

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 соревнова-

ниях 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.