

№ 1, 2015

АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
В ЖЕЛЕЗНОВОДСКЕ

ТРЕНЕРЫ И
РОДИТЕЛИ

ЗОЛОТОЙ ВЕК
ЛЕНИНГРАДСКОГО
ОБЛАСТНОГО
ОРИЕНТИРОВАНИЯ

НА WMOС-2014
В БРАЗИЛИИ

КЛУБНАЯ ФОРМА
ПОДГОТОВКИ
ЮНЫХ ОРИЕНТИРОВЩИКОВ



MOSCOMPASS
.RU



ПЕРСОНА

- О. ВИНОГРАДОВА. Теперь смело могу идти тем путем,
который выбрала6
В. КИСЕЛЁВ. Ценю честность и искренность и умение добиваться
поставленных целей.....18

СОРЕВНОВАНИЯ

- О. ВИНОГРАДОВА. «Золотой лонг».....8
В. ЧЕСНОКОВ. Чемпионат России в Железноводске.....11
С. ЕГОРШИН. На WMOC-2014 в Бразилии.....32

ЮБИЛЕИ

- Ж. АРТЁМОВА. Успех идет за тем, кто его достоин!.....14
Александру Глушко – 65!.....37

ЗВЕЗДЫ МИРОВОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

- Тим Робертсон – юниор года.....20

АКАДЕМИЯ ТРЕНЕРОВ

- К. ВОЛКОВ. Тренеры и родители.....22
В. ШМУКЛЕР. Клубная форма подготовки
юных ориентировщиков.....24

УЧЕНЫЙ СОВЕТ

- Н.А. ЧЕРНОВА, А.Э. ЗАРИПОВ. Технические средства,
применяемые ВУЛГТУ для обучения спортивному
ориентированию и его популяризации.....26

ИСТОРИИ ОБ ИСТОРИИ

- Ю.В. ДРАКОВ. Сорок лет назад – Пермь-74.....28
Первые Всесоюзные соревнования
среди спортивных школ – ДЮСШ-79.....29
С. КАЗАНЦЕВ. Золотой век ленинградского
областного ориентирования.....40

НАШ ДОМ – РОССИЯ

- Д. ХАРЧЕНКО. Ещё одна достопримечательность
Железноводска.....31

ПАМЯТИ ДРУЗЕЙ

- Памяти Зои Викторовны Пятаковой.....43

ЖУРНАЛ «АЗИМУТ» № 3, 2014
RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE

Почтовый адрес редакции: 123060, Россия, Москва, а/я 57.

Зарегистрирован в Государственном Комитете РФ

по печати 30.04.97. Регистрационный номер: № 016043.

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ: Глаголева О.Л., Елизаров В.Л., Константинов Ю.С., Кузьмин А.Р., Прохоров А.М., Чешихина В.В., Шур Г.В., Янин Ю.Б.

РЕДАКЦИЯ: ООО «Агентство Азимут», ООО «Издательский дом «Азимут».

Главный редактор: Прохоров А.М.

Шеф-редактор: Виктор Елизаров, azimut-id@mail.ru.

Директор по производству: Екатерина Карташева,
azimut-id@rambler.ru.

Компьютерная вёрстка: Е. Карташева.

Фотографии: И. Гусев, А. Киселёв, А. Борисов, К. Волков, Э. Борг,
Н. Виноградова.

Переводы: В. Елизаров, М. Куравлёва.

Использованы материалы из журналов: «Суунистая», «Skogssport».

Авторы редакционных текстов: В. Елизаров, А. Кузьмин, А. Прохоров.

Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных объявлений.
Тираж 4500 экземпляров.

Отпечатано в типографии: ООО «Морозов-пресс».

Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.

www.azimut-o.ru



Дорогие друзья!

В заключительном номере журнала «АЗИМУТ» за 2014 год хочется подвести итоги спортивного сезона прошедшего года. Это был удачный год, и благодаря успехам российских спортсменов медальный лист сборной команды в 2014 году достиг отметки 653 медали.

В этом году в России появились четыре новые чемпионки мира по спортивному ориентированию. Очень неожиданной, очень желанной и очень приятной стала золотая медаль Светланы Мироновой на Чемпионате Мира по кроссовым дисциплинам в Италии. Впервые российская спортсменка одержала победу в индивидуальной дисциплине чемпионата мира по спортивному ориентированию бегом, и её имя заслуженно вписано в историю российского ориентирования наряду с Иваном Кузьминым, Татьяной Власовой, Андреем Храмовым, Русланом Грицаном и Ксенией Черных.

Нельзя не отметить феноменальное выступление сборной команды России на Чемпионате Мира по велокроссовым дисциплинам в Польше. Кроме внушительной победы в общекомандном зачёте, мировой велочемпионат подарил нам трёх новых чемпионки мира. Это Ольга Виноградова, Татьяна Репина и Светлана Поверина. Молодые спортсменки к своим юниорским победам добавили победу на взрослом чемпионате мира, причём у Ольги Виноградовой – двойной успех.

Отдельно хотелось бы выделить выступление Антоны Фолифорова в прошедшем сезоне. Вторая подряд победа в общем зачёте Кубка Мира – это большой успех!

Благодарю всех спортсменов, тренеров и специалистов спортивного ориентирования за проделанную работу в прошедшем году и за огромный вклад в развитие российского ориентирования.

*Президент
Федерации спортивного ориентирования России
С.Г. Беляев*



НА ЧЕМПИОНАТЕ МИРА ПО
ВЕЛООРИЕНТИРОВАНИЮ В ПОЛЬШЕ В
АВГУСТЕ 2014 г. СБОРНАЯ РОССИИ
ОДЕРЖАЛА ПОБЕДУ В ОБЩЕКОМАНДНОМ
ЗАЧЕТЕ.

В победу команды свой вклад внесли:
Антон Фолифоров – 2 золотые и
1 серебряная медали,
Руслан Грицан – 1 золотая медаль,
Ольга Виноградова – 1 золотая медаль,
Светлана Поверина – 1 серебряная медаль,
Григорий Медведев – 1 бронзовая медаль,
Татьяна Репина – 1 бронзовая медаль,
Татьяна Репина, Светлана Поверина, Ольга
Виноградова – золотая медаль в эстафете.
ПОЗДРАВЛЯЕМ!



Ольга Виноградова (Владимирская область): «ТЕПЕРЬ СМЕЛО МОГУ ИДТИ ТЕМ ПУТЁМ, КОТОРЫЙ ВЫБРАЛА»

В этом году в период с 25-30 августа в Польше проходил чемпионат мира по МТБО (Mountain bike orienteering). За всю историю мирового велоориентирования, у российской женской команды была единственная двукратная чемпионка мира на индивидуальных дистанциях — Ксения Черных, которая в 2008 году одержала победы в спринте и на средней (мидл) дистанции. Но 29 августа к ней в команду добавилась Ольга Виноградова, которой впервые в своей жизни, а также за всю историю российского ориентирования, удалось выиграть золото на длинной дистанции (long)! Ольга Виноградова вторая в истории мирового велоориентирования спортсменка (после Сусаны Лаурилы из Финляндии) и первая в России, которой удалось к золотым медалям в индивидуальных дисциплинах юниорского Первенства Мира добавить золотые медали в индивидуальных дисциплинах взрослого Чемпионата Мира.

Ольга начала заниматься спортивным ориентированием в Москве, но с прошлого года спортсменка выступает за Владимирскую область, поэтому, по просьбе редакции, с Ольгой Виноградовой побеседовал руководитель Владимирской Федерации спортивного ориентирования Владимир Владимирович Горин.

- Ольга, здравствуй. Расскажи, как ты познакомилась со спортивным ориентированием? Когда и как увлечение стало главным делом в твоей жизни?

- В секцию по спортивному ориентированию я и моя сестра Наталья пришли в 14 лет (в 2004 году). Её возглавляли два замечательных тренера: Ерёмин Александр Петрович и Масный Алексей Яковлевич. Они и познакомили нас с ориентированием, с тренировками на свежем воздухе. Зимой 2006 года приняла участие в своих первых крупных соревнованиях по спортивному ориентированию на лыжах – матчевой встрече Москва–ЮГРА. Осенью 2007 года отбираюсь в юношескую сборную команду города Москвы на Спартакиаду учащихся, которая проходила в Новосибирске.

С тех пор и начинается самостоятельный выбор в жизни и мой спортивный путь. Тогда, по приезду домой я уже мечтала о дальнейших сборах. Перспектива тренироваться с сестрой представлялась в ярких красках. Но летом на Первенство России взяли только Наташу, а мне предложили сходить к тренеру по велоспорту, т.к. в спортивной школе он набирал группу, а я любила кататься на велосипеде. После этого было три месяца велосипедного спорта, серебро на Первенстве России по кросс-кантри, серебро и бронза на летней спартакиаде по велоспорту в 2008 году в городе Пенза.

- Как и когда в твою жизнь вошло спортивное ориентирование на велосипедах?

- В 2008 году сестра познакомила меня с известным тренером Вячеславом Викторовичем Костылевым. Он стал моим тренером и познакомил меня с ориентиро-

ванием заново. Так я вернулась в ориентирование бегом. Но ещё пару лет никак не могла определиться с выбором дисциплины: бег или велосипед? Я стремилась найти себя в жизни и не знала где искать, т.к. любила футбол, бег, лыжи, велосипед и ориентирование.

Моя проблема с выбором специализации решилась тогда, когда я не смогла отобраться в юниорскую сборную на соревнованиях в Стерлитамаке, где проходили отборы на Первенство мира в Италию. На отборах, с высокой температурой, я заняла седьмое место. Брали шестерых. Это был 2009 год. Спустя неделю после приезда я заняла первое место на Первенстве России по МТБО в городе Красногорске в дисциплине «Лонг». Меня взяли в сборную команду по МТБО.

С тех пор прошло уже или всего шесть лет. За это время я приняла участие в пяти Чемпионатах Мира по спортивному ориентированию на велосипедах. На последнем Чемпионате Мира в Польше в дисциплине «Лонг» я смогла выиграть золотую медаль. А на следующий день, мне в составе женской сборной команды с Таней Репиной и Светой Повериной, удалось выиграть второе золото Чемпионата Мира.

Чем планируешь заниматься после чемпионата мира, добившись такой высо-



кой цели жизни? Что в жизни считаешь главным?

В этом году, после шести лет занятий МТБО я стала двукратной чемпионкой мира и выполнила норматив для присвоения почетного спортивного звания «Заслуженный мастер спорта России» - высшие спортивного звания в спорте. Для кого-то - это может быть главной целью в жизни. Только звание Чемпионки мира было способно точно дать положительный ответ или подтверждение на вопросы: «Правильно ли я иду?», «То ли я делаю и тем ли занимаюсь?». Теперь есть достигнутая цель в жизни. Как будто бы можно поставить точку. Но для меня чемпионство – не только итог, но и средство. С помощью него я полностью приняла свой выбор в жизни. И без оглядки на прошлое теперь смело могу идти тем путём, который выбрала. Развиваться и развивать свою систему, совершенствуя методы и средства подготовки. Ставить но-

вые цели, на промежуточном пути, а добываясь их, «отталкиваться и плыть дальше и быстрее». Мне интересно узнавать новое и делиться им. Теперь мне пора делать новый выбор дальнейшего пути. И смело реализовывать задуманное.

- С недавнего времени ты выступаешь на официальных соревнованиях за Владимирскую область. Что повлияло на решение перехода в другой регион?

С четырнадцати лет я выступала за Москву и числилась в «СДЮШОР Ориента? 54». К моему сожалению, в 2010 году в Москве приняли какие-то правила, по которым все спортсмены возрастом старше 18 лет не получали никакого финансирования по линии спортивной школы.

На домашний Чемпионат Европы по МТВО в 2011 году я ехала с мыслями о том, что спорт мой закончился. И даже, показав результат здесь, он будет никому не нужен кроме меня, т.к. теперь клуба у меня нет. Но на том Чемпионате Европы я заняла четвёртое место в дисциплине «Миддл» и второе место в «Эстафете». За эти достижения была поставлена на государственную ставку в Министерстве спорта России. Только это позволило мне продолжить заниматься ориентированием, т.к. другого дохода у меня не было, а финансовое положение в семье не позволяло рассчитывать на сборы и участие в соревнованиях. Хочу ещё раз сказать большое спасибо Прохорову Александру Михайловичу - Президенту Федерации спортивного ориентирования Москвы, который делал всё возможное, что бы финансировать наше

участие на Чемпионатах России, иногда оплачивались Кубки России. Это примерно 2-3 соревнования в год.

Но что бы стабильно и на высоком уровне выступать за сборную Москвы и России нужно выезжать на сборы, участвовать в различных соревнованиях внутрироссийского и международного календаря. А ставку в Минспорте РФ нужно подтверждать на главных стартах сезона, на Чемпионатах Мира и Чемпионатах Европы. Для того что бы показать необходимый результат на этих соревнованиях, просто необходимо проводить сборы на европейской местности, так как она, порой, сильно отлична от нашей родной местности.

Выезды на этапы Кубка Мира, где зарабатывать себе очки для расположения в стартовом протоколе на Чемпионате Мира, так же обязательны.

Для примера, в 2014 году, который показал, что всё было сделано правильно, подытожив всё двумя золотыми медалями Чемпионата Мира, я могу сказать, что участие во всех этапах Кубка мира, участие в пяти сериях Всемирных ранговых стартов в разных странах, Чемпионат России и Всероссийские соревнования, плюс четыре технических сбора в межсезонье были той базой, в которой мне было необходимо участвовать для достижения высшего спортивного результата. Проанализировав всё, вспомнив обо всех сделанных ошибках, я могу сказать, что из каждого этапа складывалась моя медаль.

И вот новый виток судьбы – меня пригласили выступать за Владимирскую

область. Департамент по физической культуре и спорту администрации Владимирской области, в лице директора Трынкина Вячеслава Петровича, и ГБОУ ДОД ВО «Детско-юношеская спортивная школа по спортивному ориентированию», в лице директора Горина Владимира Владимировича, очень серьезно поддержали меня на этом этапе: приобрели новый современный велосипед, профинансировали все мои поездки и участие в соревнованиях.

Сейчас я вижу, что мой результат нужен, за меня радуются, переживают, ставят в пример молодым спортсменам – воспитанникам ДЮСШ. С помощью наших достижений, молодые спортсмены видят куда и до каких высот можно расти, ради чего стоит и нужно заниматься спортом. Если есть куда расти молодому спортсмену, если видна перспектива у тех, кто начинает заниматься спортивным ориентированием или другим видом спорта, то именно это и является главным внутренним стимулом чтобы продолжить занятия, особенно по достижению совершеннолетия.

Я очень рада, что на Чемпионате Мира 2014 года, мы вместе с Антоном Фолифоровым и тренером Кудрявым Александром Павловичем, сделали такой хороший подарок для Владимирской области в год её 70-летия – четыре золотые медали с Чемпионата Мира. Этот результат войдёт и в историю Владимирского ориентирования, которому в этом году исполняется пятьдесят лет.



«ЗОЛОТОЙ ЛОНГ»

Утро. Чувство внутренней раскованности! Хочется позвонить родным и близким.

СМС от сестрёнки: «Ориентируйся, как нравится!». Улыбаюсь! Очень резонирует с состоянием. Пять километров до стартовой карантинной зоны. Туда надо прибыть за 50 минут до моего старта. С Антоном Фолифоровым выезжаем из дома. Пытаюсь прочувствовать своё состояние. На пике формы я почувствовала себя в дисциплине «Мидл». Как сейчас пойдёт, спустя два дня? Ноги не лёгкие. Это хорошо. Значит есть запас энергии. Утром выпила две чашки чёрного чая с сахаром и молоком. На последнем «Лонге» на этапе Кубка Мира мне очень трудно было утолить жажду на 35 километрах на 3 пунктах питания. Сейчас же мне хватило половины маленькой фляги, так как я была уверена в том, что утром мой организм восполнил все запасы воды, а с вечера не было тяжёлой пищи, и к этому старту я готова.

Настраиваюсь. Велосипед, экипировка, форма, планшет. Все в порядке, кроме очков. Их я потеряла ещё после холодного, дождливого спринта, двумя днями ранее. Но уже успела привыкнуть к чтению карты без них, хотя на дистанции «Мидл» на высокой скорости ветка жёстко хлестнула меня ровно по глазам. Благо переносица не дала ветке задеть глаза. Не до конца разобралась со временем старта. Разминаясь, подъезжала к нему аж четыре раза. Нервы...

Есть нервное состояние, когда сам себя накручиваешь, вроде того, что начинаешь пространно развивать мысли о будущем, оценивать себя по принципу лучше, хуже. Думать о результате и его последствиях. Сотни раз я испытывала это. Мне уже надоело. Теперь я стараюсь усилием воли «забить на мысли», отпустить этот дурацкий внутренний диалог. При этом у меня нет адреналиновой накрутки «порвать там всех». Я стремлюсь к тому, чтобы мысли о результате - о том "какая я буду", заменились процессом или мыслями о том "куда мне ехать".

Ещё бывает состояние ожидания своего старта, предстартовый мандраж, тревожность. С этим я работаю по-другому. От реакции тела на стресс одним лозунгом "будь спокойнее" не уйдёшь. Это просто не работает. Я пробую метод перенаправления своего внимания не на мысли о том от чего тревожно, а на то, что я чувствую в данный момент! Интерпретация зависит от нас самих. И "не колени трясутся, как страшно", а

"колени трясутся? Ой как прикольно!" Я пробую учиться получать удовольствие от того, что я чувствую в данный момент. Пусть это те же самые нервы. Пусть так же бегают мурашки или бросает в жар или холод, даже когда сердце уходит в пятки и волной возвращается обратно. Это же те ощущения! Почему бы и не радоваться им хоть на экзамене, хоть на старте. А я стартую пятьдесят раз в году! Так что же бояться и нервничать по этому поводу? Напротив!

Перед стартом. Перед стартом «Лонга» начался этот самый предстартовый выброс адреналина. Я снова попробовала практиковать уход от мыслей через настоящий момент, через внимательное наблюдение за своим организмом. Очень быстро прошла разминка. Я вышла на старт.

В момент, когда берёшь карту, появляется резкость и уверенность. Куда-то испаряются те самые приятные или «нервные» ощущения. Объясняю себе это тем, что сознание в действии не допускает посторонних мыслей, не замечает ненужных в данный момент чувств, не развивается мысленный диалог о правильности или неправильности, нет оценки, нет стремления к результату. Ты в действии!

Утром, за чаем, я посмотрела видеоролик, который мне прислал друг. Там парень выполнял "трюки" и чеканил самыми разнообразными методами без перерыва 6 минут подряд. Пример из видеоролика отлично подходит для объяснения того же чувства поглощённости действием, как и в моменты реализации своего ориентирования! Когда я чеканю - я в процессе. Если мяч падает, значит я выпала из настоящего момента. Не всегда. Но когда действие уже переведено в навык, причиной провала является не недостаток мастерства. Просто ты выпадаешь из момента, из действия. В ориентирование - тоже самое, а цена временных потерь несоизмерима с мгновением выпадения из процесса.

На старте. За минуту до старта получаю карту. В голове давняя фраза: «А сейчас начинается самое интересное!». Отработанным движением закладываю карту в планшет. Быстро увидев все варианты пути на первый КП. Увидела. Выбрала. Теперь, за 15 секунд до стартового сигнала смотрю глобальные формы пространства (рельеф, траектория дороги). Они за границей видимой мной местности...

Началось! Стартовый сигнал. Сразу решила ехать на 100%. Это значит, что



при максимальных скоростях я реализую выбранный вариант. Прогнозирую с помощью карты каждый сантиметр надвигающейся местности в глобальном понятии пространства (цепляясь взглядом за горизонт видимого, прогнозирую с помощью карты что должно там дальше появиться). Т.е. стремительность движения рождается только когда ты знаешь, куда тебе в каждый момент времени. Держать это состояние концентрации на обеспечении прогнозирования своего пути (на своём физиологическом максимуме) и есть задача ориентировщика.

Не знала на сколько меня хватит. Дистанцию "Лонг" у женщин увеличили с полутора до 2 часов. Тренировочных работ за 2 часа я в этом году делала мало, а в сезон вообще сократила всяческие работы до 90 минут.

На дистанции. Первые пять минут самые тяжёлые. Происходит вработывание. Системность ориентирования по началу делается сознательно. Контролируется каждое действие. Как с механической коробкой передачи у машины. Сначала первая скорость, затем вторая, потом круиз контроль)... При этом с места ты стартуешь в лес. Вокруг никого. Нет сравнения, «медленнее или быстрее». Есть только «на все 100%». Или быстро, как только ты можешь ехать. Конечно я могла перебрать. Но по моей логике, я должна была сделать «задел» для себя вначале, так как в конце я в себе была не так уверена. В кон-

цовке я выложились без остатка. И на последнем коротеньком перегоне по финишному коридору в 50 сек, я проиграла аж целых 5 секунд.

Глобально разделю дистанцию на 3 части. Начало – все мои 100% реализации техники, физики. По сплитам и GPS я шла уже хорошо, на лидерских позициях. А вот, подъезжая к первому зрительскому КП, меня стало накрывать, я не пошла резать угол по лесу, засомневшись в своих способностях после подрезки на «Миддле». Секунд 15 потеряв на объезде, дальше я заспешила!

Ещё 3 раза я выпадала из процесса на пару секунд, а потеряла на этом пару десятков.

Что такое процесс, из чего я "выпадаю"? Это и есть сама дистанция. Проработка каждого сантиметра карты при реализации всех своих физических сил. При этом я не смотрю "всегда" в карту, я работаю на границе видимости, реальной постоянно надвигающейся местности... Это и есть моя система. Часто слышала «ты никогда не будешь чемпионкой, если будешь забивать себе голову всяким бредом, а своей системой усложняешь себе жизнь». Не обижайтесь, просто они меня не до конца понимают, хотя искренне желают мне добра.

В середине дистанции догнала австрийку Мики Лигон. Как и на предыдущей дистанции «Миддл», встретив её, я стала сбиваться на мысли и эмоции. Т.е. выпадать из процесса: «Я стала падать!». После обгона подскользнулась на сырых поваленных деревьях. Далее не вошла в поворот, "легла" на бок и чувствовала, что рухнет вся ровность, уверенность движения. На следующем КП я отделилась, выстегнувшись из контактных педалей (обычно я всегда стараюсь отмечать КП на ходу). Мики, к то-



му моменту я обогнала на 5-6 сек. Я разрешила себе встать и пару раз быстренько вдохнула носом и выдохнула ртом (говорят, что успокаивает). Всего три секунды. Мики уже обошла, но я снова запрыгнула на велосипед и работая с картой как в приказе «упал-отжался» - «упал – смотри пространство..» полетела вперёд. Мы разошлись вариантами. На следующем КП мы встретились в одной точке.

Концовка дистанции. Стоит заметить, что стартовый интервал у нас 3 минуты. Всю дистанцию я ехала одна. Мики повстречалась на пару минут. Ингрид, через 20 минут после Мики, составила компанию на минуту. На этот раз, встретив другого спортсмена, наоборот, только увеличила уже до того взвинченный темп и концентрацию. Психологическая реакция на других спортсменов была большой проблемой за этот сезон. Над этим я старалась работать. Теперь нет сомнений. Нет проблем. Есть контроль, через концентрацию на своих действиях.

За 15 минут до окончания соревнований, на GPS экранах и по времени прохождения зрительского КП я шла на втором месте. Впереди была Света Поверина. Но она ошиблась. На одном из КП она потеряла 50 секунд. До этого КП мы шли с разницей в 10 секунд! На 35 километрах! На 10 секунд я позади. Но наши стартовые минуты разнесены на 12 минут. Вокруг в лесу никого и этой информации у нас нет. На 28 КП из-за миллиметровой неточности в карте в одном и том же месте мы ошиблись обе, но я быстрее оценила ситуацию и сделала себе преимущество, которое удержала на последних километрах дистанции.

После финиша. В финишном створе, который был в гору, силы меня покинули. До этого состояния доводила себя в этом году только один раз. Это было на сборах в горах примерно месяц назад. Восстановилась я довольно быстро, но ещё 25 минут каталась, отводя внимание от огромного щита с GPS трансля-



цией. Ещё 20 минут после моего финиша в лесу оставались сильнейшие спортсменки из красной группы и моё место в протоколе зависело от времени их результата.

По моим ощущениям, я могла попасть в пятерку сильнейших. Была надежда, что могу стать второй. Лидеры едут очень быстро, мои ошибки мне могут не простить, но вдруг все-таки простят? Эмили, Сисилия, Марика, Сюзанна, Света, Ингрид, Ева-Лиза, а вдруг?!

Три минуты до времени, когда никто уже не сдвинет меня. А я не верю. Сейчас Марика и Эмили вместе покажутся на финише. Ухожу на очередной заманочный круг. И на том конце поляны крик, шум! Я?! Первая?! Первая!!!

Сегодня, впервые я поднялась на пьедестал. И сразу ЗОЛОТО. А может не сразу. В дневнике тренировок за прошедшие годы тысячи километров, сотни стартов, четвертые и шестые места и всё же. Когда-то услышала фразу и проигрывая, любила её себе повторять: «Прибавить может только первый!».

Теперь я могу писать о том, что я спотыкалась, падала, о чём думала и в чём могла прибавить. Но сегодня уже новый день. Всё начинается заново. Нет прошлого, оно только здесь, на страницах, в памяти и фотографиях. И чтобы продолжить заниматься спортом, мне надо готовиться уже на следующий год.



Министерство спорта Российской Федерации;
 Федерация спортивного ориентирования России;
 Министерство по физической культуре и спорту Ставропольского края;
 Комитет по физической культуре, спорту и туризму
 Администрации г. Железноводска;
 Федерация спортивного ориентирования Ставропольского края.



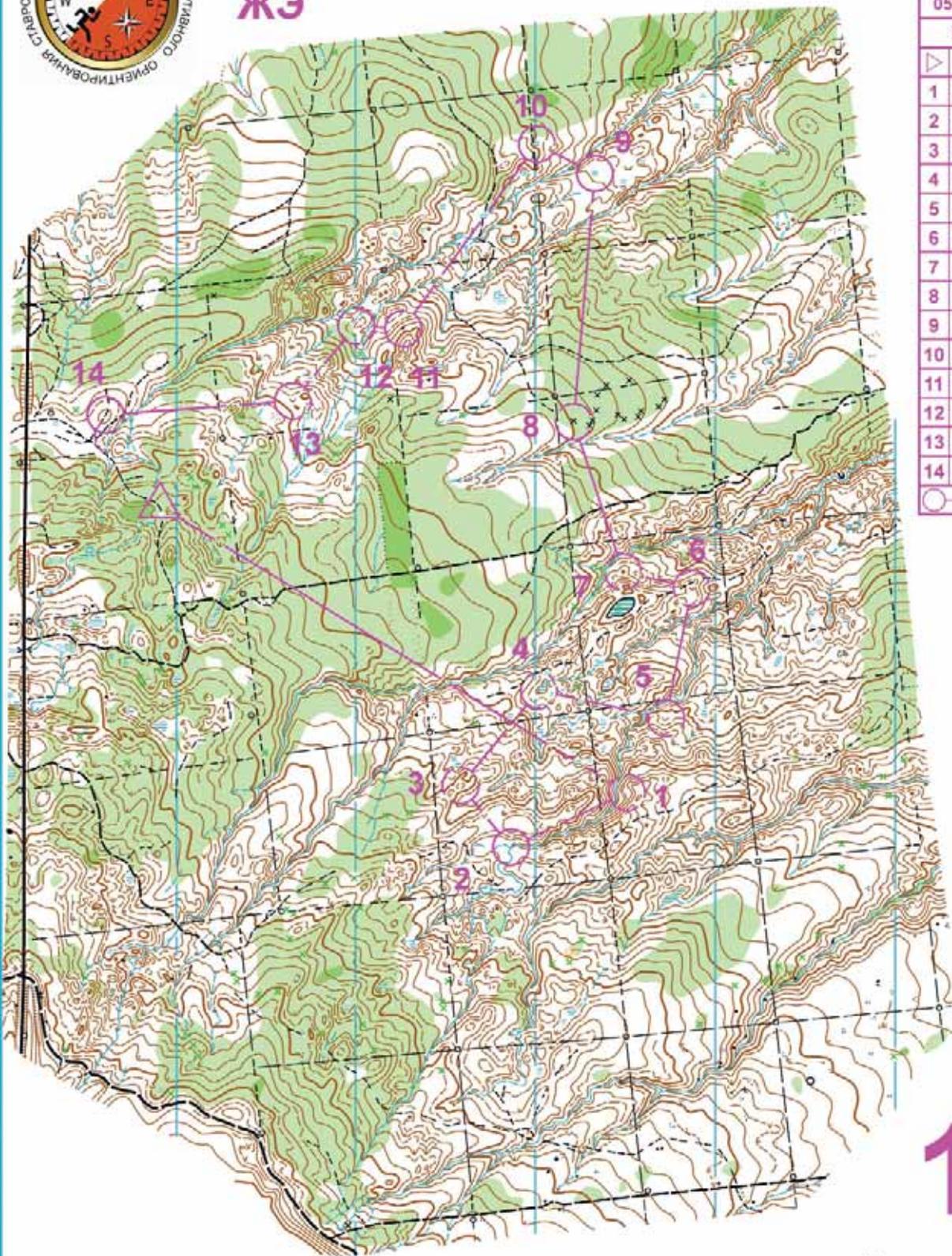
ЧЕМПИОНАТ И ПЕРВЕНСТВО РОССИИ
 ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ
 г. Железноводск 04-12 ноября 2014 г.

Чемпионат России. Первенство России.
 Ставропольский край, г. Железноводск,
 04-12 ноября 2014г.

Железноводск

05.11.2014. Общий старт - кросс.

ЖЭ



05.11.2014. Общий старт				
ЖЭ	7,7 km	355 m		
▷	↙			◁
1 33	≡	▷		
2 35	≡	≡	∪	○
3 36	↗	○	∪	○
4 37	↖	≡		○
5 41	∪			
6 46	∪			○
7 42	•	1.3	○	○
8 64	←	×		○
9 50	≡	3x3		○
10 53	≡	4x3		○
11 58	▲	0.5		○
12 74	○	∪		○
13 59	∪	∪		○
14 90	○	∪		

○ — 90 m

101.1

Карта подготовлена в 1996-97 гг.
 Составители: Михаил Замота (Краснодар); Анатолий Лихневский (Белгород);
 Виктор Трунов (Белгород); Юрий Янин (Москва).
 Корректирование карты в 2013-14гг.
 Составители: Игорь Леонтьев (Тамбов); Андрей Столяров (Орёл).

Контактный телефон
 организаторов соревнований:
 8-928-367-11-44

M 1:10 000 H-5m

ЧЕМПИОНАТ РОССИИ В ЖЕЛЕЗНОВОДСКЕ



В.В. ЧЕСНОКОВ
(Пенза)

Традиционно Кавказские Минеральные Воды являются одним из центров сбора ориентировщиков России для проведения учено-тренировочных мероприятий перед началом бегового сезона. Но в начале ноября 2014г в городе курорте Железноводске, Ставропольского края состоялись Чемпионат и Первенство России по

спортивному ориентированию кроссовые дисциплины, заключительные соревнования сезона 2014 года. Климат данного региона позволяет проводить соревнования по кроссовым дисциплинам круглогодично, поэтому сроки проведения с 4 ноября по 11 ноября позволили существенно продлить беговой сезон. Программа соревнований содержала три индивидуальных и три эстафетных вида программы.

В соревнованиях приняло участие 38 субъектов Российской Федерации, в том числе Республика Крым, и город Севастополь. Общее количество участников более 850 человек, что составило хорошее представительство, каким могут похвастаться не все виды спорта. Качество спортивных карт и интересная местность, предложенная организаторами соревнований обеспечила высокий уровень спортивно-технической составляющей данных соревнований. Составителями карт являлись: Леонтьев И.В (г. Тамбов), Столяров А.А. (г. Орёл), Баринов А. (г. Пятигорск) по картам которых были проведены множество Чемпионатов и Первенств страны.

Торжественное открытие соревнований состоялось в центре города Железноводска, на нём присутствовали представители администрации города и Ставропольского края.

Сразу после церемонии открытия

участники соревнований отправились на старт первого вида программы- «Общий старт – КРОСС». На дистанции стартующих спортсменов ожидало небольшое количество снега, который практически исчез ко второму дню соревнований. Дистанции всех групп были спланированы с применением системы рассеивания «фарст». Качество дистанций и карт, как впрочем и все дни соревнований не вызвали нареканий. Единственным отмеченным недостатком данного соревновательного дня была арена соревнований, которая не позволяла в полной мере использовать зрительский потенциал этого вида.

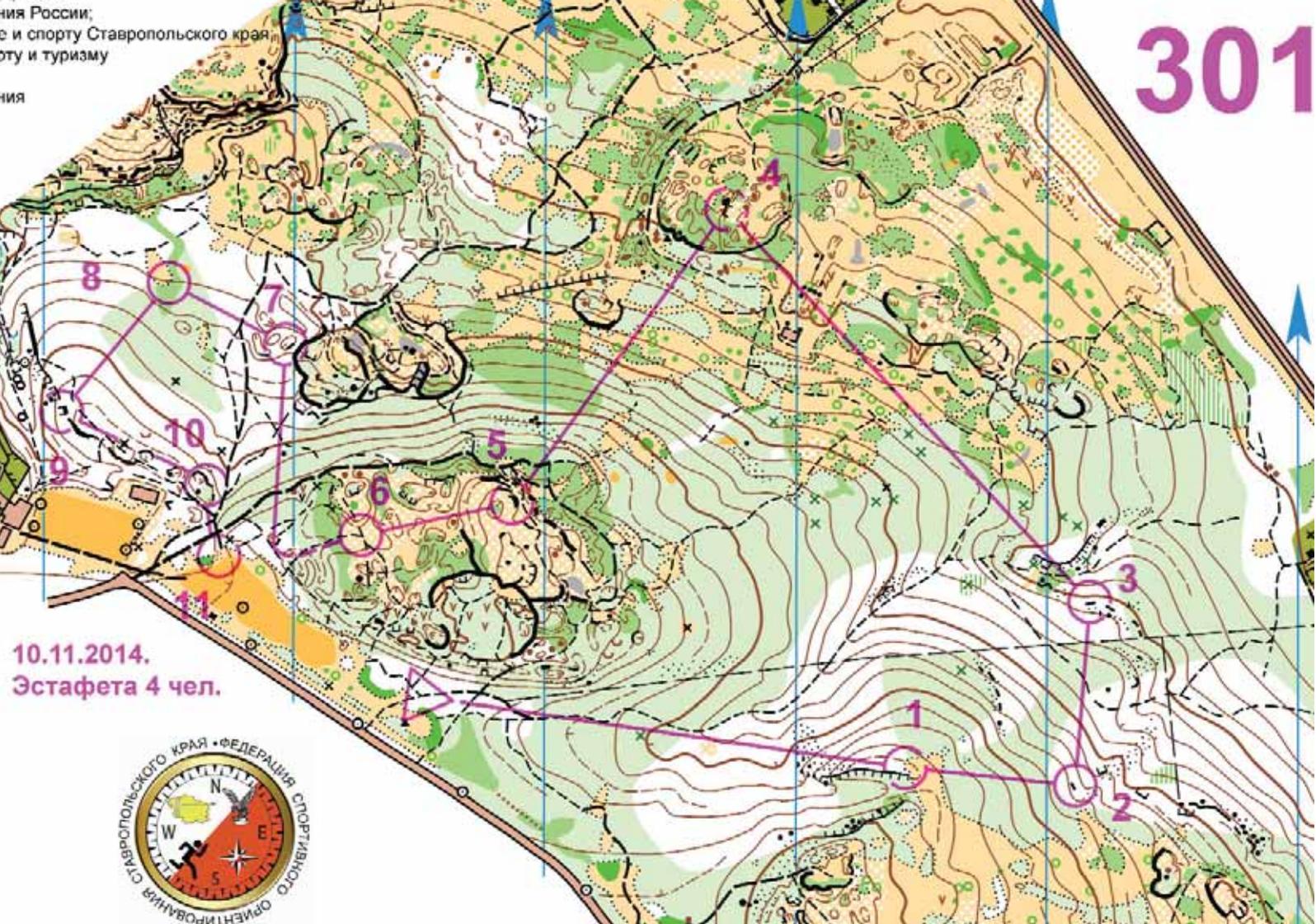
Чемпионами России стали у женщин Виноградова Галина Алтайский край, у мужчин Новиков Валентин Новгородская область.

Вторым видом программы был «Выбор». Местность соревнований отличалась от первого дня, дистанции имели меньший перепад высот и менее изрезанный склон.

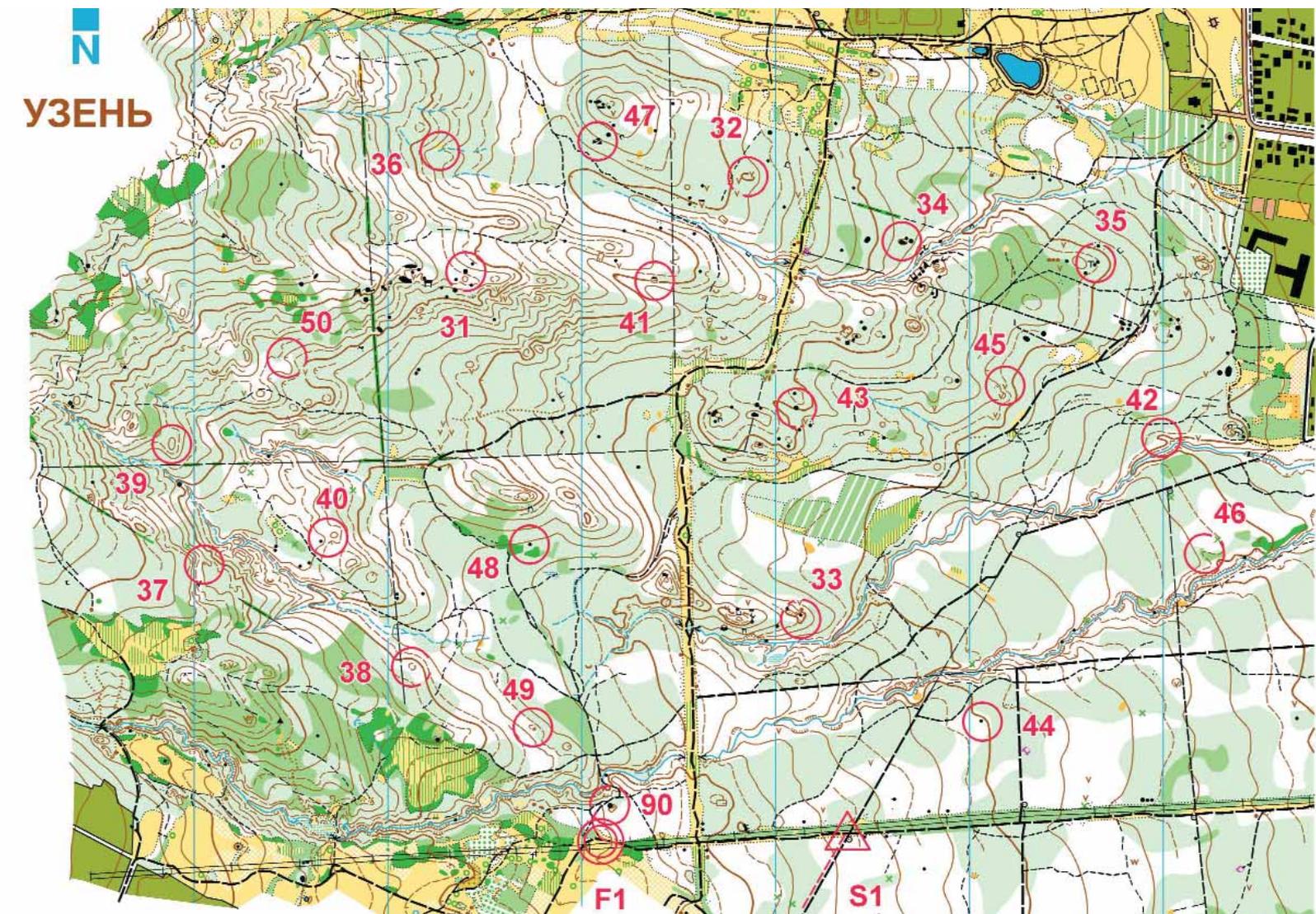
Победу в Чемпионате России одержали у мужчин Новиков Леонид (Белгородская область), у женщин Ефимова Наталья (Московская область).

Последним видом индивидуальных дисциплин был марафон у Чемпионата и классика у Первенства России. Проводить одновременно различные дисциплины довольно сложно это накладывает дополнительную





10.11.2014.
Эстафета 4 чел.



нагрузку на спортивных судей соревнований. Судейская бригада справилась с этой задачей хорошо. Было организовано несколько пунктов питания для спортсменов, бегущих «марафон». Дистанция Чемпионата была спланирована в три круга с прохождением через арену соревнований, что значительно улучшило зрелищность. Чемпионами России в самой длинной дисциплине стали два представителя Нижегородской области: Миронова Светлана и Козырев Андрей.

Перед началом эстафетной программы соревнований участников ожидал день отдыха. Погода все дни бала достаточно теплой и комфортной для ноября месяца и позволила желающим поучаствовать в различных экскурсиях или просто отдохнуть в парках курорта Кавказских Минеральных Вод.

Программа проведения соревнований содержала три различных, как по количеству участников, так и по подходу к планировке дистанций эстафеты.

Арены соревнований, для этого наиболее зрелищного блока соревнований были выбраны хорошо. Достаточно много места для размещения участников, просторные стартовые поляны для первого этапа, правильное расположение зрительских контрольных пунктов на дистанциях, которые были спланированы интересно и динамично.

Особое внимание, на мой взгляд, привлекла эстафета 4-х этапная смешанная.

Местом проведения для этого дня соревнований стала «Комсомольская поляна» в городе Пятигорске. Участки старой добычи камня открытым способом и оставшийся после этого ландшафт, заставил многих спортсменов совершать технические ошибки на дистанции.

Лучше других справилась команда Воронежской области в составе: Королькова Анна, Потылицын Иван, Войтова Александра, Щербakov Александр.

Практически общим мнением представителей различных команд и ведущих спортсменов присутствующих на соревнованиях было признано, что спортивно-техническая составляющая была подготовлена и проведена на очень высоком уровне. Недостатком проведения стало удаленность и разобщенность различных мест проживания команд от центра соревнований.





18 октября 2014 года отметил свой шестидесятилетний юбилей Александр Павлович Кудрявый – Почётный член ФСОР, заслуженный тренер России. В его личном тренерском активе восемь золотых медалей Чемпионатов Мира и две победы в розыгрыше Кубка Мира по спортивному ориентированию на велосипедах. В свой юбилейный год Александр Павлович установил уникальное тренерское достижение – благодаря результатам своих учеников он выиграл Чемпионат Мира 2014 в Польше в общекомандном зачёте!!!

Очень непросто написать о человеке, личность которого столь многогранна, а жизнь столь богата событиями, что биография и география переплелись в единое целое. По просьбе редакции воспитанница юбиляра Жанна Артёмова подготовила интереснейший материал о своём учителе.

Сахалин. Александр Павлович Кудрявый родился на романтическом и одновременно суровом, снежном острове Сахалин в городе Красногорске, в семье действующего военного, заброшенного волею судьбы на восстановление Сахалина после Второй Мировой войны. Детство прошло в уникальных условиях: коньки, лыжи, хоккей, футбол – все, что было вокруг, привлекало его внимания и требова-

ло его участия. Возможно благодаря очень мужественному характеру и вырос из маленького Саши настоящий спортсмен. Спортивная карьера началась в школе в 10 лет с участия в соревнованиях по лыжным гонкам на приз газеты «Пионерская правда». Александр в течение нескольких лет подряд побеждал на этих соревнованиях: городского и областного масштаба. В пятом классе при смене места жительства на центр острова город Южно-Сахалинск ему открывается широкое поле для занятий спортом: Александр занимается легкой атлетикой, баскетболом, лыжными гонками, хоккеем, поступает в спортивную школу по лыжным гонкам «Спартак», которую успешно закончил в 1970 году. Лыжные гонки для острова Сахалин были приоритетным видом спорта. В период занятий в спортивной школе добился значительных успехов: А. Кудрявый неоднократный победитель первенства Сахалинской области; призер первенства ЦС «Спартак».

Спорт – не единственное, что наполняло жизнь Саши в дни учебы в школе. Был победителем областных олимпиад по географии, истории, возглавлял сектор комитета комсомола, был принят в комсомол в 14 лет. Активная жизнь была его стезей с самого юношества. Успевал, наряду с занятиями спортом, выполнять

огромную общественную работу в школе. За все эти успехи в школьной жизни был награжден путевкой во всесоюзный лагерь «Артек» в 1968 году. Участие во всесоюзном лагере дало толчок дальнейшему развитию его в спортивной и общественной жизни, так как дало возможность общаться с людьми со всего Советского Союза.

После окончания школы отслужил в армии. Армия как раз позволила Александру раскрыть свои способности к многоборью спортивному – а далее и жизненному, – что проявилось гораздо позднее. После армии пришлось самостоятельно строить жизнь в непростых условиях тогдашнего времени: и заниматься спортом, и зарабатывать на жизнь...

Куда дальше занесла жизнь? На стезю профессиональных занятий лыжными гонками в областном совете «Динамо». И главным помощником и наставником был тренер по лыжным гонкам Линтарев Николай Тимофеевич, заслуженный тренер России. Это были пять лет напряженной работы, апофеозом которых явилось звание Мастера спорта по лыжным гонкам и членства в сборной Сахалинской области.

Знакомство с ориентированием. Первое знакомство с умным спортивным ориентированием состоялось в далеком

1971 году на городском туристическом слете в составе школьной команды. Высокая физическая подготовка Саши Кудрявого позволила выиграть ориентирование, в то же время оно его сразу «закусило». Следующее знакомство с философией ориентирования произошло в зональных условиях. Совсем нечаянно пришлось выступить за команду Сахалинского обкома связи на областных профсоюзных соревнованиях. И в жизни Александра появляется Учитель – не случайно это слово написано с большой буквы, ведь в жизни каждого из нас велика роль именно учителя в нашем виде спорта – Валентин Шинкарев, который окончательно увлек Сашу Кудрявого в мир ориентирования. Искренняя и огромная ему Благодарность. И пошло-поехало: выезды за пределы области на популярные до сей поры старты: Кубок Тихого океана, кубок Сергея Лазо, болгарской газеты «Эхо». Валентин предложил и уговорил участвовать в соревнованиях зимой. И даже были успешные старты. Запомнились соревнования «Кубок Нестора Каландарашвили» в Ангарске в 1978 году. Сильный мороз, отличная организация, возглавляемая Владимиром Дорониным, знакомство с «маркиром», занятое второе место (третье место было у Александра Близневкого) оставили впечатление на всю жизнь. А «страшные» соревнования были на Урале: 123 минуты штрафа на «маркире», тогда давали за ошибку в 1 мм - 1 минуту штрафа». Вот таков был первый опыт в спортивном ориентировании, и след в его душе он уже оставил, что и послужило тому впоследствии, что Александр Павлович посвятит свою жизнь именно этому виду спорта.

Отдельно вспоминается успешная и продолжительная жизнь в служебных видах спорта «Динамо» Министерства внут-



ренних дел СССР. Лыжные гонки, служебный биатлон, стрельба из боевого оружия, служебное многоборье. В «Динамо» в прикладных видах спорта таких ограничений не было. Вот и пришлось попробовать многие служебные виды спорта, а затем полностью переквалифицироваться в следующие виды спорта: служебный биатлон, стрельба из боевого оружия, служебное многоборье.

Донбасс. Служебный биатлон (это лыжная гонка с табельным оружием – пистолетом Макарова) проводилась в трех дисциплинах, от областных соревнований до Чемпионатов МВД СССР. В период с 1978 года по 1980 год Александр Кудрявый становился неоднократным победителем и призером Чемпионатов МВД СССР. Министерство МВД Украины предложило Александру Кудрявому выступать за их республику, вследствие чего он в 1980 году переезжает на новое место службы и занятый спортом в город Жданов (в настоящее время Мариуполь) в Украине. В этом же году Александр становится чемпионом МВД Украины и чемпионом МВД СССР. На этих соревнованиях он добился триумфа – в четырех дисциплинах программы стал победителем!

А в соревнованиях по ориентированию, проходивших в окрестностях города Славяногорска, по единственной тогда в Донецкой области цветной карте, у второго места выиграл 30 минут. Дистанция уже тогда состояла из трех равнозначных «лепестков» с одним узловым КП. В тот момент куратором ориентирования в «Динамо» был Евгений Иванов, который продвигал ориентирование в новые формы и горизонты: он организовывал и контролировал проведение соревнований без процветавшего тогда поголовного сотрудничества и лидерства.

С 1981 по 1984 год Александр продолжил службу в органах МВД инспектором-методистом по организации огневой и физической подготовке в Донецком областном совете «Динамо». Многогранная спортивная деятельность в донецком «Динамо» ковала его как организатора

многих мероприятий, от областного до всесоюзного масштаба, продолжалось углубление чувств уважения и любви к спортивному ориентированию: принимал активное участие сам и тренировал команду Донецкой области на многодневных соревнованиях в Ростове, Харькове, Днепропетровске; ежегодно принимал участие в соревнованиях по ориентированию украинского совета «Динамо» в Черновцах, Житомире, Харькове. Судьба свела с легендой харьковского ориентирования Геннадием Корчевским, у которого он смог многое почерпнуть для совершенства в ориентировании.

Кавказ. В августе 1984 года Александр получил серьезную травму на тренировке по футболу – разрыв крестообразных связок правого коленного сустава. После длительного лечения в больнице выписался из стационара на костылях. Мир не без добрых людей, у Александра появился личный врач-экстрасенс Евгений Ничиков – неординарная личность с богатой историей жизни. Вместе с Евгением на его машине ГАЗ-24 выехали лечиться в уникальное место в Карачаево-Черкесии, город Теберда. Там три ущелья сходятся в одно, количество солнечных дней в году 280, а ионизация воздуха превышает норму, необходимую для человека, в 30 раз. Высота над уровнем моря составляет 1200 метров. По совету Евгения необходимо было пожить в Теберде не менее трех лет. И Бог помог ему: приняли на службу в Карачаевский ГРОВД, каким-то тринадцатым штатным участковым инспектором. Его участок составлял 43 километра автодороги Карачаевск-Домбай, проходящей по Тебердинскому ущелью вдоль горной реки Теберда, 3 аула, большой по тем временам совхоз «Тебердинский», с огромным поголовьем овец и крупного рогатого скота. На участке числились всего 2 человека, кроме



него, русской национальности: его жена Любовь и сын Павел. Обслуживаемый участок примыкал к отрогам главного Кавказского хребта, вокруг – горная красота и национальные традиции и обычаи.

Кто был на Эльбрусе – тот великий человек. Во время жизни на Домбае и сам Александр и его сын Павел увлекаются горными лыжами, переходя от начальных простых спусков, к достаточно трудным технически спускам, требующим для их преодоления отличного физического развития человека и известной доли смелости.

Горбачевский период в СССР с 1989 года. Сложные времена для страны, и Александр решил покинуть Кавказ. Так и состоялся переезд этого замечательного человека во Владимирскую область, в Ковровский район, в местечко Мелехово – на родину его супруги Любви Сергеевны. Есть пословица «Два переезда равносильны одному пожару», а у него это был уже третий переезд. А в другой пословице говорится «Все что ни делается – все к лучшему». И на новом для месте жизни пришлось все начинать сначала: в работе, в спорте, везде... Во-первых, начал строить дом, продолжал воспитание сыновей. Дом Александр Павлович строил сам, начиная с самого первого кирпичика, строил долго, преодолевая самые разные препятствия, но не в его характере отступать.

Владимирская область. Переезд в Ковровский район Владимирской области стало знаковым для А.П. Кудрявого, главное – он вернулся в увлекательный мир спортивного ориентирования. В поселке Мелехово на тот период не было ни одной спортивной секции. Первая попытка открыть секцию или организовать клуб по спортивному ориентированию оказалась неудачной. Пришлось через туризм – походы, палатки, турслеты – начинать развивать в регионе ориентирование. Вот тут мы с ним и познакомились на одном из туристических слетов. Обаяние, ум, любовь к детям были в его взгляде. Честно сказать, меня к ориентированию привлекло не само ориентиро-

вание, а именно Александр Павлович, своим примером, своим трудолюбием, своей любовью к жизни и здоровым «авантюризмом».

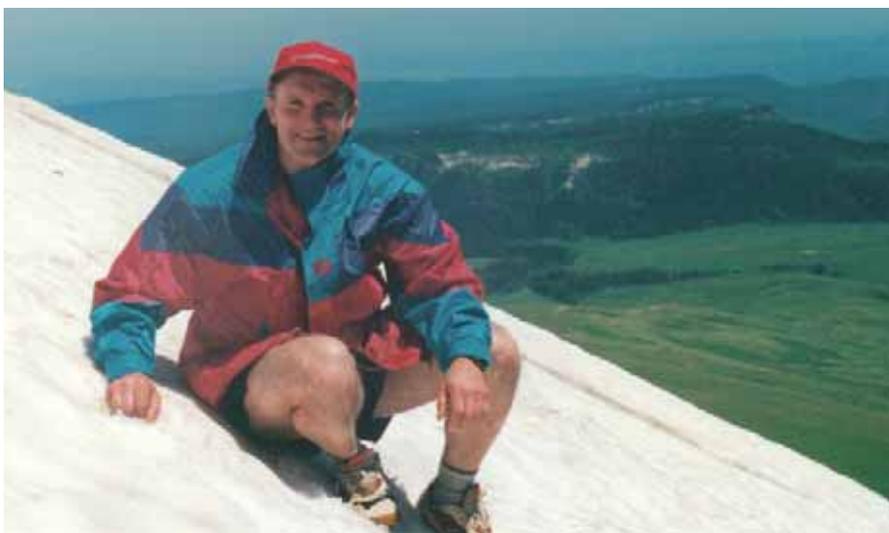
А ведь очень сложно и трудно складывался для него этот путь, учитывая и нелегкое положение в стране, расшатанной переходом к рыночной экономике, и непонимание власть имеющих в регионе в том вопросе, что есть такое спортивное ориентирование и зачем его надо развивать. Но с 1990 года Александр Павлович становится жителем Ковровского района, что мы все – его воспитанники – считаем для себя огромным подарком судьбы. Его неутомимость, ошеломляющая работоспособность и целеустремленность помогли ему в достижении цели, а цель он поставил еще тогда – развивать спортивное ориентирование! Трудовую деятельность в области физической культуры и спорта начал с 1991 года тренером-общественником по лыжным гонкам в поселке Мелехово, уделяя большое внимание физкультурно-оздоровительной работе с населением. Инициировал массовые соревнования «Мелеховская лыжня» с широким кругом участников: от дошкольников до пенсионеров. Это мероприятие стало традиционным. Мы хорошо помним этот спортивный праздник, который с нетерпением ждали и которому готовились не только мы, его воспитанники, но и все жители поселка Мелехово и Ковровского района.

С 1992 года, работая заведующим отделом спортивно-оздоровительной, досуговой массовой работы Мелеховского Дома творчества детей и подростков, развивая детско-юношеский спорт, создавая условия достижения высоких спортивных результатов жителей Ковровского района. Мы его воспитанники: Артемова Жанна, Борисов Алексей, Кудрявый Павел – стали первыми Мастерами спорта России по спортивному ориентированию в Ковровском районе. Потихонечку, преодолевая препятствие за препятствием (в виде отсутствия экипировки, финансовой поддержки и так далее) он вел нас к

тому, что мы становились победителями и призерами Первенств и Чемпионатов России, входили в состав сборных команд России и принимали участие в официальных международных соревнованиях, что открывало для нас новые горизонты для совершенствования. Постоянное стремление к чему-то новому, к еще более дальним горизонтам приводило Александра Павловича к тому, что он искал себя и в других сферах спортивной жизни.

С 1994 года Александр Павлович возглавил спортивное учреждение города Коврова спортивный комплекс «Вымпел» в должности директора, где и продолжало раскрываться его дарование в организации соревнований. Он и за это непростое дело взялся с огромным энтузиазмом. Огромное количество соревнований было организовано и проведено им на территории Коврова и Ковровского района. А ведь начинать надо было практически с нуля. Цветных карт для спортивного ориентирования в районе не было, и первая цветная карта появляется по инициативе Александра Павловича и при его всесторонней поддержке в окрестностях поселка Мелехово, и потом пошло-поехало, как говорят. Развивали районы для ориентирования просто с самого начала, готовя их к соревнованиям. Стало появляться большое количество спортивных карт авторства Владимира Сычева, Максима Екишева, Сергея Симакина, Виктора Добрецова и других талантливых составителей карт. Это положило начало целой серии соревнований российского ранга, начиная от Первенства России среди КФК и СК и заканчивая Чемпионатами и Первенствами России, все это по ориентированию на лыжах. Об областных соревнованиях даже нет смысла упоминать, им нет числа. Только на территории Ковровского района в период с 1996 года по настоящее время было им организовано и проведено: пять Чемпионатов России, шесть Первенств России, четыре Кубка России по спортивному ориентированию, и все это на высоком уровне. Отсюда и огромное количество карт, которые были подготовлены под эти соревнования – общей площадью около 50 квадратных километров.

Заслуженный тренер. В конце 90-х годов появилось новое направление в спортивном ориентировании – ориентирование на велосипедах. Ну, как же пройти мимо?! Это уж, позвольте, не получится. И пришлось всем воспитанникам садиться на велосипеды. А, велосипедов нет? Но началось с того, что Александр Павлович привез из Бельгии четыре велосипеда б/у, на которые не только уважающий себя велоориентировщик, но и начинающий, мне кажется, сейчас и не посмотрит. Вот с них и началось восхождение его на сегодняшний Олимп. Мне кажется, тут Александр Павлович нашел себя окончательно, на всю оставшуюся жизнь. Общение со спор-



тсменами, представляющими велоспорт, началось с довольно-таки сдержанного – можно даже сказать, холодного – знакомства с замечательным тренером по велоспорту в городе Ковров Фолифоровым Сергеем Федоровичем (отцом прославленного нашего ориентировщика Антона Фолифорова), который отнесся к нашему виду спорта более чем скептически. Ух, надо было убеждать, доказывать, увлекать... велогонщиков, для того чтобы они занялись – или хотя бы попробовали – себя в нашем замечательном виде спорта. Но красноречия Александру Павловичу не занимать, трудолюбия тоже, а к цели он идет не сворачивая, поэтому помалу и там отношения начали складываться. По личной инициативе он пришел к велогонщикам, предложил им попробовать использовать свои возможности педалирования в ориентировании на велосипедах. Начались тренировки, выезды, теоретическая работа. Мы работали с самого нуля, начиная с азов ориентирования.

Его инициатива, плюс самоотверженный труд, упорство, смелость, реальная самооценка окружающего – все это и позволило добиваться высоких результатов: победители и призеры Чемпионатов и Первенств России, первые медали с Чемпионата и Первенства Европы в 2006 году. Самым ярким, впечатляющим результатом сотрудничества ориентирования и велоспорта на сегодняшний день стал Антон Фолифоров – талантливый спортсмен и просто замечательный человек. Вот уже и Чемпионат и Первенство России по ориентированию на велосипедах 2004 года были взяты Александром Павловичем в Ковров. И успех был, начиная с серебра Антона Фолифорова, тогда еще очень молодого спортсмена, но, безусловно, очень талантливого, и серебра Артемовой Жанны в Чемпионате и заканчивая призовыми местами ковровских ориентировщиков и велогонщиков-ориентировщиков. И вот тогда мы поняли, что можем достигать здесь успехов. Александр Павлович увидел новый горизонт своего развития. Одной из его любимых поговорок в те времена была «У нас все есть, кроме Чемпиона Мира», а тут появилась реальная возможность к реализации этой мечты – Антон Фолифоров. Трудолюбия им обоим было не занимать, честолюбия, целеустремленности и подавно. Но сколько надо было еще преодолеть! Велоподготовка Антона была на очень высоком уровне, но надо было набраться опыта в ориентировании, а на это нужны были годы работы. И эта работа началась, кропотливая, огромная по объему. И трудно было сказать, где будет реализация всего вложенного труда – когда засияет звезда Антона на мировой арене спортивного ориентирования, и будет ли вообще. Но вера была – глубокая вера в то, что они оба добьются успеха.

Выступая в составе сборной команды



России Фолифоров Антон, воспитанник Александра Павловича, впервые стал Чемпионом Мира в 2009 году в Израиле. К ним пришел успех, которого они очень долго ждали. Это был первый их успех на мировой арене спортивного ориентирования, который, несомненно, они заслужили своим самоотверженным трудом и волей к победе – именно к той победе, которая нужна! А в 2010 году в Португалии Антон уже стал трехкратным Чемпионом Мира. За большие успехи в спортивном ориентировании Александру Павловичу присвоили звание Заслуженный тренер России, а Антону – Заслуженный мастер спорта.

И в 2014 году у Александра Павловича появляется новая подопечная в этом виде ориентирования – Виноградова Ольга, член сборной команды России по ориентированию на велосипедах, которой он тоже оказывает помощь в подготовке к Чемпионату Мира 2014 года, где Ольга стала Чемпионкой мира. И в этом году Антон становится уже шестикратным Чемпионом мира по спортивному ориентированию на велосипедах и двукратным обладателем Кубка Мира. Успех идет за тем, кто его достоин, кто его заработал своим недюжинным, самоотверженным трудом. Его заслужили Антон и Ольга, его заслужил наш любимый тренер Александр Павлович Кудрявый!

От имени воспитанников. В этом году у Александра Павловича юбилей – 60 лет! Из его шестидесяти, мы знакомы почти двадцать лет. Никогда не забуду тот 1994 год – когда в корне изменилась моя жизнь: стала интересной, увлекательной, открылись новые горизонты. Он вел нас за собой, находя внимание для всей и каждого, нам всегда хотелось идти к нему, чтобы снова и снова общаться. И неважно, что мы делали: готовились ли к турслету, проводили ли тренировку по ориентированию или просто пили чай в

своем «подвальчике», где была наша база. Это был наш «огонек», на который мы шли, чтобы получить огромное душевное удовлетворение. Очень хочется поздравить его своими простыми словами, чтобы выразить все наше уважение, глубочайшее восхищение этим человеком и огромную благодарность за все, что он сделал для каждого из нас и для спортивного ориентирования за свою нелегкую, но такую интересную жизнь

Так много сделано за годы жизни, но еще так много предстоит сделать. Отличительной чертой этого изумительного человека всегда было то, что в его голове всегда много новых идей, а сердце и душа всегда открыты новым людям, новым возможностям, новым жизненным реалиям. Мне очень сложно было представить, как сложилась бы моя жизнь, да и жизнь очень многих моих коллег по спорту, не появившись в ней по воле случая наш – уже даже не тренер – добрый друг и Учитель Александр Павлович Кудрявый. Зажигая сердца любовью к нашему виду спорта он вовлекает в наши ряды все больше и больше людей – искренних, любящих жизнь, идущих к самосовершенствованию, – начиная от детей и заканчивая взрослыми, уже сложившимися людьми. И это самое ценное, что может принести личность каждого человека в жизнь – дать частичку себя другим людям, помочь им найти себя в этой жизни, найти дело, которому ты готов отдать свое сердце.

Как говорит известный биатлонист Александр Тихонов, «Мы, спортсмены, не создаем материальных благ. Живем за счет народа, налогоплательщика. Ему платить победами надо». И можно с огромной уверенностью сказать, что Александр Павлович Кудрявый несет флаг России на спортивной арене с честью!

Жанна Артёмова

ЦЕНЮ ЧЕСТНОСТЬ И ИСКРЕННОСТЬ И УМЕНИЕ ДОБИВАТЬСЯ ПОСТАВЛЕННЫХ ЦЕЛЕЙ

Владислав Киселёв
(Пермь)

После окончания летнего сезона 2014 года, в коллекции молодого спортсмена из Перми Владислава Киселёва появились золотые медали по всем видам ориентирования, которые он завоевывал на Первенствах Мира и Европы. Он первый в мире спортсмен, которому удалось одержать первенство одновременно в лыжном ориентировании, в ориентировании бегом и в ориентировании на велосипедах. Если бы Международная федерация ориентирования присуждала бы приз за универсальность, то россиянин Владислав Киселёв стал первым его обладателем.

По просьбе журнала «АЗИМУТ», с молодым, универсальным спортсменом побеседовал руководитель Пермского ориентирования Анвар Нурисланов.

- Владислав, расскажи о себе, своей семье, родителей. Где ты родился, учился? Где сейчас живёшь, работаешь (учишься), тренируешься? Как ты начинал, кто привёл тебя в ориентирование, кто был первым тренером и кто из педагогов сыграл большую роль в становлении тебя как личности и как спортсмена?

- Родился я в Перми, в семье ориентировщиков: Надежды Алтуховой и Андрея Киселёва. Примерно тогда, когда мне было 3-4 года, мама с бабушкой поставили меня на лыжи, и зимой мы часто гуляли по лесу недалеко от дома. В 2003 году мой папа, он же мой первый и единственный тренер, начал брать меня с собой на тренировки, на которых я, поначалу в игровой форме, находил пункты и проходил несложные дистанции. Так я втянулся в спортивную жизнь и полюбил ориентирование.

В этом же году меня отдали в общеобразовательную школу №127, в которой за одиннадцать лет учебы учителя мне дали довольно хорошие знания. После сдачи ЕГЭ я решил продолжить обучение в Пермском педагогическом университете, на факультете физической культуры – хотя были и другие варианты поступления, этот показался мне наиболее подходящим для продолжения спортивной карьеры.

Тренируюсь я вместе с группой сильных спортсменов под руководством моего отца, в пригороде города Перми, где мы снимаем небольшую комнату в отделении лыжных гонок. Поблизости есть лес с лыжными кругами и неплохой сеткой лыжней.

- Расскажи о своих выступлениях на юниорских первенствах? Какая медаль самая дорогая и какое первенство запомнилось больше всего и почему? Какие соревнования для тебя самые памятные, что больше всего понравилось?

- Для меня все медали с международных первенств дороги, и каждая из них – это отдельная часть жизни, пережитая с потом и кровью ради достижения результата. Самым запоминающимся Первен-

ством для меня является лыжное Первенство Европы в Эстонии. Я, как и в общем-то вся команда, был удивлен пятисантиметровым слоем снега на лыжнях и его полнейшим отсутствием на некоторых участках леса. К тому же одну из дистанций пришлось бежать под дождем, и было очень непривычно ехать на лыжах по лужам. Самыми памятными я считаю летние многодневные соревнования в Ленинградской области в 2004 году. Это был мой первый старт за пределами Пермского края, к тому же местность там сильно отличалась от родных пермских карт: высокие скалы, большое количество россыпей и отдельных камней, болота, заросшие мхом, качающимся под ногами, и множество озер.

- На юношеском уровне ты являешься обладателем золотых медалей во всех видах ориентирования. А какой вид ориентирования тебе ближе всего? В чём ты дальше планируешь совершенствоваться?

- Все-таки я больше склоняюсь к ориентированию на лыжах и планирую совершенствоваться в нем в большей степени, так как условия в Пермском крае лучше всего подходят именно под этот вид ориентирования. Но техника бегового ориентирования очень помогает в любом из видов, поэтому не буду забывать и про летние старты.

- Что привлекло и продолжает привлекать в ориентировании? Что главное для тебя в этом виде спорта и почему ты связал свою жизнь именно с ним?

- Больше всего в ориентировании меня привлекает разнообразие, ведь никогда не бежишь одну дистанцию дважды, и поэтому каждая из них остается уникальной. К тому же, перед стартом участник никогда не знает, что именно будет ожидать его на дистанции. Я люблю посещать новые места, а не бегать несколько раз по одному и тому же кругу. Наверное, поэтому я и связал свою жизнь с этим видом спорта.

- Какими качествами и умениями, на твой взгляд, должен обладать современный спортсмен-ориентировщик мирового



го уровня? Если какие-либо модельные характеристики, которые обязательны для всех спортсменов мировой элиты?

- Я считаю, что для спортсмена-ориентировщика очень важно иметь сильный тип нервной системы, уметь психологически настраиваться на старт и сохранять самообладание на протяжении всей дистанции, не отвлекаясь ни на секунду. Также спортсмен должен иметь силы переступить через собственное «не хочу», терпеть и во что бы то ни стало добиваться своей цели.

- Что ты больше всего ценишь в людях, а что не приемлешь? Есть ли у тебя кумиры в спорте и в жизни или примеры, которым хочется подражать?

- В людях больше всего ценю честность и искренность, также ценю умение добиваться поставленных целей. Кумиров у меня нет, но есть люди, у которых я стремлюсь перенять опыт и некоторые полезные для себя качества.

- Чем ты увлекаешься помимо спорта, какие у тебя хобби? Чем ещё интересуешься?

- Помимо спорта я люблю собирать грибы, ходить на рыбалку, сплавляться по рекам и посещать различные новые места.

- Каковы твои цели в спорте? Чего хочешь достичь? Кем планируешь стать и чем заниматься во взрослой жизни?

- Вообще хотелось бы достичь победы на взрослом Чемпионате Мира, но на данный момент просто хочу хорошо подготовиться к предстоящему зимнему сезону. Во взрослой жизни я бы хотел продолжить свою спортивную карьеру.

- *Пермский край один из ведущих в России в ориентировании на лыжах. Как ты думаешь, в чем секрет успеха?*

- У нас очень хорошие тренеры, две специализированные спортивные школы и подходящие условия для подготовки ориентировщиков-зимников: осенью рано выпадает снег, в крае есть большое количество районов с лыжными сетками различной сложности.

- *Каковы отличительные особенности и Владислава Киселева на дистанции или важные моменты «идеального» прохождения дистанции? Что помогает подготовиться к старту?*

- В приметы я не верю, а перед стартом стараюсь как можно меньше думать о важности соревнований, слушаю музыку, иногда могу даже поиграть в компьютерные игры. На дистанцию я обычно настраиваюсь непосредственно перед выходом на старт. Моменты «идеального» прохождения дистанции для меня:

1. Правильный настрой на старт.
2. Постоянная концентрация внимания на протяжении всей дистанции.
3. Умение заранее выделять пункты, на которых наиболее вероятно ошибка.
4. Четкое исполнение алгоритма работы с картой.
5. Управление собственными эмоциями.

- *Хватает ли у тебя времени на личную жизнь? Ведь спорт отнимает много сил. Как родители относятся к твоим успехам в спорте?*

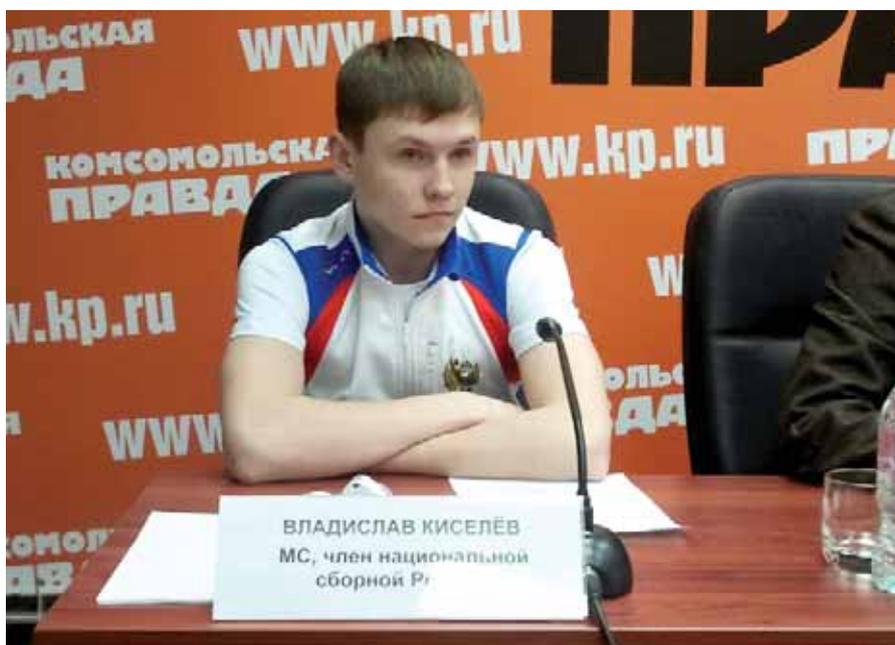
- На личную жизнь времени хватает, все-таки не 24 часа в сутки тренируюсь. Родители разделяют со мной радость моих побед и поддерживают в случае неудач, тем более они сами ориентировщики и как никто другой меня понимают.

- *Ты – молодой мастер спорта, а когда и где произошло выполнение этого норматива? Расскажи про свои цели в жизни, чего ты еще хочешь достичь?*

- Норматив мастера спорта я выполнил, победив на своем первом международном старте – на Первенстве Европы в Украине в 2012 году. На тот момент мне было 14 лет и до пятнадцатилетия оставалось пара дней. Вообще хотелось бы в жизни заниматься любимым делом, на данный момент это спорт и ближайшие цели связаны только с ним.

- *Какие будут пожелания самым молодым ориентировщикам России от Владислава Киселева?*

- Самым молодым ориентировщикам хочу пожелать всегда добиваться поставленных перед собой целей, не отчаиваться после неудач, а становиться только сильнее.



ТИМ РОБЕРТСОН (Новая Зеландия) – ЮНИОР ГОДА



Всего пять недель спустя после своей победы на юниорском Первенстве Мира по спортивному ориентированию бегом в Болгарии Тим Робертсон из Новой Зеландии снова смог утолить свою «жажду золота» уже на юниорском Первенстве Мира по ориентированию на велосипедах в Польше. Новозеландский юниор стал первым спортсменом в истории мирового ориентирования, завоевавшим в течение одного года медали высшей пробы в этих двух дисциплинах.

Когда Тима Робертсона впервые отобрали в национальную сборную для участия в юниорском Первенстве Мира 2011 года, проходившем в Польше, юный новозеландец еще толком не знал, что такое большой спорт:

- У нас в Новой Зеландии таких крупных соревнований не проводят, так что, когда я в 15 лет попал на юниорское мировое Первенство, мир ориентирования стал для меня еще интереснее.

Отличная физическая и техническая подготовка помогли Тиму показывать стабильные результаты, однако он был крайне удивлен, когда попал в состав новозеландской сборной на «взрослом» ЧМ 2012 года. Там он смог пробиться в финальный забег спринта, проходившего в Лозанне. И хотя сам Тим говорит, что бежал он не лучшим образом, «невероятную атмосферу» чемпионата он не забудет никогда. Следующие два года Тим продолжал тренироваться и оттачивать навыки, и в 2014 году показал свои лучшие на данный момент результаты.

Тим родился 5 августа 1995 года в городе Лоуэр-Хатт на Северном острове Новой Зеландии, в 15 минутах езды от Веллингтона. Когда Тиму было 10 лет, его сестра Лора начала заниматься ори-

ентированием в школе. За ней подтянулась и остальная семья.

- Нам просто надоело ждать, ничего не делая, пока она бегала в лесу, – вспоминает Тим. – Тогда мы решили сами попробовать, с тех пор так и бегаем.

Тим – фанат активного отдыха. Бег, горный велосипед, серфинг, хоккей – лишь некоторые из его увлечений. В ориентирование он пришел именно из легкой атлетики, из бега, и увлекся всерьез. Тим окончил школу в прошлом году и решил сделать перерыв. Зачем? Чтобы оптимально подготовиться к «взрослому» и юниорскому чемпионатам мира по ориентированию. В самом начале лета Тим собрал чемоданы, взял карты, компас и сел на самолет в Европу, чтобы тренироваться в Старом Свете.

- Я провел в Европе четыре прекрасных месяца. Я побывал во множестве красивых мест, общался с друзьями и знакомыми по юниорскому чемпионату, посещал их страны, тренировался с ними. Я уже жду не дождусь, когда смогу снова поехать в Европу в следующем году.

Тим успел поучаствовать в Юколе, побегать на таллиннской неделе ориентирования O'Week, потом отправился на «взрослый» Чемпионат Мира, а после – уже и на юниорское Первенство, где смог подняться на высшую ступень пьедестала почета. Не в последнюю очередь, благодаря решению приехать в Европу, загодя и готовиться к большим стартам в условиях, приближенных к соревновательным.

У Тима нет тренера, расписание тренировок он составляет сам на каждую неделю – с учетом своего расписания и физического состояния. Тим жалуется,

что тренироваться у себя на родине ему не просто. Нужно больше часа ехать на машине, чтобы добраться от дома до места, где можно провести качественную тренировку с картой в лесу. В начале года Тим работал, и часто ездить в лес не успевал. Поэтому тренировал навыки ориентирования Тим всего раз в неделю и чаще всего ограничивался спринтом.

Для поддержания и набора формы Тим решил включить в тренировки не только бег, но и другое свое увлечение – велосипед, на котором он ездит раз или два в неделю.

- Горный велосипед – это отличный способ не нагружать ноги, но при этом все равно хорошенько позаниматься.

Вместе с коллегами «по цеху» Тим раз в неделю устраивал ночные тренировки. Кроме того, Тим старался принимать участие во всех соревнованиях по ориентированию, какие только проходили в Новой Зеландии, но все же основную часть его подготовки к чемпионатам составлял бег.

- Стать дважды чемпионом мира, да еще и в разных дисциплинах – это просто здорово, – делится впечатлениями Тим.

В прошлом году Тим занял на юниорском Первенстве Мира третье место, так что «золото» стало одной из основных целей на этот сезон. Однако двух золотых медалей Тим от себя никак не ожидал.

- Выиграть «золото» еще и на велосипеде – это приятное дополнение к моей европейской вылазке. После юниорского чемпионата 2013 года в Чехии я знал, что могу претендовать и на высшие места. Однако в своих силах на велосипеде я не был до конца уверен. До этого я участвовал всего-навсего в шести заездах в рамках Чемпионата Океании 2014 года, который прошел в Новой Зеландии. Я показал там неплохие результаты, и наш ориентировщик на велосипедах Роб Гарден фактически уговорил меня взять с собой велосипед и поехать на соревнования в Польшу.

На велосипед Тим сел только за неделю до начала соревнований. Времени оставалось в обрез, но Тим успел пройти все тренировочные маршруты. На этом чемпионате Тим был единственным юниором из Новой Зеландии, поэтому он считает, что ему очень повезло, что он смог на время соревнований пожить со спортсменами из австралийской сборной.

- Конечно, к чтению карты я был готов, но вот на велосипеде я к тому моменту не ездил уже два с половиной ме-

сяца, так что я не был уверен в своей форме. И если беговое «золото» было одной из моих целей на сезон, то «золото» велосипедное было полной неожиданностью.

- Начиная с прошлого года, я готовился исключительно к соревнованиям по спортивному ориентированию бегом, к велосипедным стартам я отдельно не готовился. Но уже в спринте я пришел вторым, чего сам от себя не ожидал, и решил, что на средней дистанции выйду более собранным – а вдруг и правда смогу победить. И ведь смог! Длинная дистанция была для меня самой тяжелой. Там я в полной мере осознал, что зря я целых два месяца не катался на велосипеде. Но мне просто было некогда – я усиленно готовился к «беговым» чемпионатам, а велосипед мне пришлось оставить в Финляндии, пока я сам побывал еще в семи странах. Прежде чем поехать в Польшу, я за десять недель покатался всего один раз. В Боровце, в Болгарии, я взял горный велосипед на прокат и проехал десятикилометровый маршрут с горы Мусала.

- Победа на юниорском чемпионате по ориентированию бегом значила для меня больше. Я вложил в нее столько сил и тренировок. Победить на велосипедах тоже было здорово, но ради этой победы я так много не тренировался, я на нее не рассчитывал, это был приятный сюрприз. Мне кажется, в ориентировании на велосипедах проще показывать стабильные результаты в разных дисциплинах. В ориентировании бегом сложнее хорошо выступать и в спринте, и на средней дистанции, и на длинной.

- Вам не сложно совмещать разные виды ориентирования?

- Мне очень нравится ориентирование на велосипедах, но я себя считаю, прежде всего, бегуном. Хотя на следующий сезон я о велосипеде тоже подумываю. Став дважды чемпионом, я задумался, как может сложиться моя карьера, если бы я мог больше тренироваться в Европе и если бы у меня был тренер.

- Почему так мало «бегунов» участвует в соревнованиях по ориентированию на велосипедах?

- Мне кажется, что бегунам не так уж и сложно освоить еще и велосипедное ориентирование, тем более если уже есть какой-то опыт с горными велосипедами. Лично я до чемпионата мира выходил всего на несколько стартов, зато раньше я участвовал в обычных гонках на горных велосипедах. А вот из ориентирования на велосипедах перейти в ориентирование бегом намного сложнее. Мне очень понравилось, что в этом сезоне я смог уделить время чему-то новому. Думаю, пока ты молод, надо пробовать, оставлять открытыми как можно больше дверей, получать удовольствие от того, что ты делаешь.

- Если не считать недавние победы, главным достижением Тима было участие в финальном забеге спринта на ЧМ-2012 в Лозанне.

- Это правда. Главным достижением моей карьеры был именно этот финал. Тогда мне было всего 16. Мне понравилось все: и атмосфера, и организация, и сам забег. Я раньше никогда не бегал с GPS-навигацией, и это тоже было для меня в новинку. Ну а теперь, конечно, в списке моих достижений еще и два юниорских титула.

- Худший момент карьеры мне выбрать не просто, слишком многое приходит на ум. Возможно, это то, что на последних двух чемпионатах мира я не смог пробиться в финал спринта. Особенно учитывая, что один раз у меня это получилось. И я знаю, что мне это по силам. Поэтому это вдвойне обидно. Но это тоже полезный опыт, и не стоит забывать, что впереди у меня еще много лет в спорте.

- Спринт – это ваша любимая дисциплина?

- Лучше всего я выступаю в спринте, но все-таки самая моя любимая дистанция – средняя. Я бежал среднюю дистанцию на ЧМ-2013, это была моя первая гонка в Скандинавии. Я занял 23-е место, и хотя в финал я не попал и вообще провел забег не слишком хорошо, результатом я остался доволен. О длинной дистанции я тоже думаю. Поскольку я в ориентирование пришел из бега, возможно, именно на длинной дистанции смогу что-нибудь показать. Однако это огромный шаг – перейти из длинной дистанции юниорских ЧМ на длинную дистанцию «взрослых» ЧМ. Так что это займет несколько лет. В этом году я неплохо выступил в Норвегии на Чемпионате по ориентированию на сверхдлинных дистанциях. Я пришел вторым в категории «до 20 лет». Это отличный результат, учитывая, что я впервые бегал по такой местности и первым ушел со старта.

- Какой был самый интересный ландшафт?

- У нас в Новой Зеландии тоже есть, чем похвастаться. А из моих зарубежных выступлений мне запомнилась как раз Норвегия и квалификационный забег на среднюю дистанцию на ЧМ-2013 в Финляндии.

- Кто из ваших соперников больше всего вас поразил в этом году? - Очень сложно кого-то выбрать, очень уж много сильных спортсменов. Но я бы отдал свой голос Серену Бобаху и Даниэлю Хубману.

- Тяжело ли спортсменам с других Континентов выступать в Европе?

- Я уже четыре года в составе юниорской сборной и три года выступаю на взрослых чемпионатах, так что последние четыре года я сбегал от новозеландской зимы – участвовал в соревнованиях

ях в Европе. Лететь приходится 30, а то и больше часов. Такой долгий перелет дает о себе знать. Наша сборная обычно приезжает на юниорский ЧМ за две недели до начала соревнований, чтобы привыкнуть к смене часовых поясов и новому типу местности, поскольку у нас нет возможности проводить тренировочные сборы, как это делают другие команды. Когда я сажусь в самолет, я перевозю часы, ставлю время той страны, куда мы летим, а потом стараюсь спать и бодрствовать, когда это возможно. Хотя это непросто, когда вам подают завтрак, а в Европе уже время ужинать. Мне обычно нужно три-четыре дня, чтобы привести распорядок сна в норму. Мне помогают небольшие пробежки в первые дни после перелета, даже если во время этих пробежек я чувствую себя ужасно

Победа Мэтта Огдена на юниорском ЧМ-2012 дала Тиму понять, что «взобраться на вершину мира можно и из Новой Зеландии». Местные чемпионы могут стать вдохновителями будущих побед.

- Расскажите об ориентировании в Новой Зеландии?

- Ориентирование в Новой Зеландии набирает обороты, им занимается все больше людей. У нас сильная группа юниоров, и проводится все больше тренировок – в больших и маленьких группах. Надеюсь, что мои результаты, а так же результаты моего партнера по тренировкам Ника Ханна и, конечно же, нашей эстафетной команды на юниорском ЧМ-2014, вдохновят еще больше юниоров брать с нас пример. Я живу в Веллингтоне. Помню, как перед финалом спринта просыпался в собственной кровати. Даже не верилось, что сегодня я побегу на этапе Кубка мира. Я уже привык, что на все большие соревнования, мне надо да-

Имя: Тим Робертсон

Страна: Новая Зеландия

Дисциплина: ориентирование бегом / ориентирование на велосипедах

Достижения:

Чемпионаты мира:

14-ое место в смешанной эстафете (2014),

33-е место в спринте (2012);

Чемпионаты мира среди юниоров:

1-ое место в спринте (2014),

3-е место в спринте (2013);

Чемпионаты мира по ориентированию на велосипедах среди юниоров:

1-ое место на средней дистанции (2014),

2-ое место в спринте (2014).

Положение в мировом рейтинге Международной федерации ориентирования (ИОФ): 77

Положение в мировом рейтинге ИОФ среди ориентировщиков на велосипедах: 117

Сайт:

www.facebook.com/timrobertson95

леко лететь. Здорово, что нам довелось помериться силами с ведущими ориентировщиками у себя дома. Если бы еще Новой Зеландии когда-нибудь доверили проведение чемпионата мира... Из-за того что мы так далеко от Европы, где базируется большинство ориентировщиков, нам редко выпадает шанс принять у себя этапы Кубка мира или самим поучаствовать в этапах, которые проходят в Европе. Поэтому, чтобы набираться опыта и завоевывать очки в зачет Кубка мира, нам приходится либо ездить, либо вообще перебираться в Европу. Поэтому этапы Кубка мира, которые прошли в Новой Зеландии в 2013 году и в Тасмании в 2014 году, сыграли важную роль в развитии ориентирования в регионе.

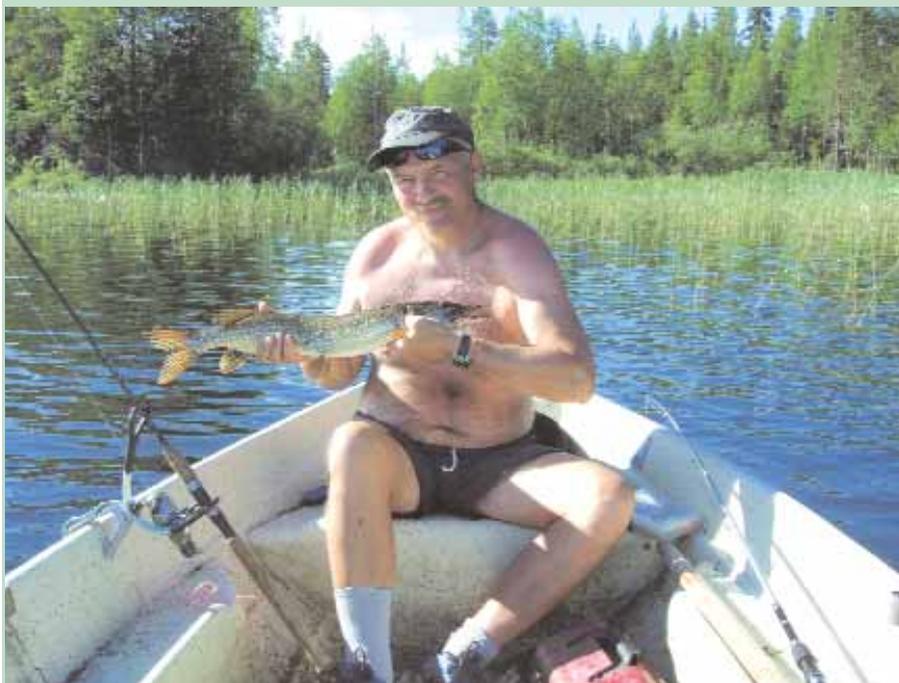
В сентябре Тим также принял участие Чемпионате мира по горному бегу, который прошел в Тоскане, Италия.

- Я решил попробовать что-то новое, когда меня отобрали в сборную. До этого я в горных забегах участвовал всего дважды, так что я тоже не знал, чего ожидать на чемпионате. Вся моя подготовка – это три с половиной месяца ориентирования, когда я неделю бегал в соревновательном режиме и неделю отдыхал.

Забег в гору был красив и труден, спортсмены вышли на старт в небольшой деревушке и побежали вверх по единственной дороге, по каменистым тропам, через живописный мраморный карьер. Всего спортсмены пробежали 8,4 км, поднявшись при этом на 710 м, причем 600 м маршрута проходили через шахту внутри горы.

- Было здорово бежать с такими сильными соперниками, включая чемпиона мира на 3000 м среди юниоров. Старт мне не очень удался, поэтому я застрял в отстающей группе на ранней технической секции, а это мое сильное место. Но мне удалось немного наверстать упущенное в начале и я финишировал 32-ым.

- О чём Вы мечтаете и чего хотите достичь в спорте? - Я мечтаю в один прекрасный день оказаться на пьедестале почета чемпионата мира, но прежде чем это случится, мне предстоит много работать. Я не знаю, что я хочу учить в университете, поэтому я не хотел бы тратить много денег на что-то, что мне не по душе. До конца года у меня еще несколько небольших соревнований в Новой Зеландии. Я буду готовиться к первому, тасманскому этапу Кубка мира 2015 года. Надеюсь, там я смогу превзойти свое 20-ое место в спринте на новозеландском этапе Кубка мира в 2013 году. В 2015 году я сделаю основой упор на том, чтобы показать достойные результаты в качестве юниора – это мой последний год. Хотелось бы защитить свой спринтерский титул и улучшить показатели на длинной дистанции, а также лучше выступить на «взрослом» чемпионате мира.



Не секрет, что успешная спортивная карьера базируется на продуктивном сотрудничестве спортсмена, его тренера, его родителей и спортивных организаций).

Не вдаваясь глубоко в психологию и педагогику, попытаемся осветить некоторые актуальные моменты отношений между детскими тренерами и родителями их воспитанников (как они видятся тренеру).

Прежде всего, надо назвать основные цели тренеров и родителей, связанные с занятиями детей ориентированием. Родители ждут от занятий детей оздоровительного эффекта, полезного заполнения свободного времени в хорошей компании; многих родителей привлекает возможность в выходные и каникулы отдохнуть от своих чад. Как правило, спортивные достижения не сильно волнуют мам и пап. Тренерам же важнее всего именно достижение спортивных результатов, естественно, при сохранении и улучшении здоровья, как основы для дальнейшего увеличения нагрузок; во вторую очередь, тренерам нужен трудоспособный, управляемый, позитивный коллектив учеников.

Очень важным для рассмотрения, отношений тренер - родители, представляются такие особенности ориентирования, как противоречие между сугубо индивидуальными действиями спортсмена на дистанции и необходимостью коллективных действий вне леса – в ходе выездов и тренировок, особенно при проведении сборов и соревнований в полевых условиях. Другой важной деталью является необходимость проведения огромного числа выездов на тренировки, сборы и соревнования, где спортсменам и тренерам приходится не только тренироваться,

но и просто вместе проводить время и вести быт.

И наконец, необходимо пару слов сказать о современном семейном укладе. Сейчас, в основном, нет войн, репрессий, продуктовых карточек; очень многим доступны личные автомобили, заграницы, неограниченные возможности развлечений. В этой, безусловно, положительной в целом, ситуации есть и отрицательные стороны – отсутствие навыков самообслуживания, ответственности, привычки к долгому труду. Как у детей, так и у родителей появилась и некоторая расслабленность перед силами природы, с которыми постоянно приходится сталкиваться ориентировщику.

С какими же конкретно неувязками встречаются детские тренеры?

1. Во-первых, приходят на ум родительские «подарки», случающиеся с завидной регулярностью. Самый безобидный из них – отправка на выезд без предупреждения тренера о непереносимости ребенком транспорта. В лучшем случае проблема касается автомобильного транспорта, но нередки и нюансы в автобусах, самолетах и даже поездах. Нечего и говорить, что наличие такого ребенка сильно затрудняет поездки и жизнь группы, хотя методы борьбы с тошнотой известны. Другим распространенным типом «подарка» является опять-таки выезд на сборы ребенка, страдающего ночным недержанием. Не предупрежденные тренеры и вожатые (если речь идет о лагере) тратят время и огромные педагогические усилия на примирение детей, не желающих жить в одной комнате (палатке) с писуном. Остаток времени уходит на стирку постельного и нижнего белья. Случаются «подарки» и посерьезней.

ТРЕНЕРЫ И РОДИТЕЛИ

Тезисы к очередному родительскому собранию

Как-то раз, давно, со мной в лес поехала десятилетняя девочка, как позднее выяснилось, страдающая астмой, вызываемой майнезом. Поевши на праздник салатика, девочка стала на глазах распухать, а на вопрос: что с ней делать, был получен ответ: «Я теряю сознание, и меня увозят в больницу». Впрочем, в тот раз всё закончилось благополучно.

Это к тому, что подразумеваемая общая заинтересованность тренеров и родителей в здоровье детей не всегда гарантирует устраивающий стороны результат. Необходимо взаимное доверие, ведь тренер во время выездов отвечает за жизнь и здоровье юных спортсменов и должен принимать взвешенные решения в случаях угрозы, а для этого кроме квалификации и опыта ему нужна и достоверная своевременная информация.

2. В мае 2014 года в Ленинградской области произошел трагический случай, вызвавший множество обсуждений, советов, анализа потребительских свойств различных гаджетов, призванных помочь отысканию потерявшихся. Но, к сожалению, этот случай не побудил некоторых родителей по-настоящему серьезно относиться к занятиям ориентированием своих детей. Так, для примера, уже в июне на выезде группы нашей спортшколы в лагерь примерно у четверти (из тридцати юных спортсменов) не оказалось ни часов, ни компасов (не буду себя утруждать объяснением необходимости этих нехитрых устройств для обеспечения безопасности проведения занятий в лесу). При том, что тема часов и компасов звучит на родительских собраниях дважды в год. Так что вряд ли GPS и ГЛОНАССы улучшат ситуацию.

3. Неприспособленность к самообслуживанию. Вспоминаются легенды о вылитом курином бульоне, как лишней части при готовке вареной курицы. Но наиболее освежил тему случай всё в том же июньском лагере, когда ребенок одиннадцати лет неделю не ходил в душ только потому, что не знал как им пользоваться. Как правило, именно тренерам приходится прививать начальные навыки по стирке и сушке беговой формы, приведению в порядок шиповок.

Другой аспект этой темы - поддержание чистоты в местах проживания и транспорте. Тренеры имеют привычку требовать минимальной чистоты в номерах, классах, палатках, на сиденьях и вокруг них в транспорте, прочих помещениях, где приходится находиться на выездах. Порядок и чистота нужны, в

частности, для полноценного отдыха. Тренерский усилия малоэффективны – по-прежнему, носильные вещи лежат ровным слоем везде, а обертки от конфет и печенья – преимущественно под кроватью. Эта борьба за санитарное состояние нескончаема, но, надо отметить, что не всегда родители поддерживают тренеров в этих битвах с мельницами. Широкое хождение имеет такая родительская риторика: посмотрите вокруг, даже в Петербурге, - грязь, помойки и разруха, урн нет - это привычная среда, так зачем от детей требовать чего-то другого?

4. Для тренера его воспитанники и их тренировки, соревнования – большая, серьезная и важная часть их жизни. Такое же отношение к лесному спорту тренеры пытаются привить и развить у своих воспитанников. Им хочется, чтобы дети ощущали ответственность за личный результат, за результат команды, и, особенно, эстафетной. Для родителей же сплошь и рядом важнее участия в Чемпионате города посадки картофеля на даче, день рождения бабушки, покупка нового платья. Потом не приходится удивляться, когда юный ориентировщик может предпочесть соревнованиям прогулку с друзьями или катание на велосипеде.

Кроме того, есть соревнования и соревнования – и спортсмены и родители должны понимать разницу между «хлебными» стартами, играющими важную роль для спортшколы, клуба, города, страны, и, наконец, тренерской зарплаты, и прочими – коммерческими, тренировочными, многодневными.

Очень важно понимать, что только регулярные тренировки на протяжении многих лет приводят к серьезным спортивным результатам, и только так достигаются положительные сдвиги в здоровье ребенка. Недопустимо применять как наказание пропуск тренировок.

Хотя, конечно, нужно оговориться - заинтересованности, мотивированности следует ждать от 15-16-летних спортсменов: более юные могут увлечься другими видами активности вне ориентирования, и это нормально.

5. Деньги и документы. Каждый выезд требует тщательной подготовки со стороны тренера и администрации - необходимо заблаговременно найти, заказать и оплатить транспорт, проживание, питание, заявку. Тренерам, работающим в спортшколах, сообразно требованиям

времени, надлежит оформить массу разнообразных документов – командировок, маршрутных листов, путёвок, договоров, справок, страховок, виз, согласий и т.п., часть из которых должна предоставляться родителями. К сожалению, многие считают, что для поездки ребенку просто надо в нужный момент прийти на вокзал, а уж там тренер сам разберется и всё чудесным образом образуется.

6. Занятия ориентированием требуют концентрации внимания, а с этим, по нашим наблюдениям, возникают значительные проблемы из-за увлеченности разными компьютерными играми и постоянным слушанием наушников. В какой-то мере эти игрушки помогают тренеру заполнять детский досуг на сборах, но чрезмерное увлечение нажатием кнопочек, особенно вместо сна, приводит к совершенно несуразным ошибкам на дистанциях. Тренерам приходится временно реквизируют дорогостоящие родительские презенты-гаджеты-игрушки для организации полноценного детского отдыха и сосредоточения на тренировочном процессе.

7. Ожидание воспитательного эффекта. Как мне объяснили сами опытные родители ориентировщиков, воспитание ребёнка есть необязательный побочный продукт тренировочного процесса. Возможно, многолетние занятия ориентированием и улучшат воспитанность ребенка, а возможно и нет! Увы, приходится признать, что и среди спортсменов с многолетним опытом остаётся немало плохо воспитанных людей. А хорошее воспитание же очень помогает и в контактах с членами команды, и с разными тренерами, и с функционерами, и с соперниками.

При этом необходимо заметить, что качества, уже имеющиеся или приобретённые в жизни, проявляются и в спорте, и наоборот. Грубо говоря, если ребенок не привык регулярно мыть руки перед едой, то и приучить его постоянно ориентировать карту будет непросто.

Будем надеяться, что данные заметки, не претендующие на полный охват проблемы, всё-таки облегчат взаимопонимание между тренерами и родителями, что, в свою очередь, послужит процветанию спортивного ориентирования.

*К.В. Волков
4 сентября 2014 г.
г. Санкт-Петербург*

КЛУБНАЯ ФОРМА ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ОРИЕНТИРОВЩИКОВ

(на примере ДЮКСО «Хрустальная призма» г. Гусь-Хрустальный, методический материал)



Детско-юношеский клуб спортивно-ориентирования «Хрустальная призма» родился на базе городского турклуба «Мещера», начавшего свою историю 01 апреля 1976 года. В клубе было два направления: водный туризм и ориентирование. Впоследствии они стали отдаваться друг от друга и тогда родилась идея организовать ДЮК, как тогда стало модно по видам спорта. Так и в 1978 году образовался ДЮКСО «Хрустальная призма».

1. Клуб ДЮКСО «Хрустальная призма» - Это объединение детей и их родителей, объединенных общей задачей воспитания здоровых как физически, так и морально детей.

Только в каком-то объединении дети чувствуют общность интересов, возможность реализации своих интересов в коллективе единомышленников. Интересы у каждого ребенка свои и разные. Кто-то хочет кого-то обогнать или победить всех. У другого ребенка есть желание показать свои таланты, дарования и особенности в чем-либо. В клубе это можно реализовать. Есть Правление клуба, состоящее из членов клуба и ро-

дителей, которое готовит план различных мероприятий: культурных, спортивных, познавательных, поездки, походы в лес, кино и другие города. На общем собрании клуба все участвуют в обсуждении своих мероприятий. Каждый осознает свою значимость в общем деле. И это большое подспорье для молодого человека, который, может быть, пока не осознавая, приучает себя правильно вести себя в обществе уже взрослых людей.

2. Ответственность за порученное дело. По мере развития каждому участнику клуба дается поручение сделать что-либо, помочь старшим в подготовке соревнований, в изготовлении атрибутики клуба, размножении материалов соревнований, карточек отметки. Молодой человек уже начинает понимать меру своей ответственности за порученное дело. Если он что-то не сделал или не успел сделать или сделал, но не так – значит общее дело может быть не выполнено должным образом, сорвутся соревнования и все будут знать, кто в этом виноват. То ли он проспал, или поленился вовремя подойти и сделать. Такой

опыт дорогого стоит. Состояние молодого человека, нацеленного на обязательное выполнение данного ему поручения, развивается до безусловной готовности выполнить то, что он принял на себя сам или по поручению членов Правления клуба.

3. Развитие инициативы ребенка. В работе клуба особо обращается внимание на развитие инициативы ребенка. Предлагается к обсуждению какая-то проблема или задача, которую нужно решить. Как эту задачу решить – пока не известно. Предлагается подумать и дать возможные варианты реализации. Здесь преследуется цель воспитания инициативного молодого человека, который всегда найдет оптимальное решение в различных житейских и общественных ситуациях. Он не будет ждать, когда придет добрый дядя и все за него сделает. Молодому человеку уже не интересно это. Ему уже хочется самому сделать это. И чтобы обязательно его за это оценили. И это главное. Человек, как участник общества, член общества, должен быть оценен обществом. Поэтому в клубе лучшие дети в различных

делах выделяются, награждаются. И такое отношение вырабатывает правильное отношение к награде со стороны общества.

4. Чувство долга. Да, как это ни удивительно сегодня, когда многое размыто, понятие долга нужно прививать и развивать в детях. Чтобы не случилось так, что все должны делать все для ребенка, а он никому ничего не должен. Уже говорят: школа должна, садик должен, тренер должен и т.д. Семья устранилась из этой цепочки взаимосвязанного

процесса воспитания. Поэтому в клубе на всех стадиях – от «чайников» до мастера спорта

прививается понятие долга каждому члену клуба. Старший должен помогать младшему и тренеру, мальчик должен помочь девочке. Свободный от дежурства по кухне или лагерю должен оказать помощь уставшим. И это становится нормой для большинства членов клуба и они уже не кричат: «А почему я должен?».

5. Чувство соперничества. Нужно ли оно? Да, обязательно. Без этого не будет результатов в спорте или в работе, учебе. Дружба в быту, школе в походе. Однако, на дистанции должна быть честная борьба до последних сил. Эти качества нужно воспитывать постепенно в процессе тренировок. Деликатно, учитывая психику отдельно взятого мальчика или девочку. Нужно настроить на борьбу двух друзей, не сводить счеты за проигрыш в предыдущих стартах, но проанализировать причины проигрыша и выявить возможности, ранее не выявленные и не реализованные. 6. Чувство команды. «Мы – одна команда». Да, это вероятно самое главное, чтобы клуб жил долго и не распался. Поэтому в клубе особое внимание уделяется командным играм: волейбол, баскетбол, л/а эстафетам, футбол. В командах и г -

рают одновременно мальчики и девочки. Можно отметить, что некоторые спортсмены очень хорошо выступают в индивидуальном зачете и посредственно в командных видах или в эстафетах. Другие очень здорово выступают в эстафетах, хотя и был неудачен индивидуальный старт. Необходимо переставлять детей по этапам эстафеты в зависимости и от этих качеств.

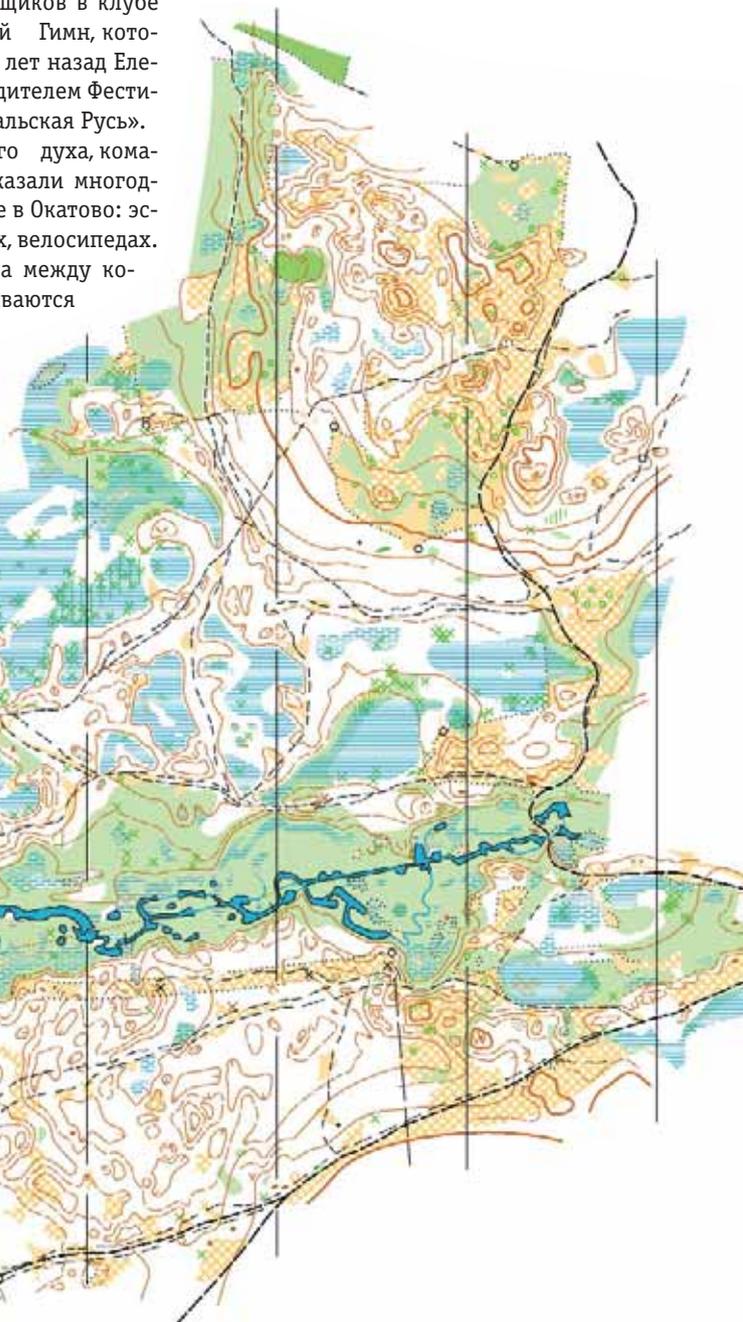
Существенное внимание уделяется в клубе самой внутренней атрибутике клуба: знамя клуба, символика (гербы) клуба, ритуал приема в клуб с вручением удостоверения «чайника» с гимном ориентировщика, торжественного обещания и целования знамени клуба. Это ритуал проходит ежегодно в начале декабря с приходом зимы, когда уже отсеивается некоторый контингент пришедших вновь в клуб в сентябре-октябре. Заранее готовится культурная программа силами самих ребят. Кроме известного Гимна ориентировщиков в клубе поется свой Праздничный Гимн, который сочинила несколько лет назад Елена Гущина, ставшая Победителем Фестиваля «Владимирско-Суздальская Русь».

В воспитании клубного духа, командного духа хорошо показали многодневки, сборы на полигоне в Окатово: эстафетные гонки на лыжах, велосипедах. Разгорается такая борьба между командами, что в итоге срываются голоса. Поэтому в клубе работе в этом направлении уделяется большое значение. Прак-

тика работы клуба, а срок уже не малый – более 35 лет показывает, что важно и правильно. В настоящее время заканчивается изготовление клубной футболки с эмблемой на груди и на спине надпись «Спортивное ориентирование», «Гусь-Хрустальный». Оформлена «Доска почета» - «Лучшие ориентировщики». Всего 18 фото. Была объявлена программа и критерии отбора по трём основным стартам летнего сезона.

Подбор приемов, упражнений и заданий для этих шести направлений, для их реализации многообразный и меняется в зависимости от времени и изменений в обществе и культуре.

*Владимир Шмуклер,
доцент ВлГУ,
кандидат физико-матем. наук,
руководитель клуба*



ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ВУЛГТУ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ И ЕГО ПОПУЛЯРИЗАЦИИ

(Ульяновский Государственный Технический Университет, г. Ульяновск, Россия)

В вариативный компонент программы, по физической культуре разработанный в УлГТУ на кафедре «Физическое воспитание», входит обучение студентов в течение 3-х лет различным направлениям физкультурно-спортивной деятельности, обеспечивающих систематическое занятие одним из выбранных видов спорта. Одно из направлений – спортивное ориентирование.

Спортивное ориентирование – это вид спорта, ациклического характера, представляющий из себя кросс по лесу с поиском контрольных пунктов (КП) в заданном порядке, с выбором наиболее рациональных путей между ними. Бег по незнакомой местности обусловлен наличием информации, получаемой из карты местности. С помощью карты спортсмен планирует путь, выбирает оптимальный вариант, определяет своё местоположение, сличая местность с картой. Время в соревнованиях является конечной оценкой результата.

Подготовка студентов обучающихся на специализации спортивное ориентирование делится на следующие компоненты: физическую, техническую и тактическую.

Особой трудностью в технико-тактической подготовке является обучение:

- соотносению двухмерного изображения на карте с трёхмерным пространством на местности;
- соотносению масштаба карты с реальным расстоянием.

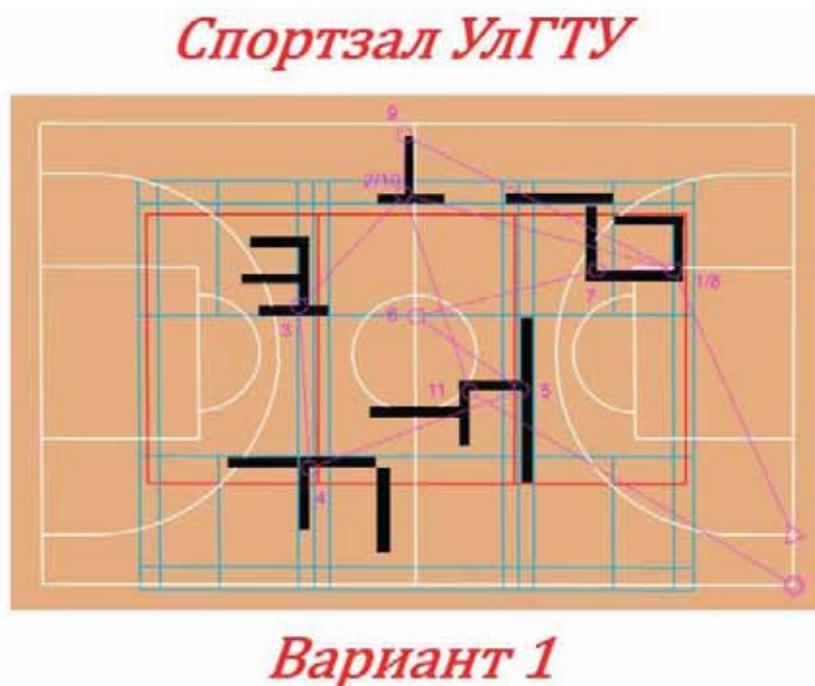
На начальной стадии обучения спортивному ориентированию необходимо создать чёткое представление о правильном сопоставлении карты с местностью. Второй шаг – отработать этот навык до автоматизма. В противном случае, не отработанность данного навыка приводит к тому, что начинающий спортсмен на местности, не сопоставив эти два элемента, совершает серьёзные ошибки в ориентировании, например: 1) не правильно сориентировав карту, теряет на местности; 2) не правильно сориентировавшись, убегает не в ту сторону или за пределы карты. Данные ошибки могут привести к понижению уровня мотивации и нежеланию в дальнейшем заниматься спортивным ориентированием.

Отработка навыка сопоставления карты с местностью должна начинаться в облегчённых условиях. Это может быть парковая зона или кусок городской территории с ограниченным пространством. Одним из средств, которое может слу-

жить для достижения этой цели является спортивный лабиринт.

ственными препятствиями, протяжённость дистанций 100—500 м. Карты спортив-

Рис. 1. Карта спортивного зала с нанесенной дистанцией спортивного лабиринта



Спортивный лабиринт — вид спортивного ориентирования в заданном направлении, отличается от классического тем, что спортсмены ориентируются на маленькой площадке среди искус-

ного лабиринта обычно имеют масштаб 1:100 (в 1 см — 1 м) и не нуждаются в ориентировании по сторонам света (отсутствуют линии магнитного меридиана). В качестве искусственных ориенти-

Рис. 2. Карта спортивных залов помещения УУлГТУ.



ров/препятствий используются обычно заборчики, установленные на площадку непосредственно перед началом соревнований. Несмотря на минимализм, дистанции в спортивном лабиринте могут быть достаточно сложными.

В спортивном лабиринте спортсмены решают те же задачи, что и в классическом спортивном ориентировании — на карте и на местности присутствуют точечные и линейные ориентиры, необходимо быстро выбрать маршрут и правильно реализовать его. Цена ошибки в спортивном лабиринте значительно выше, чем в классическом спортивном ориентировании, так как 5-10 КП необходимо найти за несколько десятков секунд (в классическом спортивном ориентировании тоже число контрольных пунктов проходят за 40-50 мин.). Спортивный лабиринт можно проводить в спортивном зале или в любом помещении, имеющим, отображающую его карту. Положительные стороны: во-первых начинающий спортсмен не потеряется в лесу. Во-вторых, если у него нет чёткой ориентации карты с местностью, студента можно тут же поправить, потому что ошибка визуально видна тренеру.

Для обучения спортивному ориентированию и отработки навыка ориентации карты с местностью, были созданы карты спортивных залов и внутренних помещений спортивного комплекса:

Рисовка карт и была произведена силами преподавателей кафедры «Физическое воспитание» и студентов: Муланова Александра (2000г.), Голондина Кирилла (2008г.) и Зарипова Александра (2013г.).

Федерация спортивного ориентирования города Ульяновска взяла на вооружение наличие спортивной карты УлГТУ и проводит соревнования городского и районного масштаба на территории УлГТУ. В ноябре 2014г. спортивный клуб УлГТУ и федерация спортивного ориентирования г.Ульяновска впервые провели соревнования (открытый кубок УлГТУ) по спортивному лабиринту в спортивном комплексе УлГТУ с последующим выходом на территорию, заранее продумав, и используя запасные выходы и входы. Этот приём пришёлся по душе всем участникам соревнований, переодеваться в беговую форму было тепло и комфортно. Разминаться участникам предлагалось в отведённом спортивном зале. Последующий выход на территорию университета был не так резок, так как тамбуры выхода были заранее откры-

ты, и в спортивном зале было достаточно прохладно.

Планировал дистанцию и ставил её мастер спорта Александр Зарипов, аспирант кафедры «Физическое воспитание». Функцию главного судьи соревнований выполнял Эдуард Зарипов, маститый судья. Никаких накладок не произошло, так как все мелочи были заранее продуманы. Для установки КП были использованы подставки подсмотренные и выполненные по образцу чемпионата Европы.

Такая организация соревнований пришлась по душе всем участникам соревнований и именитым и начинающим. Все спортсмены благодарили организаторов и просили о повторении данного мероприятия. Тренеры детских спортивных школ предложили начинающим спортсменам групп МЖ-10 несколько раз преодолеть спортивный лабиринт в разных направлениях, не выходя из залов.

Обобщая вышеизложенный опыт, мы делаем вывод, что при использовании площади док вуза и

картой и компасом, а также положительная мотивация для изучения спортивного ориентирования. Ограниченная территория вуза, позволяет привлечь большее количество юных спортсменов из детских спортивных школ, для участия в соревнованиях по спортивному ориентированию не опасаясь за их здоровье и популяризировать этот захватывающий вид спорта.

*Доцент кафедры
«Физическое воспитание»
УлГТУ Н.А. Чернова,
Аспирант А.Э. Зарипов*



карт спор- тивных залов и сооружений у студентов и начинающих спортсменов формируется навык в обращении с

Рис. 3. Спортивная карта территории УУлГТУ.

СОРОК ЛЕТ НАЗАД – ПЕРМЬ-74

Сорок лет назад с 14 по 18-го марта 1974 г. в Перми прошли Всесоюзные лично-командные соревнования. Участвовали четырнадцать сборных команд Центрального Совета Профсоюзов. Вне зачёта выступали ориентировщики вооружённых сил, Динамо, Трудовых резервов, Локомотива и Водника. Всего 192 спортсмена, из них 107 мастеров спорта. Судейскую коллегию возглавлял Судья Всесоюзной Категории Евгений Грановский из Москвы, Главный секретарь – свердловчанин Анатолий Дианов, службой дистанции руководил Леонид Пестов из Перми. Это было время неограниченного штрафа в маркировке, очень больших штрафных кругов в эстафете, и минимального количества КП в заданном направлении. Давайте вспомним эту интересную а из истории ориентирования.

15 марта. Маркировка. У мужчин дистанция 17,3 км с 15 КП. Быстрее всех оказался – представитель общества «Труд» кировчанин Александр Харин (92:00), но и штраф – 22 мин., и только 9-е место. Минимальный штраф (4 мин.) у Вячеслава Окينا, личника из Вооружённых Сил, и 4 результат. Уверенно победил Юрий Баранов (Буревестник) из Казани со 2-м ходом (93:03) и 4-местом по штрафу (8 мин.). Его итоговый результат - 101:03. Второй результат у челябинца Сахия Губайдулина из Спартак (108:49 и штраф – 7 мин.). Питерец Сергей Кузнецов (армеец) – 3-й (111:09, штраф – 9 мин.). В первой пятёрке три армейца.

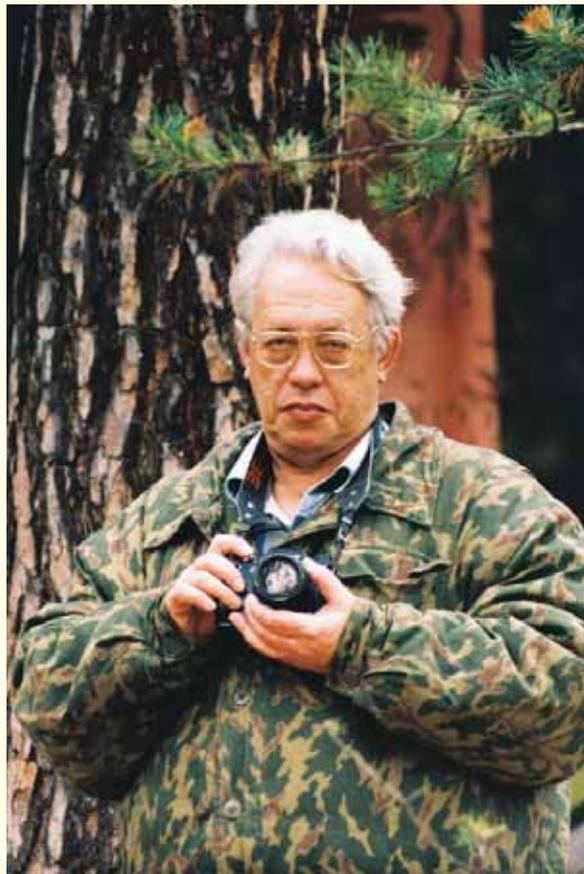
Вспоминает Сахий Губайдулин: «Размещались в гостинице «Турист», где пообщались с актёром Смирновым из фильма «Операция «Ы» и другие приключения Шурика». Одним из руководителей спартаковской команды был Юрий Леонов из Ленобласти. Перед стартом была установка бежать до первой ошибки, потом повнимательней. К тому времени я уже 2 года совмещал спортивные выступ-

ления с тренерской работой в первой в СССР ДЮСШ по ориентированию, вдохновлял учеников личным примером.»

Челябинец, ныне академик и ветеран ориентирования Георгий Волович стартовал лично за команду Буревестника, и вспоминает, что добился этого права в успешной конкуренции с Валерием Игнатенко на отборочных соревнованиях ЦС «Буревестника» в Миассе, где дистанцию делал Михаил Гитис, и где были проблемы со спусками. Надолго приятным напоминанием о Всесоюзных соревнованиях в Перми был шерстяной спортивный костюм, который тогда выдали. И вообще, 1974 год для меня был богат стрессами, ведь в январе я защитил кандидатскую диссертацию...

Женщины на маркировке преодолевали 10,6 км с 11 КП. Победительницей стала ленинградка Ирина Степанова – личница из Буревестника. Её время 84:57, и у неё минимальный штраф – 2 минуты. Высокая скорость позволила её землячке Ольге Казанцевой (Труд) показать второй результат (88:45) даже при штрафе в 14 минут. Бронзовый призёр – личница из Спартак Валентина Григорьева (90:37 и штраф - 8 минут). Интересно, что в десятке у женщин семь спортсменок, выступавших в личном зачёте. Максимальный штраф у мужчин и женщин был более 700 минут.

После первого дня у мужчин в командном зачёте лидирует Буревестник, опередивший Спартак на 10 минут. Труд



— третий, уступив Спартаку всего полторы минуты. У женщин Буревестник – второй, уступив две с половиной минуты Даугаве, третий Жальгирис. В сумме впереди студенты – 3 очка. По 8 у Труда и Даугавы. К слову сказать, возглавляли «Буревестник» Станислав Елаховский и Александр Мальцев – профессор химии МГУ. Он же занимался смазкой лыж.

16 марта. Лыжная база «Звезда». Эстафета. У женщин первый этап выигрывает Мария Малова (Спартак). Лидия Милова из Труда выигрывает второй этап.

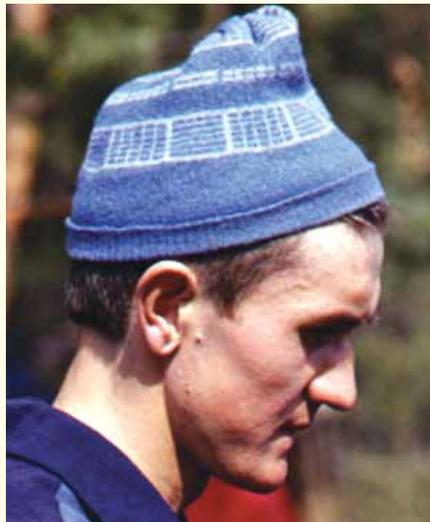
Вспоминает Наталья Кукушкина (Карлышева): «Стартовала на 3-м этапе, проигрывая лидеру 3 минуты. Решила, что главная задача – не борьба с именитыми соперницами Зоей Пятаковой и Валентиной Цыпнятовой, а оптимальное, как можно лучшее прохождение дистанции, тем более на подъёмах сильно отдавали лыжи. На первой оценке увидела на штрафных кругах Цыпнятову, на второй Пятакову. Финишировала первой, с отрывом от второй призёрки из Труда 3 минуты, которые потом очень пригодились.»

Мужская эстафета. Первый этап выиграл Арво Кивикас (Калев), через минуту на передаче Виктор Карпов (Труд), а ещё через 23 секунды – Валерий Демарин (ФиС). Лучший результат на втором этапе показал Тойво Сауз, и это в значительной мере определило победу эстонской команды «Йьуд». Второй результат





у команды Труда, который начинал восьмым, но благодаря усилиям Дмитрия Филатова и Александра Харина, показавшими 1-й и 2-й результаты на своих этапах, сумел стать серебряным призёром. Третий результат у команды ФиС, который лидировал после двух этапов благодаря бегу Валерия Демарина и Сергея Егоршина. На 47 секунд опередила победителей, бежавшая вне зачёта, команда армейцев в составе Валерия Киселёва, Александра Глушко и Владимира Худасова, который показал лучший результат на 3-м этапе. Драматично сложилась ситуация у лидеров – команды «Буревестника». На первом этапе Леонид Фёдоров финишировал 6-м, проигрывая почти 5 минут, на втором этапе Владимир Поветкин «вывел» команду на 8-е место, увеличив отставания



ние до 10 минут. Оставалась надежда на Юрия Баранова, победителя ЦС «Буревестник», первенства России и первого дня нынешних соревнований. Но... Как вспоминает сам Баранов грянул гром среди белого зимнего дня: убойная отдача поставила в положение пушкинского гусака на первом льду, недоразумение на первой оценке, психологический срыв, 10-й результат на этапе и как следствие – восьмое место команды. Этот результат свёл на нет 5-ти очковое преимущество студентов после первого дня. В итоге у Буревестника и Труда РСФСР по 12 очков, но по сумме времени всё-таки победили студенты с разницей в 9 минут 9 секунд. Третий результат у латышской команды «Даугава» (18 очков), четвёртый – Спартак, пятый – Зенит.



Заключительный день соревнований – заданное направление. Личное первенство. На дистанции 17 км с 7 КП лучшим был кировчанин Александр Харин (1:40:55). У женщин Алла Спицына дистанцию в 9 км с 4 КП преодолела за 1:04:30. Кроме упомянутых в тексте мы видим в протоколах тех, кто так же сыграл значительную роль в развитии ориентирования. Это Александр Прохоров, Юрий Безымянный, Александр Кобзарев, Галина Писанова, Елена Колесина, Алида Зукуле, Надежда Святкина и другие. Со многими наши пути пересекались. И пусть эта страница истории будет светлой памятью об одних и воспоминанием молодости, для других.

Ю.В. Драков, СВК. Лето 2014 г.

ПЕРВЫЕ ВСЕСОЮЗНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ СРЕДИ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ – ДЮСШ-79

Восемь лет прошло с момента создания в СССР первой Детской Юношеской Спортивной Школы по ориентированию. Кроме Челябинска спортивные школы появились в целом ряде территорий. Назрела необходимость проведения среди них Первенства страны.

Первые всесоюзные соревнования среди ДЮСШ прошли 25-26 августа 1979 года на турбазе «Сатурн» в Луховицком районе Московской области. В группе «А» спортшколы Москвы, Ленинграда, Риги, Вильнюса, Днепропетровска, Челябинска, Перми, Киргизии. Группа «Б» – «Сатурн» Лыткарино, Харьков, Смоленск, Эстония.

Встал вопрос о допуске в группу «А» команды Перми. (ДЮСШ Теплой Горы, Пермской области, организованной Анатолием Рябовым). Решили положительно, при достаточно активном участии с моей стороны. Результаты подтвердили правильность решения.

Судейскую коллегию возглавлял председатель Федерации Спортивного Ориентирования СССР Генерал-лейтенант Иван Лисов, главный секретарь Дзинтра Жилко (СВК). Служба дистанции работала под руководством Алима Вартаваняна. Организационные вопросы курировал Юрий Политов – первый директор Перовской ДЮСШ Москвы (ныне СДЮШОР «Ориента»).

Накануне соревнований, Иван Иванович Лисов в парадной генеральской форме, со всеми регалиями посетил известное в стране предприятие «Гжель». Было нелегко, но в результате визита уникальная керамика из Гжели стала главными призами Всесоюзных соревнований.

Очень четко автобусы вывозили отдыхающих и завозили ориентировщиков, а затем наоборот. В район соревнований через реку курсировал паром.

В группе М-15 два дня выиграли че-

лябинцы Мазнев, Антипов, Нестеров, Демин. Андрей Мазнев 25 августа уступил 57 секунд Зариншу Атису из Риги на дистанции 5, 65 км, 26 августа он был первым, вторым стал его товарищ по команде Михаил Антипов. У старших юношей в первый день победу одержал Игорь Черепанов (Челябинск) на дистанции 8,75 км. Он выиграл у второго призера Лесничина из Перми пять с половиной минут. В командном зачете по группе М-17 оба дня впереди пермяки Лесничин, Толокнов, Прохоров, Тепляшин. Второй день на высшей ступеньке пьедестала – челябинки Дубонос, Попова, Сухарева, Соловьева. В личном зачете в старшей группе девушек напряженной получилась борьба у Елены Дубонос с Дайве Шлижайте (Вильнюс). Первый день Лена проиграла 15 секунд, но на следующий взяла реванш, отыграв 11 мин 11 сек. И это не смотря на проблемы со здоровьем.

В общем зачете после первого дня лидировали Рига и Челябинск (по 11 очков), за ними Москва и Пермь (по 15 очков). Второй день, ускоряется Пермь (10 очков), что позволяет ей с 25 очками занять второе место в общем зачете, опередив третьего призера – Челябинск (тоже 25 очков) по сумме времени. Латыши -13 очков во второй день, и этого хватило чтобы выиграть с отрывом в 1 очко. Четвёртое место у команды Москвы (31 очко), пятый – Вильнюс (36 очков), шестой – Днепропетровск (38 очков), седьмая – команда Киргизской ССР (53 очка), вось-

мой – Ленинград (61 очко), девятый – Казахстан (68 очков).

Команда Челябинской областной спортшколы, которая работала уже 8 лет состояла из представителей 4-х филиалов: из челябинского филиала – 6 человек, из миасского – 5 человек, из посёлка Новогорный – 4 человека, из посёлка Октябрьский – 1 участник. Это воспитанники тренеров Губайдуллина, Шарманова, Гайдено, Сигова, Толстых.

Прошли годы. Среди тех, кто стартовал в 79-м, победители крупнейших международных соревнований – Вик-

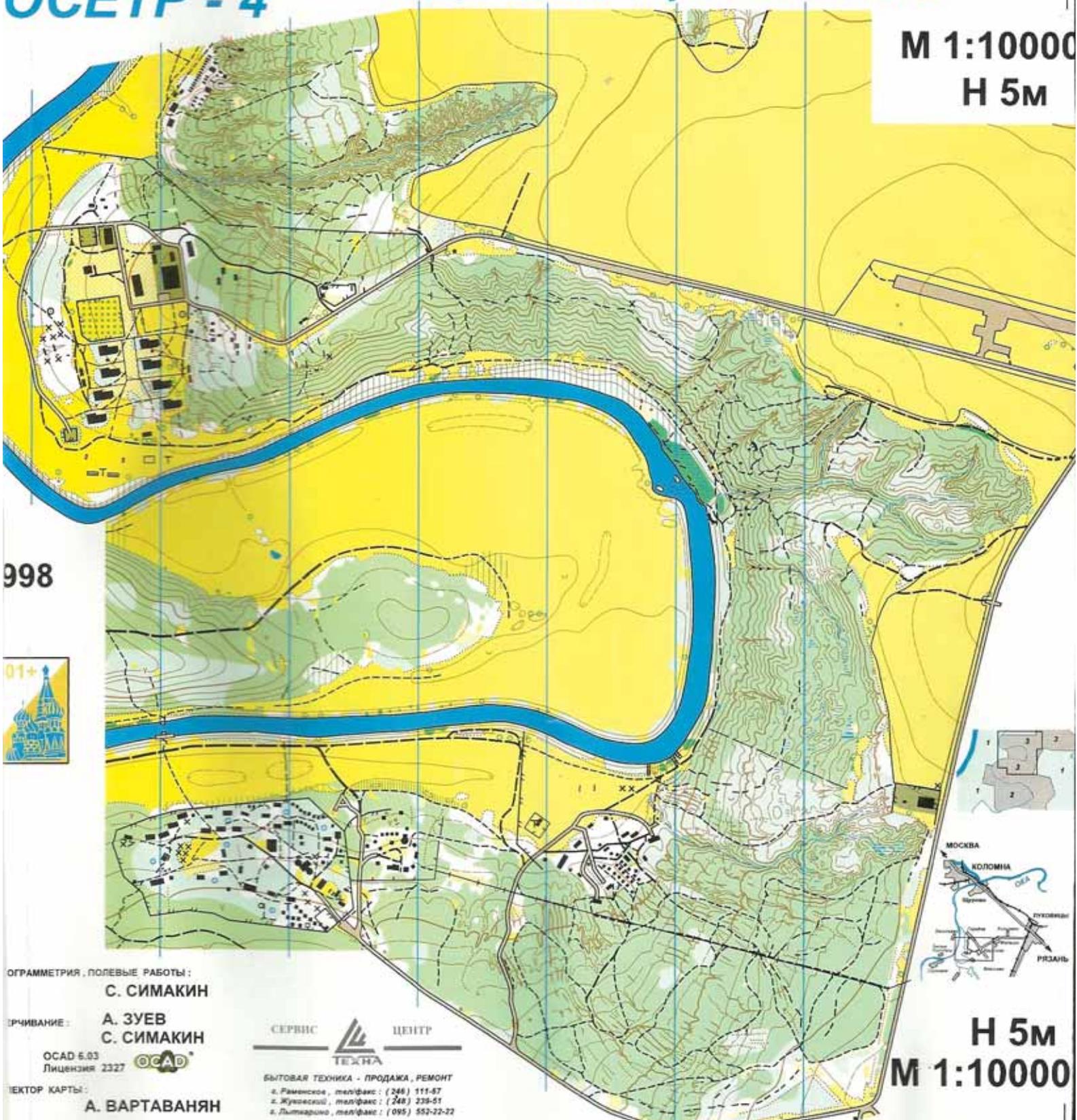
тор Корчагин (Московская область), Анатолий Крылов и Николай Бондарь (Свердловская область). Некоторые, как Прохоров из Перми, стали тренерами. Пять человек из той команды Челябинской спортшколы стали мастерами спорта СССР. Некоторых участников этих вошедших в историю соревнований мы и сейчас встречаем на ветеранских стартах.

*Ю.В. Драков,
Директор Челябинской ДЮСШ
с 1971 по 2001 гг.*

ОСЕТР - 4

Спортивный клуб РАМЕНСКОЕ

М 1:10000
Н 5м



998



ОГРАММЕТРИЯ, ПОЛЕВЫЕ РАБОТЫ:

С. СИМАКИН

УЧАСТИЕ:

А. ЗУЕВ

С. СИМАКИН

ОСАД 6.03
Лицензия 2327

ДИРЕКТОР КАРТЫ:

А. ВАРТАВАНЯН

СЕРВИС ЦЕНТР
ТЕХНА

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА - ПРОДАЖА, РЕМОНТ
г. Раменское, тел/факс: (246) 111-67
г. Жуковский, тел/факс: (248) 239-01
г. Люберецкое, тел/факс: (095) 552-22-22

Н 5м
М 1:10000

ЕЩЁ ОДНА ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТЬ ЖЕЛЕЗНОВОДСКА

Курортный парк Железноводска – жемчужина Кавказа, он основан почти два века назад, в 1825 году. В нём много достойно внимания, но есть и такое, что надо обязательно посмотреть. Это – Дворец Эмира Бухарского, Пушкинская галерея и Каскадная лестница. Парк Железноводска имеет очень большое культурное и лечебное значение. Неспешные прогулки по его дорожкам играют весомую роль в восстановлении здоровья отдыхающих, что делает парк особо востребованным и ценным отдыхающими и гостями города-курорта Железноводск

Главная аллея Курортного парка Железноводска является излюбленным местом для прогулок отдыхающих. Ежедневно тысячи людей идут по ней к минеральным источникам, наслаждаясь тенью вековых деревьев и красотой окружающей природы. В тени деревьев повсюду расположены лавочки, на которых можно отдохнуть, почитать, попить минеральной воды, полюбоваться на окружающую красоту. Парк естественный. Из парка начинаются дорожки терренкура (терренкур от французского слова terrain — местность и немецкого слова Kur — лечение. Это метод санаторно-курортного лечения, предусматривающий дозированные физические нагрузки в виде пешеходных прогулок, восхождений в гористой местности по определённым, размеченным маршрутам).

В сроки проведения Чемпионата и Первенства России по спортивному ориентированию (04 - 12 ноября 2014

года) на терренкуре в курортном парке Железноводска, на одном из маршрутов, опоясывающего гору Железная, была установлена необычная скульптура «Ориентирование – спорт для всех». На ней в виде высеченных силуэтов изображены ориентировщики: маленькая любопытная девочка с таксой и фотоаппаратом, спортсмен-профессионал в шипованной обуви и дедушка-грибник, который тоже не прочь побродить по лесу с картой. Венчает композицию флюгер, который служит полноценным ориентиром для определения сторон света.

Скульптура-ориентир была установлена по инициативе президента Федерации спортивного ориентирования Ставропольского края Данила Харченко.

Вот как сам Данил Харченко прокомментировал данное событие: «Терренкур вокруг горы Железной излюбленное место прогулок гостей и жителей курорта, а также прекрасное место для тренировок. Цель установки скульптуры - привлечь внимание людей к одному из самых здоровых и доступных



видов спорта и сделать ориентирование еще более узнаваемым и популярным. Когда я начинал заниматься ориентированием, об этом виде спорта мало кто знал. Он не был таким модным как, например, теннис или футбол. Поэтому я даже поначалу стеснялся рассказывать о своем увлечении друзьям. Но сегодня спортивное ориентирование это не просто часть моей жизни. Наверное, это и есть моя жизнь.

Место для установки выбрано не случайно – каждый день, прогуливаясь вокруг горы, в этом месте останавливается моя любимая бабушка Люся (Людмила Вячеславовна Сниткина), чтобы посадить каштаны или просто отдохнуть, полюбоваться природой».



НА WMOС-2014 В БРАЗИЛИИ

WMOС (World Masters Orienteering Championships) или по принятой в России терминологии «Чемпионат Мира по спортивному ориентированию среди ветеранов» был преобразован в 1996 году из ранее, ежегодно проводившегося Кубка Мира среди ветеранов.

В 2014 году впервые, за более чем 15-летнюю историю своего существования, WMOС был организован в Латинской Америке.

Проводился он в Бразилии и стартовал в воскресенье 2 ноября 2014 года в столице штата Рио-Гранди (самого южного штата страны) городе Порто-Алегри. Но для официального открытия, последующих стартов и закрытия WMOС-2014 переехал в расположенные в этом же штате (на 150 километров севернее столицы) 30-тысячные города Грамадо и Канела.

Городки Грамадо (см. рис. 1) и Канела (см. рис. 2) известны на всю страну не только как «самые холодные города Бразилии», где круглогодично в своем офисе живет Пер Ноэль – бразильский Дед Мороз. Главным образом они известны как лучшие курорты страны по обустройству и погодному комфорту (средняя температура: летом, декабрь-февраль, +22 градуса; зимой, июнь-август, +10 градусов тепла). Если вы не мыслите Нового года без Деда Мороза, но уже были и в Лапландии, и в Великом Устюге, поезжайте в Грамадо и Канелу. Бразильцы считают, что родина Деда Мороза именно здесь. «У нас Рождество круглый год!» – сообщают громадные плакаты при въезде в городки Грамадо и Канела. В самый холодный месяц зимы июль именно в эти городки (где иногда бывает до -3 мороза и выпадает снег) со всех концов страны бразильцы везут детей встретиться со снегом и бразильским Дедом Морозом.

Таблица №1. Число россиян, стартовавших в WMOС-2014 (по возрастным группам).

Группа	Мужчины		Женщины	
	Россия	Всего	Россия	Всего
1	2	3	4	5
35+	1	43	6	52
40+	4	73	1	15
45+	7	81	4	32
50+	4	120	6	88
55+	2	108	15	93
60+	3	152	5	97
65+	4	168	2	96
70+	2	134	3	53
75+	6	62	2	28
80+	0	27	0	6
85+	0	6	0	2
90+	-	-	-	-
95+	0	1	-	-
Итого	33	975	44	562

Сегодня Бразилия – экономически самая высоко развитая страна Латинской Америки. Однако следует сказать, что пока основной вклад в ВВП дает сельское хозяйство, где занято 20 % трудоспособного населения, и где основной доход идет от кофе и скотоводства. Но на весь мир известны и достижения ряда отраслей бразильской промышленности, где занято 15% трудоспособного населения. Особенно следует отметить такие отрасли, как горнодобывающая, обрабатывающая, авиастроительная, автомобильная и энергетика (в которой 85% генерируемой мощности принадлежит гидроэнергетике).

По площади своей территории Бразилия в два раза меньше, чем Россия. Но по населению – в полтора раза больше (210 миллионов жителей). То есть, плотность населения там в три раза выше российской. Крупнейшие мегаполисы: Сан-Пауло (16 млн. жителей); Рио-де-Жанейро (12 млн. жителей); Порто-Алегри (4,5 млн. жителей).

Средняя продолжительность жизни в Бразилии – 72 года (М-68 лет, Ж-76 лет). Язык – португальский. Этнос: 55% – белые (португальцы – 20%, итальянцы – 14%, испанцы – 8%, немцы – 7%, арабы – 6%); 38% – парду; 6% – афробразильцы; 0,5% – азиаты (в основном – японцы); 0,5% – индейцы.

Если говорить о достопримечательностях, то Бразилия – это не только сумасшедший карнавал в Рио-де-Жанейро; непроходимые джунгли Амазонии; грохочущие каскады Игуасу; теплый и прозрачный океан; знаменитые, сплошь с мировыми именами пляжи (первые среди которых Копакабана и Ипанема); отличные отели и классный футбол. Бразилия – это еще великолепная кухня и бразильские женщины – о них туристы неизменно

говорят с придыханием.

Все вышеуказанные достопримечательности, словно магнит, притягивают в Бразилию миллионы туристов со всего света. Одно грустно: попасть в эту сказку могут лишь туристы с весьма тугими бумажниками – сказывается дороговизна поездок в Бразилию, зависящая, прежде всего, от стоимости трансатлантического перелета. Именно эта причина (отсутствие достаточных средств на перелет в Бразилию) и сказалась на невысокой статистике WMOС-2014.

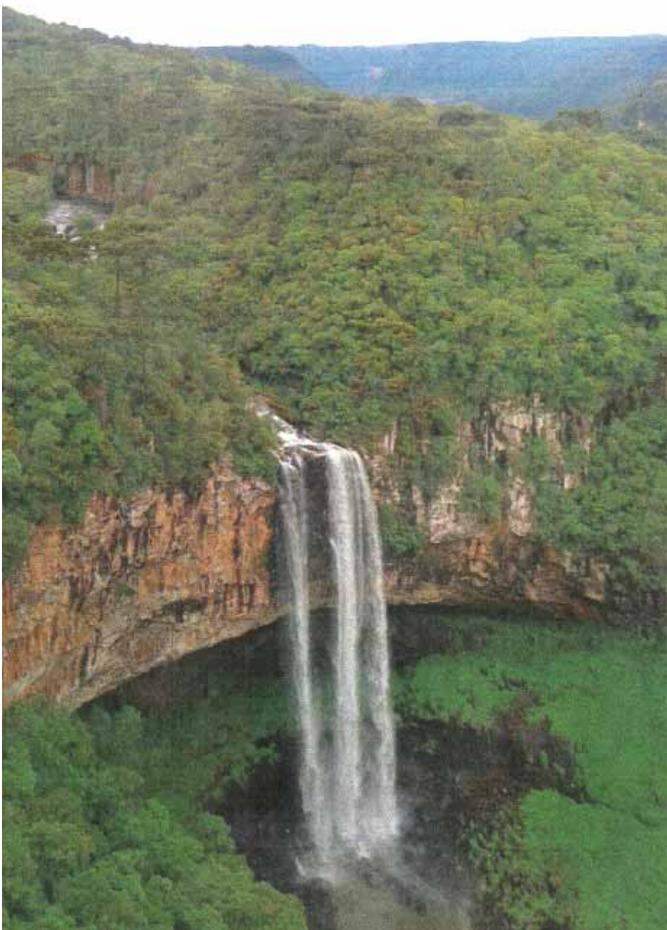
Действительно, на проводимом в Европе предыдущем WMOС-2013 (Италия) стартовало более 2700 участников из 45 стран. И это еще не самая высокая цифра для проводившихся в Европе WMOС. Например, на WMOС-2010 в Швейцарии стартовало около 5000 участников из 42 стран мира.

Теперь посмотрим статистику WMOС-2014. В Бразилию прибыло всего лишь немногим более 1500 спортсменов из 38 стран 4 континентов. В том числе: из Австралии – 20 человек; из Азии – 28 человек; из двух Америк – 365 человек (из них 268 человек из Бразилии – страны организатора). Из Европы прибыло 1124 человека. Сравнивая приведенные цифры с цифрами WMOС-2010 и WMOС-2013 становится очевидным, что подавляющее число участников на WMOС прибывает из Европейских стран. А поскольку в этом году Европа в Бразилию по большей части не долетела, число участников здесь оказалось почти в два раза меньше 2013 года.

Продолжая изучать статистику WMOС-2014 отметим, что наиболее многочисленными командами (без учета команды организаторов) здесь были команды Швеции (424), Финляндии (206), Норвегии (201), России (80), Швейцарии (55) и Дании (43). Всего лишь 1 (одним) спортсменом были представлены Китай, Колумбия, Ирландия, Румыния и Сербия.

Расклад по представительству участников в возрастных группах нашей российской команды (в сравнении с общим числом участников, заявленных на WMOС-2014) представлен ниже в таблице №1.

Анализ столбцов 3 и 5 таблицы №1 подтверждает, что наибольшее число участников собралось в интервале возрастных групп 50+ – 70+ (этот факт был давно выявлен и многократно подтвержден статистикой предыдущих WMOС). Действительно, в этом возрасте люди, как правило, уже имеют высокий профессиональный опыт и устойчивое социальное положение (как следствие – финансово самостоятельны). Кроме того, к этому моменту ими решено большинство бытовых



таблицы №1. Тут можно видеть, что в команде россиян (см. рисунок 3) были представлены спортсмены всех возрастных групп до группы 75+ включительно.

При этом важно отметить, что в группе 75+ у россиян было очень весомое представительство – 8 человек! Почти 10% от общего числа участников WMOC-2014 в этой группе! Не секрет, что по числу спортивных долгожителей проводится сравнение команд и дается негласная оценка уровню социального развития государства. Думаю, анализируя статистику группы 75+, организаторы прошедшего форума дали неплохую оценку уровню социального развития России. Поэтому мы должны гордиться нашими старшими коллегами по спорту из группы 75+, и я считаю необходимым представить их по-именно: Валентина Жукова, Людмила Лабутина, Юрий Гришанов, Евгений Широков, Николай Ражев, Олег Жуков, Валентин Зеленин, Николай Махалов. Каждый из них – яркий пример для молодежи по преданности нашему виду спорта, пример многолетнего соблюдения здорового образа жизни и поддержания работоспособности средствами физической культуры. Хочу еще сказать, что некоторые из названных ветеранов начали представлять Россию на мировых спортивных форумах любителей бега с картой и компасом еще с эпохи Кубков Мира и первых Чемпионатов

Мира! Но до сих пор в боевом строю! Яркий пример – Валентин Зеленин, Николай Ражев и др.

Старты WMOC-2014 прошли по традиционной схеме: отбор и финал в спринте, день отдыха, два отбора в классике (лонг), день отдыха, финал в классике (лонг). Отбор в спринте прошел в парковой зоне города Порто-Алегри (см. рисунок 4). Финал спринта был проведен близ городков Грамадо и Канела в национальном парке «Каракол», где охраняется самый высокий в Бразилии водопад «Веу да Нойва», падающий с высоты 130 метров (см. рисунок 5).

Интересно заметить, что водопад с рекой и ее порогами, с прилегающим каньоном, смотровыми площадками на разных уровнях (в т.ч. расположенной у подошвы водопада) и, наконец, лестницей в семьсот пятьдесят ступеней, ведущей к этим площадкам, вошел в состав северной части спорткарты финала (см. рисунок 6).

Не смотря на парковую, простую местность, дистанции спринта оставили хорошее впечатление. Благодаря активному строительству «искусственных заграждений» на простой местности удалось спланировать на дистанциях этапы с интересными вариантами выбора пути. В том числе и такие, где для выхода на оптимальный вариант движения требовалось волевым усилием заставить себя уйти на некоторое расстояние в обратном направлении.

Например, на трассе отбора спринта в группе М65 (см. рисунок 4) с КП1 надо было уйти назад, обогнуть «искусственное заграждение» и бежать левым вариантом по парковой дорожке практически до КП2. Этот вариант был на 15-20 секунд

и семейных проблем. В том числе проблем с воспитанием нового поколения в семье (дети стали самостоятельными и у родителей появилось больше свободного времени для занятий своими хобби). Наконец, в этом возрасте у большинства людей состояние здоровья еще позволяет вести тренировочный процесс и сохранять желание проверять свои возможности в реальных соревнованиях.

Перейдем к анализу столбцов 2 и 4

и семейных проблем. В том числе проблем с воспитанием нового поколения в семье (дети стали самостоятельными и у родителей появилось больше свободного времени для занятий своими хобби). Наконец, в этом возрасте у большинства людей состояние здоровья еще позволяет вести тренировочный процесс и сохранять желание проверять свои возможности в реальных соревнованиях.





быстрее по правому, где надо было обходить «искусственное заграждение» с отклонением почти до КП9.

Еще один пример использования движения в обратном направлении для выхода на оптимальный путь можно видеть на трассе финала спринта в группе М65А (см. рисунок 6). Здесь светлая зеленка – это труднопроходимые заросли (почти джунгли). Поэтому, надо было заставить себя с КП5 пробежать немного вниз в обратном направлении, а затем, практически без набора высоты, обойти холм северной стороны по просвету в зеленке до парковой дорожки. А далее парковыми дорожками спуститься к характерному изгибу реки и от него взять КП6. Этот правый вариант был на 30-40 секунд быстрее левого, где требовалось от КП5 по дорожкам в южном направлении забраться на холм, обождать с правой стороны непроходимый забор и только затем

скатиться к изгибу реки. Те же, кто после обхода забора не стали спускаться к изгибу реки, а заходили на КП6 с верхних полей, проигрывали на этом этапе еще больше – до 60 секунд.

Завершая разговор о спринте отметим, что лучше всего с этим видом программы среди россиян на WMOC-2014 справились Макейчик Наталья (серебряная медаль в группе Ж45+), Морозов Алексей (серебряная медаль в группе М45+) и Гришанов Юрий (золотая медаль в группе М75+).

Для классического ориентирования (лонг) организаторы использовали весьма эмоциональную местность в окрестностях городков Сао-Франсиско (первый отбор) и Канела (второй отбор + финал). Предложенная спортсменам местность (см. рисунок 7) напоминала предгорья Альп и во многом была близка к местностям WMOC, проводившимся в Швейцарии (2010 год) и Италии (2013 год).

Трассы WMOC-2014, проложенные по такой местности, требовали приличной функциональной подготовки в беге на выносливость. Действительно, на трассах, предложенных в финале для групп 35+ – 50+, набор высот составлял от 300 до 200 метров. Для групп 55+ – 75+ набор высот составлял от 200 до 100 метров.

В техническом плане здесь требовалось умение выбора оптимального пути на среднем рельефе с вкраплением зелени, умение быстрого чтения мелкого

рельефа на крупных склонах, умение держать азимут и не допускать сброса на склонах.

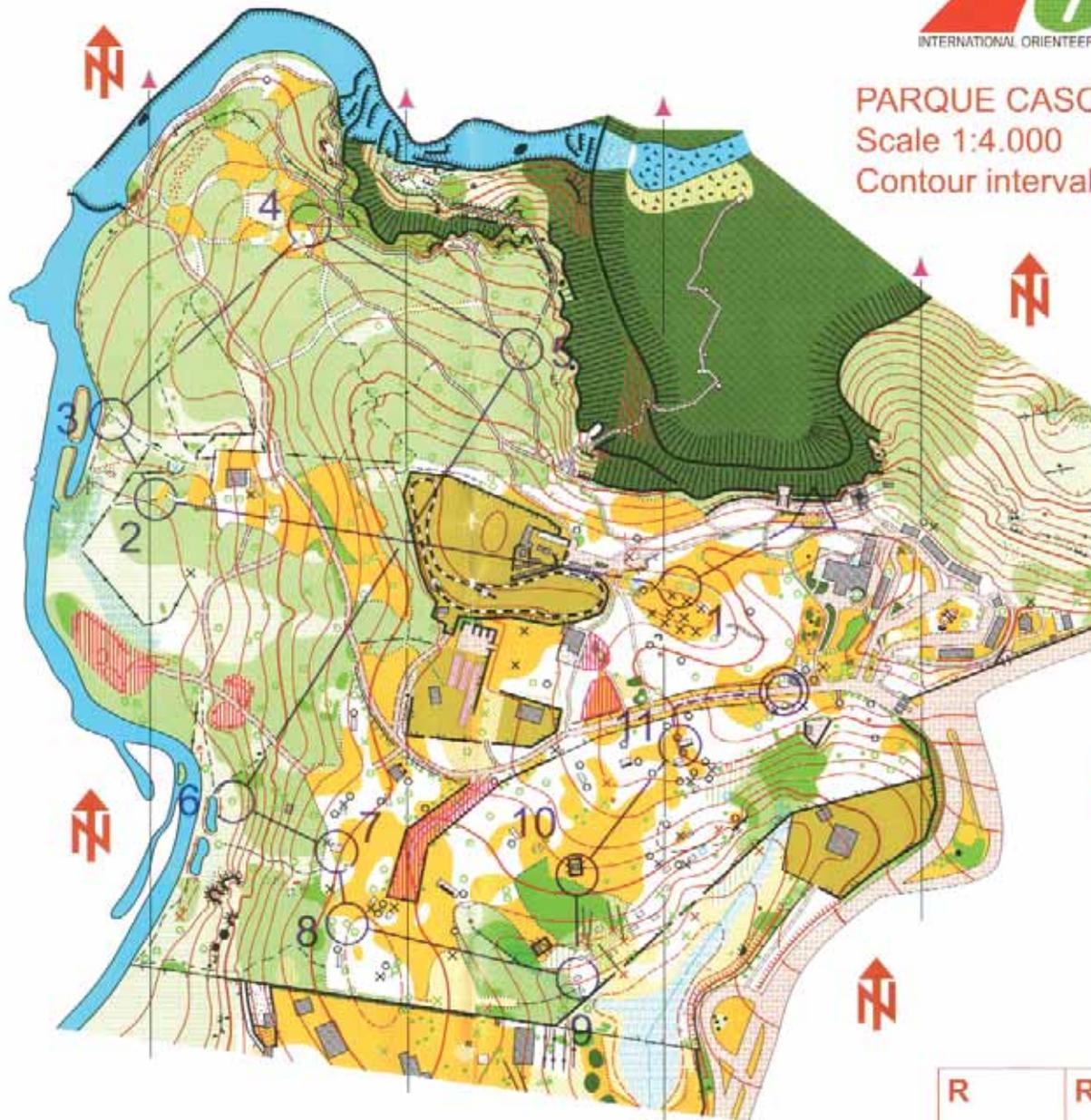
Сложилось так, что на классике (лонг) россияне взяли лишь две медали. Евгения Арцимович завоевала бронзовую медаль в группе Ж40+, а Гришанов Юрий из Миасса, завоевал золотую медаль в группе М75+ и стал абсолютным победителем WMOC-2014 своей возрастной группе.

Не смотря на то, что в активе нашей команды оказалось всего лишь две медали, считаю, что «мальчиками для битья» на трассах классического ориентирования (лонг) россияне не стали. В десятку сильнейших в этом виде программы по своим группам попали еще 11 человек. В том числе: Наталья Макейчик (Ж45+, 4 место); Вершинина Галина (Ж70+, 5 место); Трофимчук Ариша (Ж35+, 6 место); Акинина Галина (Ж55+, 6 место); Степанова Ирина (Ж60+, 8 место); Шелекина Светлана (Ж45+, 9 место); Лахмина Татьяна (Ж60+, 9 место); Морозов Алексей (М45+, 8 место); Кудрявцев Кирилл (М35+, 9 место); Степанов Виктор (М65+, 9 место) и Федоров Николай (М50+, 10 место).

Завершая на этом рассказ о WMOC-2014 хочу сказать, что все участники российской команды увезли из Бразилии с собой массу положительных впечатлений не только от эмоциональной местности и интересных трасс этого чемпионата, от царившей все дни соревнований дружественной обстановки, но также собственно и от знакомства с этой, такой далекой, но гостеприимной страной, страной с интересной историей и массой бережно охраняемых уникальных природных достопримечательностей.

С. Егоршин,
8-910-391-94-75



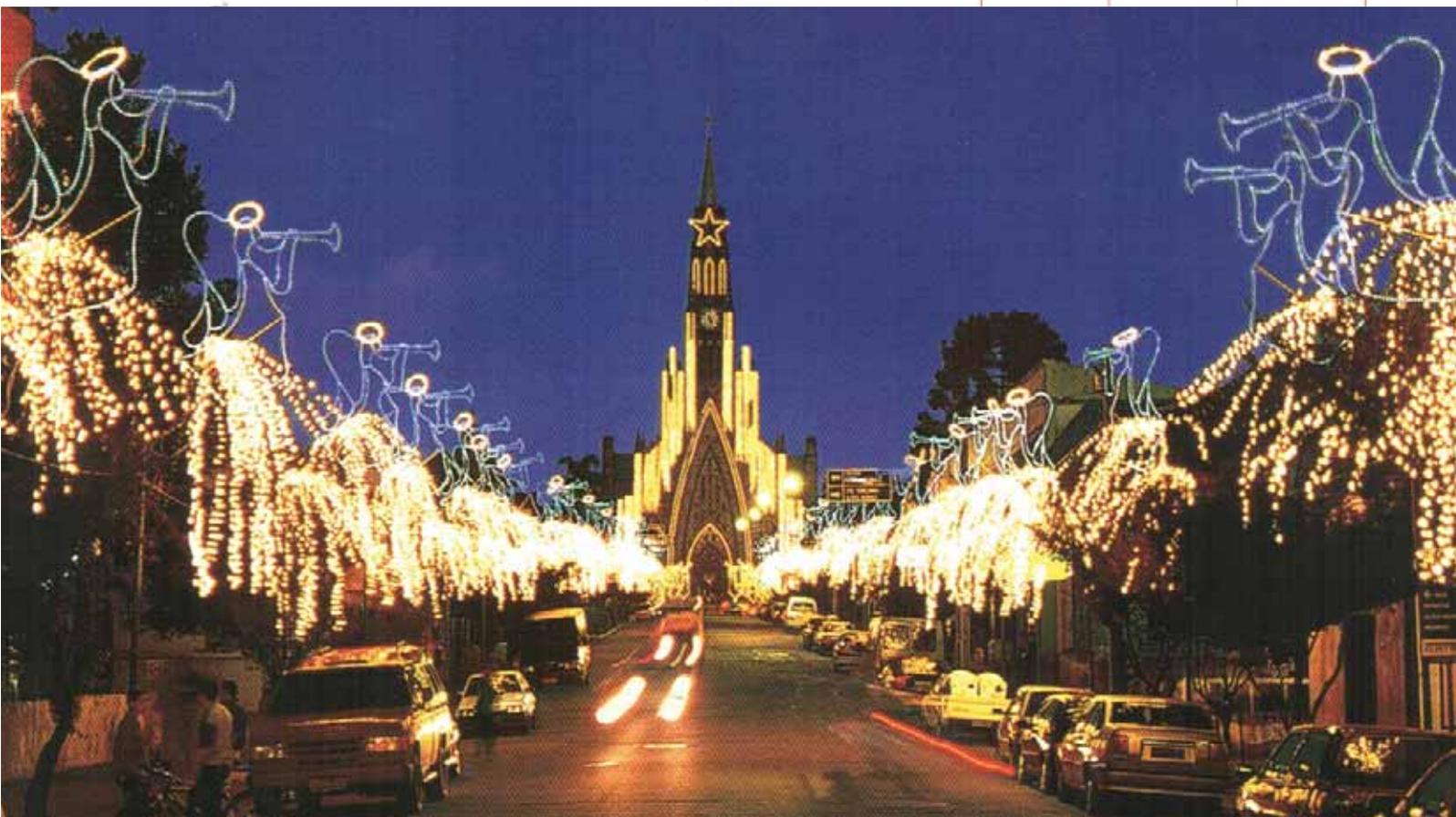


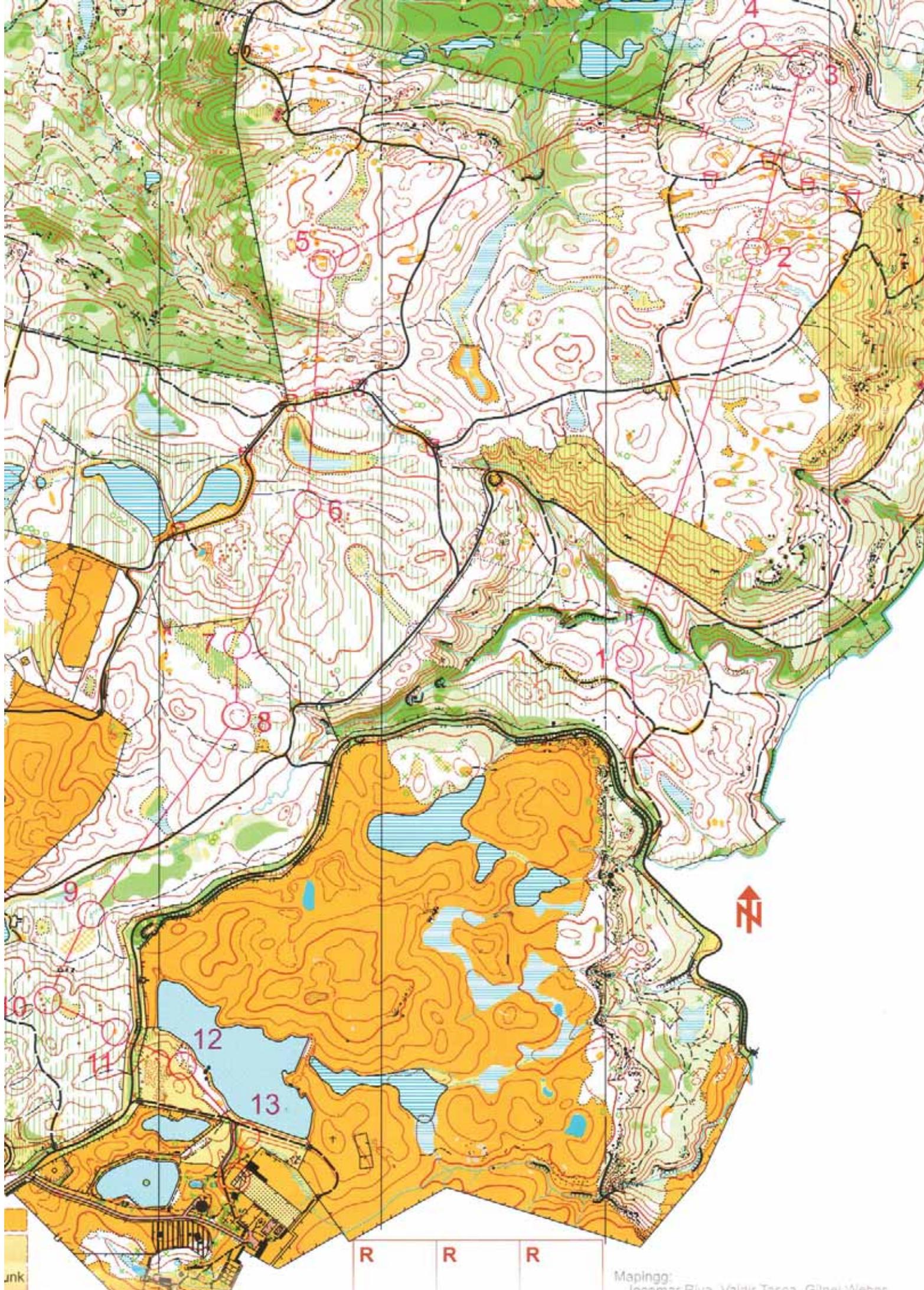
WMOC2014
WORLD MASTERS
ORIENTEERING
CHAMPIONSHIPS
BRAZIL-RS

Scale - 1:4.000
Contour interval: 2 m

LEGEND	
×	Rootstock
○	Fountain
⊗	Tree stump or trunk
○	Litter bin
□	Table or playground apparatus

R R R





unk

R R R

Maping: Jocemar Riva, Valdir Tasca, Gilnei Weber.



АЛЕКСАНДРУ ГЛУШКО – 65!

21 октября 2014 года исполняется шестьдесят пять лет легендарному спортсмену, члену сборной команды СССР по спортивному ориентированию, победителю международных соревнований, Почётному члену Федерации спортивного ориентирования России Александру Анатольевичу Глушко. В конце 70-х годов и в начале 80-х в СССР не было ни одного ориентировщика, который не знал бы имени этого замечательного спортсмена и не следил бы за его успехами. И даже за границей, особенно в тех странах, где он побеждал, его знают, помнят и уважают! Он был и, наверное, остается одним из самых быстрых среди спортсменов-ориентировщиков.

Редакция журнала «АЗИМУТ» поздравляет Александра Анатольевича Глушко с юбилеем и представляет его рассказ о себе, об ориентировании и о том замечательном времени.

Немного о себе. Родился я 21 октября 1949 года в городе Якэши в Китайской Народной Республике. Мои родители: мама – дочь белогвардейского офицера, служившего у легендарного генерала Каппеля, родилась в 1926 году в Маньчжурии. Отец, 1916 года рождения, из семьи инженера-железнодорожника (дед работал на КВЖД (Китайской Военно-Железной Дороге)). Свои первые пять лет жизни я прожил в Китае и даже ходил в китайский детский сад, а в 1954 году родители переехали в СССР (на освоение



Китайский детский сад, 1954 год





Арво Кивикас, Иван Ненов, Александр Глушко и Гунар Дукште



Всесоюзные соревнования Казань, 1971 год

целинных земель). Сначала жили в Омской области, затем, в 1957 году, переехали в город Новосибирск. С 1957 по 1965 годы я учился в школе №76 г. Новосибирска, а в 1965 году поступил в Новосибирский топографический техникум, который окончил в 1969 году. Один сезон отработал в Омском проектно-институте «Сельхозаэрофотосъемка» (работа была связана с опознаванием границ сельских хозяйственных угодий по аэрофотоснимкам – практически это была маркировка верхом на лошади, только допуски ошибки составляли 0,1 мм). В 1969 году вернулся в Новосибирск, женился. В 1985 году заочно окончил Новосибирский институт геодезии и картографии (НИИГА-ИК). Защитил диплом по теме совершенствование спортивных карт.

С 1971 по 1989 год работал тренером в Спортивном Клубе Армии Сибирского Военного Округа. А затем где только не работал. С октября 2009 года на пенсии. Занимаюсь составлением туристических карт Новосибирской, Кемеровской, Томской областей, Красноярского края, Республики Хакасия и Республики Тыва. Иногда занимаюсь подготовкой спортивных карт (правда у меня нет аттестации, и поэтому эта деятельность несколько ограничена). Женат, у меня два сына, две внучки и три внука.

Как попал в ориентирование.

Впервые я услышал об ориентировании во время учебы в Новосибирском топографическом техникуме в 1967 году. В то год в Москве проходила спартакиада топографических техникумов страны, в программе которой были лыжные гонки,

пулевая стрельба и спортивное ориентирование (маркировка). В нашу команду ориентировщиков включили лыжников, не прошедших в основной состав. Я же участвовал в лыжных гонках и с ориентированием не пересёкся. По окончании техникума, работая в экспедиции Омского предприятия «Сельхозаэрофотосъемка», было много разговоров о прошедшей спартакиаде, и особенно о спортивном ориентировании, и как-то меня это заинтересовало. Окончив полевой сезон 1969 года, я вернулся из Омска в Новосибирск. В конце декабря прочитал в местной газете о соревнованиях по спортивному ориентированию и решил попробовать, что же это такое. Нашел клуб туристов и заявился на первые соревнования 1970 года, которые проводились 3 января на маркированной трассе. На пункте «К» я понял, что карту нужно крутить (ориентировать по ходу), и мне пришлось отдать лыжные палочки своему товарищу, который приехал поболеть. В итоге, пройдя дистанцию без штрафа, занял четвертое место, чем очень сильно удивил всех и себя тоже. В сентябре 1970 года выполнил норматив мастера спорта.

В конце 60-х–начале 70-х годов команда Новосибирской области была одной из сильнейших в Сибири. На Всесоюзных соревнованиях в Брянске (по моему, в 1969 году) А. Дорофеев занял четвертое место, на Всесоюзных соревнованиях 1973 г. в Эстонии женская команда НСО в составе Светланы Захаровой, Ольги Сулеймановой и Татьяны Вагиной (Шевченко) заняла третье место в эстафете, мужчины были шестыми. Председателем Федерации

спортивного ориентирования Новосибирской области был в то время С.М. Клепиков (МС, судья Всесоюзной категории).

В сборной команде. Весной 1970 года в Спортивном Клубе Армии Сибирского Военного Округа призвали Валентина Цыпнятова из Омска. По его рекомендации начальника СКА Н.Н. Новиченко пригласил меня на должность тренера. В. Цыпнятов сразу же принес положения и оформил выед на соревнования «Кубок Бухенвальда» в городе Куйбышеве (ныне Самара), организатором которых был Генрих Васильевич Шур. Во время соревнований Валентин Цыпнятов узнал, что в Свердловске (ныне Екатеринбург), на турбазе «Хрустальная» планируется сбор сильнейших ориентировщиков страны и что не все смогут приехать. Договорился с Евгением Ивановичем Ивановым, что в случае недоезда спортсменов можно будет принять участие в этих сборах. После этого Цыпнятов отправил своего «тренера» (т.е. меня) на почту дать телеграмму в СКА, что мы с ним включены в состав участников сбора сборной СССР и остаемся на сборах.

На этих сборах я познакомился практически со всей элитой советского ориентирования: Р. Славиньш, Р. Аболс, Ю. Шлежайте, Г. Корчевский, М. Батуев, В. Кукк (это точно те, кого я помню). Ежедневно была одна тренировка на выезде, по дистанциям, подготовленным местными ориентировщиками, одна в районе турбазы и обязательный разбор каждой дистанции. Кроме этого каждый из участников рассказывал о том, как организована работа на местах. Это была отличная школа для



Г.Корчевский, В.И. Косичкин и А. Глушко



Ленинград, Матчевая встреча ВС СССР и ВС Франции

меня. В одном из тренировочных стартов на Уктусских горах мне удалось показать лучшее время, причем мы с Волли Кукком выбежали из пяти минут на километр. В 1971 году по итогам отборочных соревнований в Рязани и Ленинграде я занял 14-е место. Неделю после Рязани мы с Б. Семеновым из Куйбышева провели в Ленинграде, где тренировались и жили на даче у Л. Фомичевой (первая МС СССР среди женщин), в этом же году я «повез» команду на свои первые армейские соревнования – Чемпионат Сухопутных войск в Риге. По итогам этих соревнований Р. Аболс (тренер сборной Вооружённых Сил) включил меня в состав сборной команды для участия в учебно-тренировочном сборе. Я, по своей неопытности, даже и не зал об этом. Перед самым вылетом домой встретил Владимира Кривоносова (он тогда выступал за Забайкальский Военный Округ), он спросил: «Почему ты здесь? Тебя ищет Аболс». Я сдал билет и остался на сборы. Практически все лето мы ездили на выделенном нам УАЗике по Латвии и Эстонии, участвуя в соревнованиях, сами ставили и бегали тренировочные дистанции. В команде была очень хорошая дружественная атмосфера. Мне очень помог латыш Янис Бендикс, знакомил меня со всеми, обучал правила хорошего тона и вообще опекал меня. После этих сборов у меня появилась уверенность в своих силах.

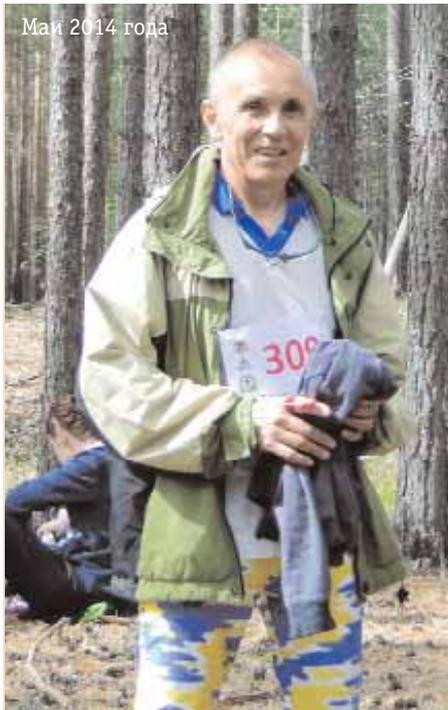
Всесоюзные соревнования 1971 года проходили в конце лета в Свердловске, на сборы я попал, а в состав сборной ВС попасть было нереально. В. Киселёв, В. Кукк, Р. Аболс... Но мне повезло – было принято решение допустить всех мастеров спорта. Я смог попасть в десятку сильнейших и после этого закрепился в основном составе сборной Вооружённых Сил. Сборы сборной ВС в основном проводились в Прибалтике, на базе Прибалтийского Военного Округа, поэтому практически весь летний сезон я проводил в Риге. Близко познакомился с Валерием Киселевым, у которого было чему учиться, чем я и воспользовался.

Международные соревнования.

Первые соревнования в составе сборной СССР для меня были в Венгрии в 1973 году. В команде были А. Кивикас, Я. Мильян, Г. Корчевский, И. Саар, Р. Юрика. Руководителем делегации был Э. Аравин. А в 1974 году в Болгарии я выиграл свои первые международные соревнования. Эстафету мы там тоже выиграли вместе с Юрием Барановым и Геннадием Корчевским. Далее в 1976 году в той же Болгарии выиграл соревнования на призы газеты «Эхо» с отрывом в девять минут от второго места. В 1975 году, по итогам Всесоюзных ранговых соревнований, занял первую строчку, правда, необходимо отметить, что лидер сборной команды тех лет Валерий Киселев в двух турах не участвовал (он их проводил). Среди женщин первой по итогам 1975 года была И. Гипсле. В

1980 году в Минске проходили первые соревнования по ориентированию в рамках Спартакиады Дружественных Армий (СКДА). Я был первым личным зачете, а также в эстафете, вместе с Валерием Киселевым и Борисом Прокофьевым.

Последний старт в официальных соревнованиях для меня был на Чемпионате РСФСР в Нижнем Тагиле (по-моему, в 1989 году), где я был девятым в личном зачете, и в составе сборной Сибири вместе с А. Хоперстковым и Ю. Скворцовым мы выиграли эстафету.



Post scriptum. Всё что написано – написано на память, возможно я в чем-то и ошибся. Есть ещё старые записи по хронологии моих соревнований. Они по-своему рассказывают о моём спортивном пути и развитии спортивного ориентирования в те годы:

03.01.1970, первый старт (район Карьер Мочище-Заельцовский парк) – четвертое место без штрафа.

07.03.1970 – выиграл первые городские соревнования (Жеребцово).

Начало мая 1970 года, первые летние соревнования (с. Романово Черепановского района) – сошел.

Середина мая 1970 года, соревнования с участием команд соседних областей – выиграл с отрывом около получаса;

Конец мая 1970 года, первые соревнования на выезде Памяти отцов г. Красноярск – не закончил дистанцию.

Июнь 1970 года, Зональное первенство Сибири и Дальнего Востока, г. Новокузнецк – не уложился в контрольное время.

Лето 1970 года, открытое первенство СибВО – первое место с большим отрывом.

Сентябрь 1970г., г. Новосибирск, «Сибирские Просторы» – ранговые соревно-

вания с участием команд соседних областей – 1 место (выполнил норматив МС), в конце года присвоили.

По результатам зимнего сезона 1970-1971 гг. включен в сборную области для участия во Всесоюзных соревнованиях г. Горький (не отпустили с работы).

Весной 1971 года пригласили в СКА СибВО – согласился (призванный осенью 1970 г. В. Цыпнятов, в то время один из сильнейших ориентировщиков Сибири из г. Омска, убедил начальника СКА Н.Н. Новиченко, что в клубе нужен тренер, да и результат на первенстве округа, видимо, сыграл свою роль).

С марта 1971 года – служащий Советской Армии СКА СибВО.

В мае 1971 года в рамках подготовки к Чемпионату Сухопутных Войск с В. Цыпнятовым принимал участие в традиционных Всероссийских соревнованиях в г. Куйбышеве (Самара). По окончании соревнований Цыпнятов узнал, что в г. Свердловске (Екатеринбург), будут проводиться УТС сильнейших ориентировщиков страны и, в случае не прибытия основных участников, можно принять участие в этих сборах. Приехав в Свердловск (по пути домой) мы были зачислены на эти сборы. Руководил сборами Е.И. Иванов. Ежедневно поводились 2-3 тренировки, одна из которых была с выездом на заранее подготовленную дистанцию, с дальнейшим разбором всеми участниками. На память, в УТС принимали участие: Р. Славиньш, Р. Аболс (Латвия) В. Кук (Эстония), Г. Корчевский (Украина), Некрашас (Литва), а также москвичи, ленинградцы и местные спортсмены М. Батуев, Г. Кунцевич и другие.

В одном из тренировочных стартов (район Уктусских гор) мы с В. Кукком пробежали дистанцию быстрее чем по 5 минут на 1 км (по-моему, это было впервые, хотя соревнования были неофициальные).

Лето 1971 года, Первенство СВ, г. Рига – Команда СибВО заняла второе место после хозяев. По результатам соревнований остался на УТС сборной Вооружённых Сил СССР. 40 дней на сборах в окружении сильнейших ориентировщиков страны дали возможность многое увидеть и многому научиться.

Лучшие результаты – первое место на международных соревнованиях в Болгарии (1974 и 1976 гг.).

Первые места в эстафетах Всесоюзных соревнований, 1975 год – 1-е место во Всесоюзном ранге сильнейших ориентировщиков по итогам летнего сезона.

Первое место (лично и в эстафетах) на первом Чемпионате Дружественных Армий в г. Минске, 1980 г.

Первые места на Всесоюзных соревнованиях в эстафетах Новосибирск, 1976 г., Пермь, 1974 г., Черновцы, 1976 г., Казань (год не помню).

Может ещё что-то было, но вспомнить не могу, зачетки и дневники потерялись.

ЗОЛОТОЙ ВЕК ЛЕНИНГРАДСКОГО ОБЛАСТНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Воспоминания о спортивном ориентировании в Ленинградской области

Год назад ушёл из жизни организатор ориентирования в области Юрий Николаевич Леонов. Четыре года назад не стало и первого тренера областного ориентирования Марии Михайловны Маловой. Эти два человека внесли огромный вклад в создание и развитие спортивного ориентирования в Ленинградской области. К сожалению, они не оставили никаких мемуаров и теперь воссоздание истории предстоит сделать их ученикам. Пользуясь своим близким знакомством с этими людьми, я хотел бы поделиться некоторыми воспоминаниями из истории становления ориентирования в области. Хотелось бы, чтобы те люди, которые, причастны к этой истории, поправили меня, если я в чем-то ошибаюсь, и дополнили мои воспоминания эпизодами из собственной биографии, связанными с ориентированием, а также фотоснимками. Таким образом, мы восполним пробел в истории ориентирования в России.

Истоки. В 1968 году бригада коррективов готовила под руководством Льва Вениаминовича Лебёдкина карту района Петяярви для предстоящего первого матча СССР – Болгария. В эту бригаду был приглашен Юрий Николаевич Леонов как старый друг В.В. Лебедкина и соратник по геодезическим экспедициям. Уже после проведения матча как-то ближе к зиме, в этом районе я с удивлением увидел группы ребят бегущих с картами по снегу. Оказалось, что эти ребята живут на сборах и снимают комнату в избушке вблизи станции, а руководитель у них Юрий Николаевич Леонов. До этого случая Леонов в кругах ориентировщиков Ленинграда замечен не был. Эта история осталась бы не замеченной, если бы Ю.Н. Леонов не обратился к руководителю Областной детской экскурсионно-туристской станции Моисеенкову и предложил свои услуги в качестве руководителя кружка спортивного ориентирования. В 1969 году секция спортивного

ориентирования ленинградской области была создана и этот год является «точкой отсчета» для областного ориентирования.

Из рассказа Юрия Николаевича Леонова: «Я с Фрунзенским домом пионеров, со своей группой выезжаю на слет в Лодейное поле, с ребятами... Мы выступили, не были в призах, но были на уровне и там присутствовал Вениамин Иванович Герасимов, завуч ЛеноблДЭТС. А я тогда работал во Фрунзенском районе и Лодейнопольский район был подшефным Фрунзенского района. И областная ДЭТС проводила там детские слеты, а моя задача на этих слетах была устраивать полосу препятствий. И вот как-то Вениамин Иванович приглашает меня к Ивану Петровичу Моисеенко, директору Ленинградской Областной Детской Экскурсионно-Туристской Станции, и говорит: «Юрий Николаевич, не хотите ли Вы в ЛОДЭТС поработать?» Я согласился. Прихожу я на Плеханова 60, выделили мне столик, кро-



Казанцев С.А.
(Санкт-Петербург)

ме меня там было еще пять методистов, каждому из нас выделили по несколько районов области. А надо сказать, что Иван Петрович – ему бы в наше время жить – а он уже тогда летом в каникулы организовывал детские туристские базы. Он договаривался со школами, они выделяли помещения, Иван Петрович закупал раскладушки, договаривался со столовыми, готовил гидов и путевки на эти базы распространялись по Союзу... Таким способом ДЭТС зарабатывала деньги, была возможность развиваться...»

Они были первыми. Я уже не помню, кто были те ребята, которых я встретил в Петяярви (кажется один из них был Саша Зазноба), но именно они были первыми ориентировщиками Ленинградской области. Сейчас трудно воссоздать последовательность появления воспитанников в секции ориентирования. Пусть они сами это напомним. Меня всегда удивляла самоотверженность этих детей, которые приезжали на занятия в Областную ДЭТС (которая размещалась в центральном районе Петербурга) из разных уголков Ленинградской области. Особенно удивляла Таня Флиднер, которая несколько раз в неделю приезжала на занятия из города Сланцы (в 186 км от Санкт-Петербурга).

Каким-то образом Ю.Н. Леонову удалось заманить на тренерскую работу Марию Михайловну Малову, которая работала техником-конструктором во Всесоюзном научно-исследовательском институте телевидения (ВНИИ Телевидения, в





спорте больше известном как спорт-клуб «Экран»). В 1970 году Маша – бывшая пловчиха, имея вторую группу инвалидности по сердцу, выполнила норматив Мастера спорта по ориентированию (очевидно, сказалось влияние ее сестры Оли, которая выполнила этот норматив в числе первых в стране еще в 1966 году). Так или иначе, Мария Михайловна полностью отдалась любимому спорту и стала любимым тренером и доброй мамой для нескольких поколений областников.

Сейчас трудно вспомнить всех их первых воспитанников. Среди известных фамилий – Лена Колесина (Кириченко), Надя Святкина (Левичева), Валерий Калякин, Сергей Мурский, Эльза Хумонен (Мурская), Михаил Святкин, а также нынешний Президент ФСОР Сергей Беляев.

География секций ориентирования в Ленинградской области. В истории областного ориентирования можно выделить два этапа: первый – когда была центральная секция, а школах области вели занятия тренеры. В этот период Малова М.М. работала в школах: Кузьмолово, Вартемяки, Рошино, Сосново, Гатчины, Ломоносова, Киришей. Результатами этой работы были не только подготовленные спортсмены, но и многочисленные карты, которые Мария Михайловна обязательно рисовала в тех местах, где она проводила свои занятия. Позже с созданием областной спортивной школы ориентирования, у Марии Михайловны появилось большое количество последователей, которые продолжили работу в регионах.

Второй этап развития областного ориентирования совпал с началом перестройки в стране, когда в результате многочисленных реорганизаций, областная спортивная школа была ликвидирована, а вместо нее появились спортивные школы в районах: Выборге, Всеволожске, Кузьмолово, Сосновом Бору, Киришах. При областном спорткомитете создана Федерация спортивного ориентирования Ленинградской области, которая призвана объединить работу региональных спортивных школ.

В то время ВНИИТелевидения (спорт-клуб «Экран») имел филиал в Красном Селе, которое относилось к Ленинградской области. В секции спортивного ориентирования «Экран» сложился большой и дружный коллектив ориен-

тировщиков, часть из которых проживала в Ленобласти. Для выступлений на чемпионатах России под знамена команды Ленинградской области привлекались и «Экрановцы». Эта дружба оказалась очень плодотворной. На первенстве СССР, проходившем в г. Выру (Эстония) в 1973 году, команда Ленобласти заняла первое место в женской эстафете. Тогда сразу три спортсменки были удостоены звания Мастера спорта СССР.

Мастера спорта областного ориентирования. Остается только удивляться, как за короткий период от начала своего существования, Ленинградское областное ориентирование смогло подготовить такое большое количество Мастеров спорта. Вот небольшая хроника присвоения этого звания спортсменам Ленинградской области:

1973 год: Колёсина Елена, Иванова Людмила, Корнильев Олег;

1974 год: Иванова Эви, Святкина Надежда, Миронов Алексей,

1975 год: Зазноба Александр;

1976 год: Кириченко Сергей

1977 год: Святкин Михаил, Швер Евгений,

1978 год: Васильева Алла, Хумонен Эльза, Калякин Валерий, Мурский Сергей,

1979 год: Кириченко Николай,

1984 год: Куницкий Игорь, Федоров Николай, Мельников Олег.

«Золотой век» ориентирования в Ленинградской области. Такого, наверное, нет нигде, когда огромное количество ориентировщиков «первого призыва», которым уже за 50 и 60 лет продолжают сохранять теплые дружеские отношения. Многие из них объединились в семьи. У них есть дети и внуки, которые тоже входят на «лесную тропу». Этот феномен, наверно требует своего исследования. Что объединяет всех этих людей, почему они, по прошествии многих лет продолжают дружить и сохранять между собой теплые чувства.

Многие жители Ленинградской области имеют финские корни. Когда появилась возможность переселиться на родину предков, то многие из них воспользовались этой возможностью. Так в финском городе Лаппеенранта появился филиал областного ориентирования. Ориентировщики этого города не только сами регулярно участвуют в наших соревнованиях, но и привозят с собой финских спортсменов.

К сожалению, «золотой век» не может продолжаться очень долго. Сейчас в среде областного ориентирования больше прагматизма и уже нет таких теплых дружеских отношений. Возможно, это связано с тем, что у них сейчас нет таких харизматических личностей как Юрий Николаевич Леонов и Мария Михайловна Малова.

Пожелаем им, чтобы такие личности вскоре появились.

САМЫЕ ИЗВЕСТНЫЕ ВОСПИТАНИКИ «ЗОЛОТОГО ВЕКА» ЛЕНИНГРАДСКОГО ОБЛАСТНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Святкина (Левичева) Надежда (1955 г.р.) – самая известная спортсменка Ленинградской области. Она одна из лучших спортсменок в истории отечественного ориентирования, одинаково успешно выступала как бегом, так и на лыжах. Воспитанница Ленинградской Областной спортшколы, Мастер Спорта СССР (1974 год), 24-кратная чемпионка города Ленинграда (в 1977-1992 гг.), обладательница самой большой коллекции наград Всесоюзных соревнований и Чемпионатов СССР (40), из них 14 золотых, в 1975-1990 гг.), участница нескольких Чемпионатов мира в составе сборной команды СССР. Почетный член Федерации спортивного ориентирования России и ФСО Санкт-Петербурга. Первая чемпионка СССР по спортивному ориентированию бегом в составе эстафетной команды Ленинграда (1981 год), первая россиянка, индивидуальная чемпионка СССР по спортивному ориентированию бегом (1982 год).

Святкин Михаил Николаевич (1960 г.р.) – девятикратный Чемпион СССР по спортивному ориентированию, десять лет в составе сборной команды страны. Спортивный путь Михаила Святкина впечатляет. Призер второго Чемпионата СССР в 1982 году, он стал чемпионом последнего в 1991 году. Девятнадцатикратный чемпион города (в

1979-1992 гг.), многократный победитель и призер летних и зимних Чемпионатов и Кубков СССР (15 медалей разного достоинства, в т.ч. 7 золотых, в 1981-1991 гг.). Умер во время лыжной тренировки в ноябре 1992 года. Те, кто знал его, будут помнить его всегда, потому что более светлой и яркой биографии в ориентировании не было, и нет. Его памяти посвящены одни из лучших соревнований в России.

Васильева (Боргунова) Алла (1957 г.р.) – воспитанница Ленинградской областной спортшколы, выступала в 70-80-е гг., МС (1978). Многократная победительница и призер летних и зимних Всесоюзных соревнований среди юниоров (4 золотые и 3 серебряные медали, 1975-77 гг.), серебряный призер в эстафете летнего Чемпионата СССР 1986 г.

Колёсина (Кириченко) Елена (Сосновый Бор, 1953 г.р.) – воспитанница Ленинградской областной спортшколы, активно выступала в 70-80 гг., МС (1973), двукратная чемпионка Ленинграда (в 1978-1982 гг.), победительница и призер Всесоюзных зимних соревнований (3 медали в эстафетах в 1972-79 гг.), чемпионка России (1983). Победительница Кубка мира среди ветеранов в Лемболово (1995).

Калякин Валерий (1957 г.р.) – воспитанник Ленинградской областной спортшколы, выступал в 70-80-ые гг., МС (1978). Победитель и призер Всесоюзных зимних соревнований 1975-77 гг. (по группе юниоров).

Беляев Сергей Георгиевич (1954 г.р.) – известный российский государственный деятель (Председатель Госкомимущества, депутат Госдумы второго созыва, лидер думской фракции, и др.), д.э.н., профессор, в юности занимался (и достаточно успешно) спортивным ориентированием, выпускник Ленинградской областной спортшколы. Председатель ФСО Ленинграда в 1990-92 гг., Президент ФСОР в 1995-2003 гг. и с ноября 2007 года. Один из руководителей Оргкомитета этапа Кубка Мира в Яп-пиля (Ленинградская область) в 1992 году.

Мурский Сергей Георгиевич (1957 г.р.) – МС (1978), воспитанник Ленинградской Областной спортшколы, в 80-90-ые гг. ее директор, многолетний организатор детских тренировочных лагерей и Мемориалов Михаила Святкина 1995-1996 гг.

Квартет+® - это легендарная игра для любителей спортивного ориентирования. Игра учит разбираться в условных знаках на спортивных картах и тренирует память.

Квартет+® будет интересен как детям, так и взрослым. Дети получают чрезвычайно увлекательный процесс познания условных обозначений карт спортивного ориентирования, а взрослые проверят свои знания на прочность.

Цель игры: собрать максимальное кол-во квартетов, состоящих из 4-х карт одного типа.

Вы можете заказать игру по email: newskill@mail.ru и мы пришлём вам ее по почте.

Для организаторов соревнований и тренеров предоставляются скидки.

000 "Игра Квартет плюс", +7 (926) 769-8336, <http://kvartet.clan.su>



ИГРА
КВАРТЕТ+®



ПАМЯТИ ЗОИ ВИКТОРОВНЫ ПЯТАКОВОЙ

Зоя Викторовна Пятакова – одна из лучших спортсменок в истории советского ориентирования, выступала в 60-70-е гг., как летом, так и зимой. Мастер спорта СССР (1967), десятикратная чемпионка Ленинграда (в 1964-1978 гг.), многократная победительница и призер летних и зимних Всесоюзных соревнований (27 медалей разного достоинства, в том числе 7 золотых, в 1966-1977 гг.). Легенда советского и ленинградского ориентирования, первая победительница Всесоюзных соревнований по спортивному ориентированию на лыжах (1968 год). Почетный член Федерации спортивного ориентирования Санкт-Петербурга. С конца 70-х – детский тренер в Сестрорецкой спортшколе.



Поклонники лесного спорта города на Неве и других регионов нашей страны, те, кто впервые взял в руки компас и карту 55 лет тому назад, и те, кто недавно полюбил спортивное ориентирование, прочтите эти строки, вспомните и низко поклонитесь в память о безвременно ушедшем от нас замечательном человеке, которого звали Зоя Викторовна Пятакова (13.07.1938-09.01.2015).

Зоя родилась в Ленинграде. Её предки жили неподалёку от г. Шенкурска Архангельской губернии. Северяне народ обстоятельный, рассудительный, несуетливый и неторопливый. Эти черты были присущи в полной мере и крепко сбитой белокурой девушке, которая после окончания радиотехникума в 1958 г. появилась в научном институте, спортивный коллектив которого носил название «Импульс». В числе других здесь действовала и туристская секция, с удовольствием принявшая в свои ряды новую симпатичную сотрудницу. Осенью следующего года Зоя со своей новой подружкой Галей Цыпкиной случайно узнали, что в окрестностях ст. Шапки будут проходить какие-то непонятные туристские соревнования.

После небольших раздумий, любопытство взяло верх над сомнениями и они, утеплившись ватниками и защитив ноги резиновыми сапогами, невзирая на дождь, отправились к месту старта. Оказалось, что надо было пройти по лесу по размеченной дистанции и отметить на карте места встреченных на пути контрольных пунктов. Необычная лесная игра Зое понравилась, и вскоре она стала не только почти регулярно выходить на старт, но и весьма успешно финишировать, всё чаще – в числе первых. Она вошла в число лучших ориентировщиц города, а затем и страны, как-то незаметно, но прочно и надолго, точнее, навсегда. В начале июля 1963 года Зоя была призёром матча сборных команд пяти городов, предопределившего проведение Всесоюзных соревнований, затем уверенно прошла через сложное многосту-

пенчатое сито отборочных соревнований и после этого дважды, в составе сборной команды города, стартовала в Ужгороде, на Первых Всесоюзных соревнованиях, и внесла своими хорошими результатами важный вклад в общую победу женской команды. Это было её первое высокое чемпионское звание, вслед за ним последовали многие, многие другие.

В сборной команды города в те годы она была всегда, в составе эстафетной команды – тоже, в числе победительниц или призеров – непременно. Средних или даже случайно плохих результатов в её спортивной биографии не найти. От природы мало похожая на бегунью, эта приветливая миловидная девушка эдаким «колобком» раз за разом безошибочно «прокатывалась» по дистанции, чаще всего показывая лучшее время. Вспоминается, как 11 марта 1966 года в пос. Южки после старта Зои в соревнованиях на маркированной трассе на первых Всесоюзных зимних соревнованиях тренер Г.Н. Васильева, взглянув на поднимающуюся в гору спортсменку, произнесла: «Слабовато она подготовлена, хорошего результата ждать не приходится». Каковы же были удивление наставницы и радость спортсменки, когда объявили, что победила именно Зоя Пятакова.

Так она стала первой среди ленинградок чемпионкой страны в личном первенстве. На следующий год, опять-таки в числе первых, ей было присвоено очень престижное тогда звание мастера спорта СССР. В следующем году Зоя на Всесоюзном зимнем первенстве, проходившем в Калуге 1 марта 1968 года, подтвердила звание лучшей. В третий раз она добилась такого успеха 10 марта 1975 года, вновь на маркированной трассе Карельского перешейка. Не осталась эта прекрасная ориентировщица без побед в летних первенствах – она быстрее всех на IV Всесоюзных летних соревнованиях, проходивших 5 сентября 1969 года, преодолела сложнейшую дистанцию на смутившей многих подробнейшей карте брянского леса, подго-

товленной бригадой В.М. Алёшина. Этим результатом новая чемпионка помогла тогда одержать первую общую победу команде Ленинграда.

Вскоре после этого Зоя, уже в составе сборной команды СССР, поехала в Германию, где проводилась репетиция третьего чемпионата мира, и там впервые получила долгожданную возможность сравнить свои силы с мастерством сильнейших ориентировщиц планеты. Она показала 14-е время, лучшее среди отечественных спортсменок и, казалось бы, не очень хорошее.

Однако не надо забывать, что это была первая встреча с соперницами мирового класса. К белокурой, застенчивой русской спортсменке подошел президент ИОФ Эрик Тобе, пожал руку и сказал: «Пятакова – гут!», после чего одобрителем похлопал по плечу, потому что оказаться в числе первых пятнадцати в то время считалось очень почетным. После этого Зоя ещё восемь раз выходила на старт, защищая спортивную честь страны. Едва ли будет ошибкой предположение, что именно в те, очень далёкие и непростые времена, было посеяно первое зернышко наших успехов на международных соревнованиях, из которого выросли ныне многочисленные мировые победы российских мастериц лесных трасс. Перечень побед восьмикратной чемпионки города З.В. Пятаковой, пятикратной победительницы матчей Эстония–Ленинград, двукратной – прекрасного (и совершенно напрасно утраченного!) матча Городов-Героев – длинен, разнообразен, интересен и для той поры не имеет себе равных, ведь с 1966 по 1983 год (17 лет!) она непрерывно занимала первое место в общесоюзном годовом

рейтинге сильнейших спортсменок страны, с равным успехом выступая на зимних и летних дистанциях. Долгие годы Зоя не прекращала занятия и спортивным туризмом, в её активе и золотая медаль чемпионки страны 1970 года по классу зимних походов высшей категории сложности.

Больше тридцати пяти лет Зоя Викторовна Пятакова в качестве тренера передавала свой бесценный опыт и знания детям, терпеливо учила их пос-

тигать тайны быстрой разгадки лесных кроссвордов. Тысячи школьников и школьниц благодарны этому заботливому и требовательному тренеру за то, что она помогла им закалить характер, приобрести важные жизненные навыки, добиться хороших спортивных результатов на соревнованиях разных уровней, детских, юношеских или уже взрослых. Авторитет её был безукоризненно высок, уважение к её личности – безгранично глубокое, не лю-

бить Зою, олицетворение доброты и скромности, было невозможно.

Самую светлую память сохраняют в своих сердцах все те, кто выступал с ней в одной команде, учился у неё виртуозно владеть компасом и картой, дружил или просто был знаком. Мастер спорта Зоя Пятакова – ГОРДОСТЬ И СЛАВА ОТЕЧЕСТВЕННОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ, её имя золотыми буквами навечно вписано в его историю.

Интервью с Зоей Викторовной Пятаковой

В марте 1966 года в газете «Ленинградская правда» появилась первая заметка, посвященная замечательной спортсменке Зое Викторовне Пятаковой. И с тех пор ее имя постоянно звучит из уст спортсменов, ее учеников, тренеров и других уважаемых людей в мире спорта. За эти годы Зоя Викторовна не только добилась успехов в своей спортивной карьере, но и воспитала чемпионов, которые защищают, как и она сама раньше, цвета российского флага.

- Зоя Викторовна, почему Вы начали заниматься спортивным ориентированием?

- В 50-70-е гг. очень активно развивался спортивный туризм. У меня всегда была мечта участвовать в туристических походах, особенно сложных. Все начиналось с походов выходного дня, затем учеба в школе туризма. Участвовала в сложных походах (не ниже 5 категории сложности) зимой по Карелии, Алтаю, Камчатке, Приполярному Уралу, Кольскому, летом – Памир, Кодар, Кавказ. Зимой и летом в Ленинграде проводились туристические соревнования по закрытому маршруту – это командные соревнования по ориентированию, только в ночных условиях и с грузом. Впервые в СССР было проведено первенство Ленинграда по ориентированию в 1959 г. И мой первый старт был в 1959 году на туристском слёте.

- Ориентирование было не очень популярным видом спорта. Не было желания заниматься другим спортом?

- До ориентирования я занималась многими видами спорта: легкая атлетика, гребля (2 разряд), плавание (3 разряд), коньки, лыжные гонки (кандидат в мастера спорта), альпинизм (2 разряд), туризм (кандидат в мастера спорта). Постепенно ориентирование переселилось, так как здесь всегда решаются интересные задачи, работают одновременно и ноги, и голова.

- А семья повлияла на Ваш выбор?

- С детства я была самостоятельная. Семья никогда ни в чем мне не препятствовала, но я всегда советовалась с родителями.

- Каких успехов Вы достигли в ориентировании?

- Многократная чемпионка СССР, с 1963 по 1980 г. входила в сборную СССР. И в ее составе участвовала в международных соревнованиях.

- А какие соревнования запомнились Вам больше всего?

- Самые первые соревнования всегда самые запоминающиеся. Это было у нас в Юкках – зимние соревнования на маркированной трассе. Впервые карты были с рельефом. Никто еще в рельефе не разобрался, и я неожиданно выделась на этом старте. Я выиграла. Там я потеряла столик и наколола штрафов на одном контрольном пункте только из-за этого. Тогда об этих соревнованиях много писали в прессе, например, в «Комсомольской правде».

- Приятно было, когда Вас узнавали на улице, когда Вы видели свои фотографии в газетах?

- Ну, конечно, как и всем. Даже поклонники писали письма, многие подходили, знакомились. Все было. Но никогда не было звездной болезни, хотя побеждать было очень приятно.

- Какие были ощущения, когда проигрывали?

- Конечно, ничего хорошего, когда проигрываешь. Особенно, когда за твоим выступлением следят, на тебя смотрят. Я обычно не злюсь, если старт не удался, сама же виновата. Но внутри, в душе, очень обидно, хоть я и не показываю этого.

- А Вы свои медали считали?

- Не считала никогда, их легче взвесить. Но медалей, конечно, много.

- Как вообще складывалась личная жизнь? Не влияли постоянные отъезды, чемпионские титулы?

- Нет, ничто сильно не влияло, все везде успевала. И личная жизнь, и работа не страдали от моего увлечения спортом.

- Вы побывали во многих странах, видели, как государство и власть регулируют сферу спорта за границей. А хотели ли бы выступать за какую-то другую страну?

- Никогда. Я ездила только в соц-страны, дальше меня не пускали, так как я работала в закрытой организации. Все страны, куда нам разрешалось выезжать – Болгария, Венгрия, Чехословакия и ГДР. И все-таки лучше всего относились к спорту в СССР. Мы всегда были обеспечены сборами, куда выезжали один раз в два месяца. А также нам выдавали и форму, и снаряжение. Думаю, что в России все это со временем восстановится.

- Что бы Вы сделали на месте главы спорткомитета СПб?

- Я бы стала развивать массовость, больше показывать спорт по телевидению, строить современные базы. Но вообще, я бы не хотела заниматься управлением в сфере спорта. Я к этому не стремлюсь, так как в таком случае у меня останется мало времени для тренировок детей и выступления на соревнованиях.

- Как Вы стали тренером?

- В 1978 г. открылось первое отделение спортивного ориентирования в спортивной школе Сестрорецка, и мои друзья по команде уговорили поработать в спортивной школе детским тренером. Учить детей очень сложно.

- Почему Вам нравится с ними заниматься?

- Дети всегда разные, поэтому с ними очень интересно работать. От них я получаю много энергии, которая помогает мне тренировать и тренироваться самой.

- Какие надежды Вы возлагаете на своих учеников?



- Думаю подготовить очередных чемпионов России и, может быть, Европы среди юношей.

- *Чем нынешние дети отличаются от детей Вашего поколения?*

- Наше поколение было более самостоятельным. Тогда решали не родители, а сами дети. Мама не знала, куда я поступаю, в какой институт, в какой техникум. Дети самостоятельно приходили в кружки и записывались. А сейчас их приводят за руку родители.

- *Какие вообще дети идут в ориентирование?*

- В ориентирование вообще очень сложно завлечь. Скорее идут неприятельные ребята, неизбалованные, часто малообеспеченные. В спортивном ориентировании мало детей богатых родителей, но мы хотели бы видеть на нашем отделении и таких.

- *Как привить детям нынешнего поколения патриотизм, вообще есть ли он сейчас?*

- Я думаю, что патриотизм есть у всех, не обязательно он выставляется на показ. Например, когда выступают за свою страну, то все болеют за свою страну. Патриотизм действительно есть. Когда ребята выступают за Санкт-Петербург, то они и болеют за Санкт-Петербург. А если выступают за Сестрорецк, то болеют за Сестрорецк.

- *Существует ли верность спортив-*

ной школе, ее традициям, педагогам?

- Столько выпускников было, никого не видим. Когда мы делали встречу «20 лет отделения ориентирования», то пришли все первые выпускники. Вот у них осталась верность тренерам и школе. Конечно, может быть, что до остальных просто информация не дошла. Но иногда встретишь своих бывших учеников и даже не узнаешь, а они подходят и говорят: «А я у Вас занимался».

- *Зоя Викторовна, а Вы рассказываете своим ученикам о себе?*

- Да, я всегда рассказываю случаи из жизни, чтобы они знали, какие бывают в спорте и в жизни ситуации, как нужно поступать и вести себя. А о своих победах не рассказываю, считаю, что не зачем им об этом знать.

- *Как спорт помог Вам в жизни? И чем он может помочь Вашим воспитанникам?*

- Спорт приучает к трудолюбию. Поскольку мне всегда надо было ехать на сборы, то я свою работу в качестве инженера по автоматике выполняла быстро и качественно. Также благодаря спорту у меня появилось много друзей по интересам, расширился кругозор. То же самое спорт может дать детям и сейчас.

- *С какого возраста нужно начинать заниматься ориентированием? И вообще спортом?*

- Сейчас надо заниматься спортом чуть ли не с первого класса. Сначала общефизическая подготовка до 2-3 класса, потом специализация, надо сосредотачиваться на каком-то отдельном виде спорта. Дети более старшего возраста уже совсем другие, некоторые с 5-го класса начинают курить. Поэтому надо начинать заниматься спортом как можно раньше. И кроме того, нужно, чтобы ребенок привык работать. Если он не приучен работать, бесполезно дальше заставлять его тренироваться.

- *Есть ли возрастные пределы спортивного ориентирования?*

- Пределов никаких нет. Проводятся чемпионаты ветеранов, в них участвуют спортсмены, начиная с 30 лет и до 95. И на чемпионате мира среди ветеранов, например, выступает до 4-5 тысяч спортсменов. Все соревнуются в разных возрастных группах, но больше всего участников в старших возрастных группах. Там бегут люди пенсионного возраста, видимо, они уже не работают, и свободного времени у них больше. А в группах 30-35-летних участников поменьше.

- *А какие Ваши дальнейшие планы в спорте?*

- Конечно, буду продолжать выступать на соревнованиях и тренировать.

Беседу вела: С.Б. Сахарова



TEAM WEAR

Advantages with Trimtex

- Unique team wear
- High quality
- Long experience
- Supplement guarantee



GO | DESIGN

Your new webpage where you and your team can use your own creativity and design your own clothes from your computer at home!



www.trimtex.biz/go-design

This is the perfect way to get team clothes in your own design!

Congratulations Russia!

Contact:

Pär L. Olofsson

par@trimtex.se

TRIMTEX

do it with style

+46 26 24 98 92

www.trimtex.se



Система электронной отметки Electronic punching system



Базовая станция SFR U5

- выполняемые функции: очистка, старт, КП, финиш.
- сменная батарея большой емкости
- прозрачный герметичный корпус
- два режима работы - пассивный и активный
- размеры 98 x 46 x 22 мм.
- вес 52 грамма

2790 руб.

Карточка участника (чип) "Лепесток"

- емкость: **58** отметок
- срок службы 5-10 лет
- время отметки менее 0,1 секунды
- размеры 80 x 32 x 2 мм.
- вес 7 грамм
- мягкий, травмобезопасный
- крепление на палец

250 руб.

Карточка участника (чип) "Adventure card"

- емкость: **122** отметки
- срок службы 5-10 лет
- время отметки менее 0,1 секунды
- размеры 45 x 27 x 12 мм.
- вес 8 грамм
- возможность крепления на палец и на запястье

550 руб.

www.sportssystem.ru
www.sfr-system.com

sfr-system@mail.ru

skype: sfr-system



ЗА АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

WWW.NOVATOUR.RU

