения между спортсменами — соперниками, пожалуй, самая сложная жизненная ситуация.

Как правило, способные ученики — люди неординарные и с далеко нелегкими характерами. Столкновение этих сложных личностей вызывает порой «шторм» эмоций, как правило, наносящий непоправимый урон нашему общему делу. И в этой связи хотелось бы коснуться сложностей работы с женской группой, где совсем не редкость, при столкновении характеров, заявления такого рода: «Или я, или она!»

Каким же психологом нужно быть тренеру, чтобы суметь погасить этот пожар страстей, эти эмоциональные всплески и навести мир и рабочую обстановку в своем маленьком государстве. Большим дипломатом нужно быть, чтобы в тренировочной группе раздать внимание всем поровну. Именно поровну, а не по принципу «больше — сильнейшим», хотя по логике вещей казалось бы именно так и нужно поступать.

Одна моя ученица, кстати девочка довольно средних способностей, с большой обидой заявила, что я уделяю ей мало внимания. В принципе это так и было. Но дело заключалось в том, что в данном случае это кажущееся невнимание было одним из моих педагогических приемов. В работе с этой спортсменкой мне стало ясно, что дальше двигаться с ней можно будет только в том случае, если она сумеет поднять силовой потенциал. Ей была дана специальная индивидуальная программа силовой подготовки. Но она всячески избегала этой сложной, не всегда приятной работы, аргументируя свое нежелание тем, что силовая работа портит фигуру, что вообще ей силовая работа, а в частности, штанга вредна...

Вот тогда я и создал иллюзию недостатка внимания. Это вызвало ее обиду и, как следствие, обращение ко мне. Тут-то я и смог начать с ней разговор, которого раньше она попросту избегала. Большая разъяснительная работа, множество приведенных жизненных примеров помогли нам в беседе снять этот конфликт и мир был заключен. В практике большого спорта, где казалось бы всем все ясно, кто, чем и когда занимается и что нужно делать для достижения

высоких результатов, все таки иногда появляются и такие проблемы, о которых я только что рассказал.

Существует мнение, что тренер — это всегда пример для своих учеников. Это так. Но все же чаще всего примером для спортсмена является его товарищ, как правило старший, по группе. И поэтому многое зависит от контактности учеников. При этом большую роль играет наличие в группе высококвалифицированного спортсмена. Он нередко служит тренеру эталоном техники, таким наглядным пособием. И тренеру вовсе не обязательно подробно рассказывать или показывать какие-то упражнения. Гораздо убедительнее показать его на примере своего лучшего ученика, подчеркнув при этом все тонкости движения в целом или же его детали, отметив все, что следует перенять.

В моей группе такая приемственность в обучении существует уже лет тридцать. Расскажу лишь о последней «цепочке» технического совершенствования.

Когда шла подготовка олимпийской чемпионки Веры Комисовой, то вместе с ней прошла ее и юная тогда Елена Бисерова, которая затем стала одной из сильнейших барьеристок страны, чемпионкой СССР и финалисткой чемпионата мира в Хельсинки. Почти такой же путь, но уже вместе с Еленой Бисеровой прошла и Елена Знатдинова-Синютина. А сейчас Синютина является «наглядным пособием» для большой группы новых молодых барьеристок.

Прием это не новый. Он существует и в других видах спорта, но, пользуясь этим методом, следует сделать одно предостережение: передавая все лучшее, не передать бы вместе с лучшим и ошибки!

Несоизмеримо возрастает значение умения руководить своим учеником, умение воздействовать на его психику во время подготовки к ответственным стартам, да и на самих соревнованиях. А это дело тонкое и требует большого искусства. Есть тренеры, которые занимаются мелочной опекой, суеются, что-то пытаются подсказать, исправить технические погрешности, дают какие-то второстепенные советы... и совершенно забывают при этом, что до ученика в этой экстремальной ситуации подготовки к старту не доходит и пяти процентов сказанного.

Мы, тренеры, много говорим о воспитании самостоятельности учеников и в то же время очень часто грубо вторгаемся в эту самостоятельность, бесцеремонно разрушая все то, что создано нашими же руками. Еще раз хочется сказать, что руководить своими учениками на соревнованиях — дело тонкое, весьма деликатное и раздавать по этому вопросу советы несерьезно. Но в то же время я убежден, что главное для тренера — это быть для ученика крепкой опорой. Вовремя поддержать его, приободрить взглядом или каким-то едва уловимым жестом, сказать слово, понятное только вам двоим — это и значит стать для спортсмена гарантом успеха разработанной вами вместе стратегии и тактики спортивного сражения.

Резюмируя все вышесказанное, можно подвести итог:

- нужно научить ученика самостоятельности в полном понимании этого слова,
- быть с ним рядом даже отсутствуя,
- находясь рядом, в самый ответственный момент сделать так, чтобы твое волнение, твое нервное напряжение не передавалось ученику.

Нужно суметь сказать именно те слова, которые могут дойти до сознания в тот момент, и ни в коем случае не «перегнуть»! В общем, суметь настроить на бескомпромиссную борьбу, на победу в самых экстремальных условиях. Понимаю, что звучит это не слишком вразумительно. Но что делать? Проблема есть, а конкретных решений нет...

И все же попробую остановиться на некоторых типичных ситуациях.

Есть люди с такой нервной системой, что их необходимо «закрутить» так, чтобы спортсмен или спортсменка из просто парня или девчонки превратились в бойца, иногда в нахала, в маленькую «стервоу». Естественно на время! Как правило, эти люди свои лучшие результаты показывают на тренировках, которые проводят с самозабвением, или на тестировании. А как только дело доходит до состязаний, да ещё крупных, то тут вся их прыть пропадает, ими

овладевает страх, неуверенность, робость. И в этой ситуации нужно много сделать, много приложить усилий, чтобы вселить в них уверенность. Тут нужна такая эмоциональная встряска, которая вывела бы ученика из состояния апатии, испуга или даже безразличия в исходе состязания. Воспитание бойца дело трудное, но не всегда безнадежное. Вот я сказал дело не безнадежное, а сам подумал о том сколько раз я в своей практике мучился с в общем то то хорошими девочками, самозабвенно трудящимися на тренировочных занятиях, выполняющих все на хорошем уровне, а как наступала пора соревнований человека трудно было узнать. Полная растерянность, ответы невпопад. Ну в общем полный транс. И ни какие увещевания не помогают. Человек выходит на старт вроде бы делает все правильно, но ни живинки, ни соревновательного подъема все куда-то делось, провалилось. Закончены соревнования и на следующей тренировке она снова работоспособна, весела и общительна. Предсоревновательная подготовка забирала у неё столько сил, что на сами соревнования не остается ничего. И так каждый раз.

Между тем была у меня ещё одна ученица, которая достигла довольно высоких результатов, а затем рост приостановился, но я видел что она может бежать лучше. И что я не принимал результаты дальше не росли. На какие разговоры о том, что от результата зависит все ее будущее не привели к желаемой цели. Тогда на один престижный турнир я не поставил ее в команду. На ее место, в принципе завоеванное ей по праву поставил молодую барьеристку. А она была заявлена на личное первенство. Это ее так задело, что она пробежала барьерную дистанцию с лучшим для себя временем, естественно выиграв у своей молодой конкурентки, а за одно и соревнования. И после этой встряски человека как подменили, хотя какое то время ходил я самым плохим человеком, который нанес большую психологическую травму. Это она так считала. А я считал что эта психологическая встряска привела её в новое. Доселе ей неизведанное качество.

Как правило, атлет общается с тренером каждый день, да не по одному разу и времени для спокойного воздействия на его психику предостаточно. И все же психологическая совместимость тренера и ученика это проблема, которая все время витает в воздухе. Представьте себе ежедневные встречи, да не по одному разу в день, какие-то неизбежно повторяющиеся разговоры, указания, требования, советы, наставления... И все это дни, месяцы, годы. Ситуация тривиальная. Тренер говорит ученику во время очередной встречи: «Я тебя прошу, не пей холодной воды» (у ученика не совсем хорошо с горлом). Когда это сказано раз или два, то в этом ничего страшного нет, а если эти напоминания уже вошли в привычку, да и делаются при посторонних, то сами понимаете, какая может быть реакция на очередное напоминание!

Как видите, обстановка довольно сложная и в психологическом отношении взрывоопасная. Думаю, что нет нужды говорить о том, что лидером в этих взаимоотношениях должен быть тренер. Умение сгладить острые углы, искать компромиссные решения, решать за себя и за ученика, дело не простое. Бывают такие ситуации, что заранее их предвидеть (я уж не говорю о том, чтобы их моделировать) просто невозможно.

Как-то однажды я не совсем удачно пошутил над новой прической моей ученицы. Эта шутка была воспринята, как непонимание новой моды и вообще, как личное оскорбление! Я сначала не понял, почему такая бурная реакция. Естественно, что тренировка была почти сорвана. Все выяснилось спустя некоторое время: оказалось, что до встречи со мной над прической уже пошутили товарищи по команде. Моя же шутка уже переполнила чашу терпения.

Но в тоже же время бывают случаи, когда нужно принципиально и может быть категорично настаивать на своем, отстаивать свою точку зрения. У девочек часто случается, что они не хотят делать то или иное упражнение, заявляя при этом, что оно им не нужно. Хотя упражнение это очень важное, являющееся как бы ключом к новому пониманию техники, но правда, не очень может быть эстетичное. И это вызывает довольно бурную реакцию. После довольно длительных раздумий мне стало ясно, что это упражнение не воспринимается только по тому,

что при исполнении его она плохо выглядит! Пришлось все-таки настоять на выполнении, но только в другой обстановке.

У тренера, как правило, за долгую творческую жизнь сменяется несколько поколений учеников, ему приходится много раз начинать сначала. Каждый раз он становится вновь молодым и вместе со своими учениками совершенствуется, растет и порой не замечает, как приходит пора расставания, грустная, печальная, но увы, неизбежная.

Все эти жизненные заходы или круговороты — суть тренерской профессии. Опыта, так же как и седых волос, становится больше, но никакой опыт, никакая прожитая жизненная ситуация не гарантирует тебе спокойной жизни со следующим учеником!

Кроме того, что тренеру приходится управлять учениками, их состоянием, их эмоциями и действиями, ему самому необходимо обладать повышенной психологической устойчивостью, которая помогла бы ему успешно выполнять свои обязанности, эффективно использовать свои знания и опыт, памятуя о том, что только в этом случае он сможет воспитать в ученике самоконтроль и самообладание в любых ситуациях. Ибо соревнования для спортсмена это подведение итога работы на каком-либо этапе, проверка и оценка правильности подготовки, целесообразности затраченных усилий.

Я не случайно рассмотрел, в первую очередь, вопросы общения между людьми, общение между тренером и учеником. Эта сторона имеет огромное значение.

В комплексе же всех воздействий на организм спортсмена особое место занимает функциональная подготовка. Причем, наиболее ответственный период — это начальная подготовка. И от того, как проведешь его, как обучишь новичка элементарным упражнениям, как поднимешь его силовой потенциал, да и вообще от того, как привьешь ему интерес к этой нелегкой легкой атлетике — такова будет и будущая отдача.

(Текущая страница пронумерована как 24 -я, следующая в рукописи 34 -я).

Постепенно наращивая объем работы, из года в год повышая интенсивность выполнения физических упражнений, мы готовим своего ученика к выходу в большой спорт. Большой спорт, спорт высших достижений — дело архитрудное, требующее огромной самоотдачи. Спорт вообще удел молодого человека. В этом возрасте много увлечений, много вокруг интересного и все хочется, очень хочется попробовать. Попробовать себя в различных сферах деятельности. И все это многообразие увлечений происходит именно в тот период, когда нужно кончить школу, приобрести профессию и как молодому специалисту определиться с работой, дальнейшим совершенствованием в избранной сфере деятельности, т. е. В своей специальности.

Все это я пишу не потому, что кто-то не знает эти проблемы молодости, по-видимому сами на себе испытали муки начала трудовой деятельности, а потому, что все это происходит в тот момент, когда самая пора заниматься спортом, который требует тебя тоже всего целиком без остатка. Проблема совмещения извечна и нет рецептов, которые можно было бы дать для всех. Она решается в каждом отдельном случае и по разному.

Спортивное совершенствование процесс сложный и многогранный. Элементарные знания в области физиологии и биохимии являются непреложным помощником тренера в его работе. Конечно в бригаде научного обеспечения тренировочного процесса все чаще и чаще фигурируют физиолог и биохимик, проводящие лабораторные исследования и представляющие экспресс-информацию тренеру. Но чтобы использовать эту информацию, сделать оценку состояния спортсмена, внести корректировку в тренировочные планы, нужно самому досконально разобраться в полученном материале.

При тех, очень больших современных нагрузках случаются, что греха таить, и непредвиденные вещи. Есть много упражнений, исполнение которых происходит на грани «фола»,

и естественно случаются травмы. От спортивного травматизма не застрахован никто. Правда, сейчас уже во многих командах есть врачи, помогающие в полном смысле этого слова, готовить спортсмена для достижения высоких результатов. Однако тренер обязан знать все «болевые точки» тренировочного процесса, все рискованные упражнения и пытаться предусмотреть возможность получения травмы, найти методические приемы, позволяющие ее избежать. Случается так, что травма происходит в тот момент, когда атлет, как правило, делает не то, что положено по программе, а в момент какой-нибудь дружеской потасовки или шалости. Много травматизма происходит в играх: баскетболе, гандболе, футболе, когда играют легкоатлеты, как правило, без всяких правил! Здесь редкая игра обходится без столкновения, ушибов и легких травм.

Что делать, травма получена. Первая помощь оказана. Определено лечение и хирург (обычно, несвязанный со спортивной травматологией) назначает полный или частичный покой. В процессе напряженных тренировок такая пауза — лишком большая роскошь. И снова на первый план выходит тренер, но уже в роли методиста лечебной физкультуры. Большое количество щадящих упражнений, тренировка нетравмированных групп мышц, небольшие нагрузки на травмированную мышцу или сустав, идеомоторная тренировка — вот далеко не полный арсенал упражнений, применяемых в процессе восстановления. Чаще всего травмы бывают у тех спортсменов, который с прохладцей относятся к восстановительным процедурам. И опять тренер выступает в роли человека, напоминающего о том, что нужно сходить в баню, на физиотерапевтические процедуры, сделать ванну, пойти на массаж. И опять тренер — мать, отец, наставник, врач, массажист!...

При современных скоростях исполнения физических упражнений, при технической их сложности провести детальный анализ движения — дело очень не простое. Верным помощником в этом является кино- и видеосъемка. Нужно не только снять, но еще и правильно снять, с той точки и в том ракурсе, который позволил бы более тщательно разобраться в движении в целом или в его деталях. И надо сказать, что хороших киноспециалистов в нашей легкой атлетике очень мало. Исключением, видимо, является красnodарец Валерий Иванович Папанов. Какой бы журнал «Легкая атлетика» вы не взяли, там обязательно есть снятая им кинопленка выдающегося атлета с профессиональными комментариями, позволяющими детально разобраться в технике движения, в особенностях его индивидуальности и других частностях. Папанов — сам тренер по легкой атлетике, поэтому он так профессионально и отображает в своих киноработах суть движений атлета.

Но мало того, он заразил этой страстью и своего сына, который с успехом может его заменить в этом трудном и не всегда благодарном деле. Ведь известно, каких трудов стоит В.Папанову «выбить» себе возможность выезда на какой-нибудь серьезный турнир. Приходится преодолевать большое число рогаток, делать нужные и ненужные «реверансы» для того, чтобы обогатить нашу легкую атлетику полезнейшей информацией о сильнейших мира сего.

Так вот, получая такую информацию, тренер обязан уметь анализировать, увидеть движение как бы изнутри. Вот для чего нужны знания основ биомеханики — науки о закономерностях человеческих движений вообще и спортивных, в частности. Сейчас существует большое количество современных методик анализа киноматериалов, получения интересующих тебя данных. Существует ещё один наглядный метод получения нужной информации. Это видеосъемка. Надежная экспресс — информация, помогающая спортсмену немедленно увидеть то, что он сделал на самом тренировочном занятии, прослушать тут же комментарий тренера, посмотреть вс, что снято, многократно. Можно увидеть детали движения, проанализировать соответствие упражнений технике основного упражнения. Для тонкого анализа можно воспользоваться стопкадром.

Тренер-биомеханик имеет возможность после детального анализа полученных данных определить направление в технике движения. Если к тому же он владеет системой элементар-

ного обсчета кинограмм, то может провести сравнительный анализ не только техники, но и просчитать временные характеристики своего ученика, с одной стороны, и большого мастера, с другой. Совместный анализ кино- и видео- материалов очень благотворно влияет на познания ученика, если к тому же он в дальнейшем изберет профессию тренера.

Мы постарались не очень детально, но все же, на наш взгляд, популярно показать все то многообразие далеко не полной деятельности тренера, показать всю ширину познаний, которой должен обладать современный спортивный педагог-тренер, в дисциплинах только сопутствующих, помогающих его основной деятельности.

Объект работы тренера — молодые люди и казалось бы все этим сказано. Но вдумайтесь в эти слова. Молодой человек, человек, начинающий жизнь, как непрочитанную книгу, это чистый лист бумаги, на котором будут написаны жизненные события, бури и штормы, переживания, связанные получением все новой и новой информации. И если не говорить высокопарных слов о воспитании подрастающего человека, а проанализировать то влияние, которое на него оказывает окружающая среда, товарищи, педагоги в школе в школе или в ВУЗе, родители, то окажется, что далеко не последнее, если не первое (!), место в этой цепочке занимает тренер.

Вспоминая свое детство, занятия в ДСШ, мне отчетливо представляется тренерский коллектив, возившийся с нами, отдавший нам всё свое свободное время. Кроме тренировок, мы ходили в походы, но прежде зарабатывали посильной работой деньги себе на питание. Помещение ДСШ по сути было нашим клубом, куда мы приходили в любую свободную минутку. Общение друг с другом доставляло нам радость и как-то незаметно там всегда находился кто-то из старших. Он не вмешивался в наше общение, но влиял, направлял наши эмоции. Вот это ненавязчивое влияние много значимее, чем запретительные окрики, назидательные речи, нравоучительные высказывания, вроде «А вот в наше время...»

Молодость твоих подопечных накладывает незаметные отпечатки и на тебя самого — с ними ты вновь молод, можешь на равных, именно на равных, поговорить, поспорить, да и посоревноваться в каких-либо хитрых упражнениях. Все это очень хорошо воспринимается твоими учениками и авторитет твой нисколько не теряет своей весомости. Несомненно быть интересными для своих учеников — это не только то, что ты превосходно знаешь свое дело, что ты неплохой человек, можешь понять другого, дать совет, но и в том, что ты личность.

Нужно быть интересным человеком, хочется подчеркнуть, интересным. А это трудно, если ты на самом деле личность заурядная. Я конечно, понимаю, что ни одна посредственность никогда не признается, даже сама себе, что это так. Но не в этом дело. В советском спорте очень много спортивных педагогов-тренеров, очень интересных людей, превосходных специалистов, которые трудом показали неординарность своей личности.

Взять хотя бы хоккейного специалиста Анатолия Владимировича Тарасова. Мне он импонирует своей беспредельной преданностью делу, которому посвятил всю жизнь, не раз отстаивал свое мнение в самых экстремальных ситуациях. В его положении это было не совсем легко. Он сильная личность, в некотором роде бескомпромиссная. Отойдя от тренерской активной деятельности, он тут же стал президентом клуба «Золотая шайба», будоражит больших и малых функционеров, комсомольских работников. Около него всегда бурлит. Много пишет, выступает как обозреватель, и я уверен в том, что у него не упадет перо из руки до самых последних дней. И вот что интересно — все его мысли молоды, профессиональны и весьма актуальны.

В нашем футболе довольно много высококвалифицированных тренеров, но среди всех, на мой взгляд, выделяется Константин Иванович Бесков. Работая в одном клубе много лет, он вел дело таким образом, что какие бы смены состава не происходили Бесков непременно выискивал в командах первой и второй лиг «своих» спартаковцев по духу, стилю и возможностям. А ведь совсем не просто увидеть в молодом человеке мастера, способного играть в одной из лучших команд страны. Дар предвидения оправдывает себя. Посмотрите, за послед-

нее время сколько талантливых спортсменов появилась в спартаковской команде. Ну, об этом очень много пишут наши газеты, особенно «Советский спорт», который можно вполне переименовать в «Советский футбол»... Пока писались эти строки и я много раз в мыслях возвращался к личности Бескова пришло время для меня сенсационное известие, что он уволен из команды. Как все это произошло? Что случилось? Неужели разум помутился у руководителей футбола и профсоюзов?

Дали возможность расправиться с не очень удобным в жизни человеком, но превосходным специалистом современного футбола. Требовательность К.И.Бескова, порой даже бескомпромиссность возведена в ранг каприза. Видимо человеку надоело работать по системе «давай, давай», он начал говорить об этом в полный голос и тут же последовало возмущение и, как следствие, отстранение от команды специалиста, который неоднократно доказал право иметь свою школу футбола, свое понимание этой популярной игры. Мы много и может быть справедливо говорим о киевских динамовцев и их тренере В.Лобановском, считая, что их футбол является современным. Кто, в свою очередь, может оспорить, что и К.И.Бесков понимает по-своему современный футбол и имеет свое, может быть альтернативное Лобановскому, мнение на многие вещи, связанные с этой игрой. Хорошо это или плохо? И вместо того, чтобы к Бескову (в связи с возрастом) приставить одного-двух молодых способных специалистов, которые из первых рук получили бы оригинальное видение футбола, методы и средства руководством командой, его убирают под благовидным предлогом «на пенсию». Такая сверхзабота о здоровье Бескова дурно пахнет. Нередко бывает и так, что за высокие профессиональные качества специалиста ценят во всем мире, а мы очень легко даем его в обиду, порой бесцеремонно отставляя от любимого дела, которому посвящена вся жизнь.

Но я немного отвлекся. В моей любимой легкой атлетике тоже очень много интересных специалистов, но об этом несколько позже.

Интересный человек — это тот, к кому тянутся люди. Он непременно поможет в беде, даст нужный совет и в то же время сделает это ненавязчиво с уважением к тебе. Он в курсе новинок в кино, и не только в курсе, но и имеет свое мнение о том, или ином фильме и умеет поспорить, не навязывая свою точку зрения. Тренер должен быть читающим человеком. Кроме тех новинок, за которыми следить обязывает профессия, он просто обязан читать периодику. В сегодняшних толстых и не очень толстых журналах столько печатается интересного, нового, что не читать их просто нельзя. Сейчас очень трудно или почти невозможно обойтись одной газетой, так как в каждой много нового, захватывающего. Обсуждение газетных материалов, телевизионных передач явится каплей влияния на умы своих учеников.

Я знаю одного очень хорошего специалиста, который куда бы он не приехал со своей группой находит свободное время для посещения краеведческого музея, выставки. Только за последние годы он со своими учениками был на выставке С.Рериха, в художественных галереях Сочи, Клайпеды, там же - в музее городской скульптуры, музее часов и морском музее. В каждый свой приезд в Кисловодск посещает Дом-музей великого передвижника Ярошенко. И это далеко не полный перечень тех «мероприятий», которые не предусмотрены ни какими планами политико-воспитательной работы. Появилась традиция посещения органичных концертов в тех местах, где есть концертные залы с этим изумительным инструментом. Эта традиция не родилась сразу, прививать любовь приходилось постепенно, исподволь. Сбор проходил в Адлере. Мы договорились о поездке в Пицунду, но одним условием поездки было посещение нового органного зала. Хочешь — не хочешь, пришлось послушать концерт. Понравилось, хотя и не всем. Затем еще концерт, потом еще и появилась любовь и маленькая традиция приобщения к чему-то очень чистому и хорошему. Посещение выставок художников, залов музеев, концертных залов, концертов заезжих гастролеров бывает намного доступнее во время поездок на сборы, так как дома много и других дел, кроме тренировок.

Но больше всего мне нравятся поучительные вечерние беседы за стаканом чая, которые длятся довольно долго. Темы этих разговоров могут быть разными, заранее не задуманными. Мы, например, говорим о технике барьерного бега, о возможностях тех, кто принимает участие в беседе, сравниваем их возможности с эталонами. Сравниваем функциональную подготовку, какими силами она достигнута теми или другими атлетами. Обсуждаем различные методические школы. Особенно плодотворными бывают беседы после просмотра очередной видеозаписи. Интерес, вызванный к тому, что ты увидел, услышанный комментарий специалиста и своих товарищей, на мой взгляд, имеет важное значение для осмысления своих технических возможностей.

Нельзя пройти и мимо отношения к моде. Быстро меняющаяся, за которой и молодому-то человеку трудно уследить, а пожилому с его массой дел и обязанностей и того труднее. Но современный человек должен дружить с этой капризной барышней, а особенно тот, кто работает с молодыми людьми.

В этой связи мне хочется сказать об одном из моих учителей о Петре Семеновиче Нижегородове, доценте кафедры легкой атлетики Ленинградского института физкультуры. Это очень своеобразный человек отличный специалист своего дела, превосходный тренер. Его ученики, а любители легкой атлетики со стажем знают их это Юрий Ильясков, Екатерина Парлюк, Виктор Липснис и много других. Выпускники его курсов с большой благодарностью вспоминают своего учителя. Среди них большое количество выдающихся специалистов.

Он очень уважаемый тренер уже в довольно почтенном возрасте на вопрос, как ему удастся быть всегда одетым по моде, ответил, что он работает с молодежью и ему не пристало отставать от моды, мало того, он просто обязан идти в ногу с новыми направлениями в ней. Конечно, все должно быть в меру. Правда, мы долгое время с чем-нибудь боролись: то нам не нравились узкие и короткие брюки, то широкие, то мы презирали женщину в брюках, то нам не нравились прически с длинными волосами, то с короткими. Пожалуй, всего и не припомнишь. Мода, мода, ты капризна и изменчива, и интересна, но все, как я понимаю, должно быть в меру. Не слишком длинно и не слишком коротко, не слишком много и не слишком мало. Чувство меры всегда и во всем отличало человека со вкусом.

Хороший тренер должен обладать некоторыми артистическими данными, если хотите, способностями и при этом быть режиссером своих постановок — тренировок. Представьте себе, что изо дня в день вы с учениками будете делать одно и то же, монотонно, нудно и скучно. От всего этого можно сбежать куда глаза глядят! А когда на тренировке интересно, когда присутствует что-то новое и тренер как-то по-другому, чем вчера выглядит — настроение повышается, а с ним и работоспособность.

Каждый из нас, участь в институте, выделяя своих любимых лекторов, спешил к ним на лекции, боялся, но дай бог, пропустить занятие. Но были и такие, на лекции которых «загонял», в полном смысле этого слова, только деках. Такой преподаватель видимо всю свою жизнь занимался не своим делом, а у администрации не было сил, а может быть и желания сказать ему об этом. Вот так он мучается сам и мучает других.

Настоящий тренер, на мой взгляд, должен обладать какой-то «изюминкой», которая привлекала бы к нему людей. И не последнюю роль здесь играют и артистические данные. Владение голосом: то командным, то спокойным, то ласковым, то требовательным — непреложная часть педагогического мастерства. Все модуляции голоса должны быть убедительными. На тренировочном занятии очень часто, именно голосом, его интонацией можно «показать» акцент исполнения того или иного движения или его части. Подсказать какой-либо громкой командой, что именно в эту секунду нужно сделать.

(1. Здесь и далее имеются пропуски страниц. В данном случае, видимо, отсутствует одна или две страницы.)

(2. Гораздо позднее была обнаружена отдельная (непронумерованная) страница, на мой взгляд являющая продолжением данного повествования.)

Мне довелось наблюдать одну тренировку в барьерном беге, когда тренер все время подавал, короткие команды во время бега. Вначале мне показалось, что это ни к чему, а присмотревшись я увидел большую целесообразность этой команды. После окончания тренировочного занятия мы разговорились и я задал ему вопрос. Мне было интересно, что же это значит и для чего подается эта короткая как хлопок бича команда. Он объяснил мне, что это методический прием, которым он пользуется для того чтобы показать занимающемуся акцентированную постановку ноги на отталкивание при атаке барьера.

Потом я часто встречался в своей практике с тренерами, которые пользуются этим приемом. Мне этот прием понравился и я взял его на вооружение, и до сих пор пользуюсь им. Если ученик не сразу понимает как нужно сделать то или иное движение, хотя по форме он его делает достаточно правильно, то вот эта короткая хлесткая команда помогает ему понять суть движения и сделает правильно по скорости, по акценту. Эти команды есть суть ритмической характеристики, не движения в целом, а отдельного элемента в целостном движении.

Мне приходилось наблюдать работу, можно сказать, неплохих, знающих специалистов, но настолько нудных, что от них хотелось бежать даже после недолгого общения. Правда, встречаются среди тренеров и такие «рубахи-парни», общение с которыми тоже не доставляет особого удовольствия. Пустые разговоры, подначки, которые не настраивают на работу, а просто дезориентируют.

Умение быть выдержанным, общительным, интересным — обязательный закон педагога вообще, и тренера в частности.

Много в жизни ситуаций, когда взаимоотношения педагога и ученика претерпевают различные изменения, связанные с поведением в быту и на работе. Постоянный контроль за учебой, время препровождением вне зоны внимания тренера, соблюдение режима сна и питания, это тоже прямая обязанность спортивного педагога.

Вот, кажется, мы и подошли к еще одному очень важному аспекту взаимоотношений между учеником и тренером — столкновение характеров, индивидуальностей. Тому примеров можно привести огромное количество. Да просят меня мои коллеги, если этим напоминанием кого-либо обидел. Очень сложными были всегда взаимоотношения у олимпийской чемпионки дискболки Фаины Мельник с её тренерами. Я не оговорился, именно тренерами, так как со всеми она находила болевые точки несовместимости. И вряд ли можно назвать атлета из сборной команды страны, с кем бы она была дружна и не вела себя вызывающе-высокомерно. Вот таким сложным человеком была Фаина. И сейчас она как тренер, думаю, что не всегда может ладить со своими учениками.

Или взять хотя бы, на мой взгляд, одного из талантливых наших барьеристов Андрея Прокофьева. Этот спортсмен, мне думается, и на тридцать процентов себя не реализовал. Но это мое мнение, а он считал, что добился всего. И опять дело в его отношении к тренировочной работе, отношении к наставникам, никак не соответствующем их отношению к нему. Они делали героические попытки настаивать его на путь истинный. Но, к сожалению, и прежде всего Андрея, им этого так и не удалось сделать. Он был очень сложной личностью. По натуре своей он лидер. Так это в общем и было. Вокруг него всегда были ребята. Когда были успехи в спорте, а они были и не плохие, то сам бог велел молодым быть около лидера. К сожалению, не всегда их объединяла просто душевная беседа. Все чаще и чаще для того чтобы быть интересным в беседе Андрей прикладывался к бутылке. Каких только мер по отношению к этому самородку не принимала администрация сборной команды, там видимо был полный набор тех приемов на которые способна педагогика. Если составить перечень, то получится

увесистый труд. Его много раз исключали из сборной страны, но каждый раз, когда касалось его самолюбия, он находил в себе силы возвращаться в команду, и когда цель была достигнута и он уже, по его понятиям восстановил «статус кво» все начиналось по старому до следующего громкого разноса, до следующего отлучения. Вот так конфликтуя с начальством, которое по истине хотело ему добра, как человеку и естественно хотело сохранить талантливого спортсмена для сборной страны. Чего греха таить на подготовку Андрея затрачено было достаточно много денег и духовных сил его наставников и по этому, а это одна из причин возвращения его в сборную, он периодически покидая сборную команду, вновь в нее возвращался. Возвращался он совершенно искренне верил в то, что все будет хорошо. Многие понимали, что хорошо уже не будет и все-таки магическое влияние его таланта заставляло теплиться надежде в сердцах его строгих наставников.

И чем дальше тем сложнее. Постепенно он превратился в обыкновенного зачетника армейской команды уральского округа. Закончил юридический институт. Но в друзьях он становился все менее разборчив. Я думаю что не стоит сейчас разбирать кто прав, кто виноват в том что Андрея Прокофьева нет в живых. Счеты с жизнью он свел сам, видимо уверовав в безысходность своего положения. Очень жаль талантливейшего человека таки не сумевшего справиться с собой и ушедшем из жизни в расцвете сил.

В большом спорте этот случай не единичен и вряд ли стоит перечислять всех кто не сумел преодолеть этот недуг и кончил свою спортивную жизнь печально. На задуматься над проблемой, продолжить искать пути решения ее думаю в этом задача всех спортивных и функционеров.

(Продолжение обнаруживается через две страницы (стр.53), публикую по смыслу, как в рукописи.)

И чем ярче индивидуальности ученика и тренера, тем сложнее отношения. По-разному чувствуют себя тренер победителя и тренер проигравшего. Тренер победителя всегда чувствует большую удовлетворенность, правда, знают об этом он сам да может быть ближайшие друзья и коллеги. Но истинным триумфатором является ученик. А тренер остается в тени, в лучшем случае при награждении ученика назовут его фамилию. Тренер знает об этом и не сетует на свою судьбу.

Но вот другая ситуация, более сложная, когда ученик должен был выиграть, но проиграл. Должен был показать высокий результат, но не показал. Тут может посыпаться град упреков. Ставится под сомнение вся стратегия подготовки: и не те упражнения мы применяли, и не так их делали, и многое, многое другое. Но вот в чем загвоздка. Как правило, из всех объективных оценок почему-то выпадает много деталей, связанных с отношением к делу самого ученика. И при анализе ситуации становится очевидным, что уважаемый ученик создал себе в тренировках наиболее щадящий режим. Вот та недоработка, видимо, в конечном итоге собранная по крупицам, сказала в самый ответственный момент в самых ответственных соревнованиях. Сколько раз в моей практике случалось, так, что пренебрежительное отношение к себе, к своему здоровью становилось причиной провала, причиной плохого выступления в самый, самый нужный момент.

В 1984 году мы готовились к Олимпийским играм. По моим прогнозам и по всем объективным показателям моя ученица, назовем ее Лена, должна была показать очень высокие результаты. Но случилось так, что на самый ответственный старт она явилась после бессонной ночи с огромным флюсом. Что можно было ожидать в таком случае. Конечно, провал. Он и случился. Я привел этот простой, казалось бы, пример для того, чтобы показать, что мелочей в нашем деле не бывает. В данном случае, да и вообще, разумный подход к решению всех сложных ситуаций приводит к ещё более тесному сотрудничеству. Не дать разгореться

эмоциям, не допустить взаимных упреков, дело не простое. Серьезное обсуждение обстановки следует перенести на другое, более позднее время, когда утихнут страсти. Такая «разборка» поможет найти истину и детально проанализировать сложившуюся ситуацию. Все непросто, порой обидно, что столько затрачено времени, сил и все впустую, как кажется на первый взгляд. Но не даром все-таки существует старая русская пословица, что «За одного битого двух небитых дают». Опыт приходит постепенно и в своей деятельности тренер попадает многократно в такие передраги.

И казалось бы ты уже все это прошел, но с новым учеником сложная ситуация непременно повторится и, может быть, не один раз. В своих беседах с учениками следует «проигрывать» эту сложную ситуацию, заранее предупреждая с профилактической точки зрения стрессовые бури. Путь к результатам усеян терниями, он долог и не удобен, он чреват взлетами и падениями, но непременно светлый день побед и успехов придет, если ты будешь трудиться, как нужно. «Терпение и труд все перетрут». Выступая во многих ипостасях, тренер бывает ласков и терпим к маленьким недоразумениям. Старается всегда дать нужный совет и в то же время этот совет должен звучать, как то, что нужно сделать неукоснительно. Случается так, что твои советы игнорируются. Вот тогда следует быть твердым, настойчивым и умеющим потребовать выполнения твоих распоряжений. А иногда требуется и элементарный диктант во благо самого же спортсмена.

В начале нашего разговора, говоря о том, кто ты, тренер, я затронул важный аспект взаимоотношений между педагогом и учениками. Если к тренеру идут со своей болью, делятся с ним тем, чем не делятся даже с матерью, то он — настоящий и верный друг и твои советы не надо проверять, они надежны. Заслужить у учеников авторитет не только на спортивном ядре, а и в жизни, не каждому дано. Одного терпят за то, что он очень хороший специалист, другого — за то, что он пробивной человек, третьего за то, что он и то, и другое. Уважением же пользуется только тот, кто хороший специалист и может быть другом. Мне очень понравились слова великого шахматиста нашего времени А.Карпова: «Тренер должен быть прежде всего другом».

Тренер, как педагог, имеет, в основном, два рычага управления. Первый рычаг — это его знания, вкладываемые в ученика. Второй — это, если он личность, его воздействие на формирование молодого человека.

Очень много есть в жизни примеров, когда тренер, вроде бы очень хорошо начинающий трудиться с довольно заметными успехами, затем пропадает или на время, или навсегда. Где-то очень давно я слышал изречение: «Босьяк не может быть классным специалистом». Думаю, что это правильно! Хороший тренер должен быть личностью!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.