

# ТРЕНИРОВКИ ВМЕСТО ПОДГОТОВКИ

Первенство мира среди юниоров, Австралия, Дуббо, июль



Ольга Минаева,

Московская область.

Мастер спорта СССР, призер чемпионата СССР, член сборной СССР, тренер-администратор юниорской сборной команды России с 1996 по 2006 год

10 лет мне посчастливилось выезжать с нашей юниорской сборной командой на первенства мира (ПМ), причем не только выезжать, но и завоевывать юниорской командой медали всех достоинств. Поэтому я имею свои убеждения по поводу способов и методов подготовки к столь сложному международному соревнованию.

В этом году, впервые за всю историю мирового ориентирования, соревнования юниоров прошли на Австралийском континенте, где у российских юниоров были все шансы выступить успешно, так как в России, на Дальнем Востоке, есть все условия для акклиматизации и специальной подготовки спортсменов, чего нет у всех других ведущих стран ориентирования. Не зря же на Олимпиадах, которые прошли в Австралии и Японии, российские спортсмены всегда выступали очень успешно, да и в 2005 году в Японии, на чемпионате мира, благодаря ювелирной работе тренеров сборной (И.Гуриев, В.Дьячков), Россия впервые завоевала золотую медаль в спортивном ориентировании бегом (А.Храмов). Другими словами - все условия, возможности и шансы были, но чуда не произошло. А почему не произошло, мы и будем пытаться разобраться в этой статье.

А начиналось всё очень даже очень неплохо. Сначала российская команда первая, почти за год, забронировала нужное размещение в Дуббо. Потом старший тренер сборной команды О.Л. Глаголева, опять же за год, слетала во Владивосток, где вместе с А.Лебедевым были выбраны место сбора и карты для подготовки сборной команды. Далее в календарь ФСО России были внесены сборы и контрольные

соревнования во Владивостоке. Всё шло по накатанной системе, которая не раз приводила юниорскую сборную к успеху. Но не тут-то было, далее вмешалось руководство федерации, которое для начала лишило финансирования весенний сбор юниоров в Кисловодске, практически сорвав его проведение. Старший тренер Глаголева О.Л. вместе со сборной командой пережили эту неприятность, проведя сбор в Кисловодске самостоятельно, за свой счёт. Но на этом руководство Федерации не успокоилось и в апреле отстранило Глаголеву О.Л. от руководства сборной командой, назначив новую тренерскую бригаду. И уже далее были изменены сроки подготовки сборной команды и место проведения сбора, отменены соревнования во Владивостоке. Исходя из всего вышесказанного, хочу ещё раз акцентировать внимание на том, что в этом году подготовка юниорских и юношеских команд была практически сорвана, так как ответственные за детско-юношеский спорт в президиуме ФСО России так и не смогли вовремя определиться с тренерскими бригадами, выезжающими на первенство Европы и первенство мира. В итоге в этом году только в конце апреля(!!!) были назначены абсолютно новые тренеры, некоторые из них, на мой взгляд, до сих пор не совсем понимают для чего нужен сбор перед такими ответственными соревнованиями. Кроме того, по моему мнению, и в юношеской, и юниорской сборной хотя бы один тренер должен быть женщиной.

Лично у меня нет вопросов к новой тренерской бригаде по результатам выступления сборной команды, в сложившейся ситуации они мало что могли сделать, да и времени на это у них уже практически не было. Но при этом в подготовке сборной команды были допущены грубейшие тренерские ошибки, которые обязательно нужно исключить в будущем, поэтому остановлюсь на этом подробнее. Мне кажется, что из-за большого сдвига по времени, длительных и тяжелых перелетов во Владивосток, а потом в Австралию, нужно было особенно внимательно относиться к каждому спортсмену, не требуя в обязательном порядке выполнения зарядки, вторых тренировок, прыжковых упражнений по камням, ведь у каждого спортсмена могут быть проблемы с акклиматизацией, усталость, и физическая, и моральная, небольшие травмы, да и просто простуды, проблемы с желудком от другой еды, воды и т.д.

Узнав, что на сборе во Владивостоке ребята не готовились к соревнованиям, а тренировались, мне сразу вспомнился сбор сборной команды Москвы в 1983 году под руководством Н.Н.Куницына, на кото-

ром всем, кроме Тани Романюк, у которой болело колено, приказывалось обязательно выходить на зарядки и вторые тренировки. В итоге на чемпионате СССР в Цесисе (Латвия) все, кроме Тани, «ползали», отдав все силы тренировкам на сборе в Кавголово. Похожая ситуация сложилась в этом году у юниоров, как я считаю, в полном смысле «замученных» К.Волковым. Главная задача тренеров сборной команды - помочь спортсмену реализовать свой потенциал, а не загубить годовую подготовку спортсмена и личного тренера. Я уверена, что непосредственно перед ответственным соревнованиями, лучше недобегать, чем перебегать, чтобы у спортсменов не пропали физические силы, желание бежать и ориентироваться, радость от соревнований. Высокий результат добывается не огромным числом нагрузок за две недели до соревнований, а умением грамотно, тонко и гармонично осуществить подводку каждого члена сборной команды к главному старту сезона.

В этом году в копилке сборной России среди юниоров всего одна медаль - бронзовая. Её завоевала моя воспитанница Тания Мендель (Московская область). Я особенно ей благодарна, и не только за то, что она единственная смогла поддержать высокое реноме российского юниорского ориентирования, но и за то, что сделала она это в мой день рождения! Эта бронзовая медаль должна цениться наравне с золотом, потому что получилась она не благодаря, а вопреки тому, что происходило с подготовкой юниорской сборной команды в этом сезоне.

По просьбе редакции журнала «Азимут» я задала вопросы участницам ПМ в Австралии Тание Мендель и Кате Тереховой. Надеюсь, что впечатления от этих соревнований Тани Мендель (бронзового призера ПМ), анализ и советы прошлогодней победительницы ПМ в эстафете, многоопытной Кати Тереховой будут читателям интересны и пригодятся будущим юниорам при подготовке к следующему ПМ в Швеции.

