

ПУСТЬ ДЕТИ ОСТАЮТСЯ ДЕТЬМИ

Советы Понтуса Функе, тренера журнала «Скугспорт» на 2015 год

Несколько лет назад я и сам не подозревал, что в Спортивной конфедерации Швеции существует программа по работе с детьми и подростками. Надеюсь, что сейчас она получила большую огласку, но во избежание недоразумений начну все равно с основ.

Для детского и юношеского спорта существуют возрастные ограничения – до 12 и 20 лет соответственно. Детский спорт нужен, в первую очередь, для того чтобы дать детям возможность играть – и заодно попробовать свои силы в разных видах спорта. Необходимо создавать для детей такие условия, которые помогут им развиваться всесторонне. Соревнования – это часть игры, и проходить они должны так, как это удобно детям.

Что касается юношеского, подросткового спорта, то тут уже существует разделение на общую физическую подготовку и спорт высших достижений. В спорте высших достижений основную роль играют улучшение показателей и результаты соревнований. А в «общедоступном» спорте во главу угла ставят здоровье, хорошее самочувствие и настроение; высокие показатели и результаты соревнований нужны здесь, прежде всего, для дополнительной мотивации юных спортсменов.

Что же мы, собственно, делаем для того, чтобы юные спортсмены развивались именно в том направлении, в котором хотят? Над этим вопрос стоит хорошенько задуматься хотя бы потому, что за последние годы интерес к спорту в Швеции заметно снизился. У меня однозначного ответа на это вопрос нет, но, мне кажется, что наравне с обычными тренерами Федерация спортивного ориентирования Швеции точно так же должна заниматься подготовкой тренеров для детей и юношества. В последнее время этому уделяется слишком мало внимания.

В спортивной конфедерации Швеции существует четкое определение детского спорта, согласно которому заниматься им следует в игровой форме. Детский спорт предусматривает всестороннее развитие, и в основе его лежат потребности и возможности детей. Кроме того, детский спорт должен учитывать индивидуальные особенности развития детей.

Приводить детей в спорт и заниматься с ними нужно так, чтобы они не только научились какому-то виду спорта, но и чтобы интерес к нему остался у них на всю жизнь. Многие действующие ориентировщики буквально родились на спортивной арене, коей для нас служит лес. Наша задача состоит в том, чтобы дети и их родители, никогда не слышавшие про

ориентирование, тоже смогли узнать, чем же так примечателен наш вид спорта.

В простой, доступной форме. Заниматься спортом дети должны в простой, доступной форме, и делать это следует вблизи от дома. Соревнования для самых маленьких тоже должны проходить в знакомых ребенку местах. А результаты должны отступать на второй план. Ориентирование – это семейный спорт, благодаря которому младшие члены семьи могут проводить время с родителями и за пределами района соревнований. Повторюсь, для детей, как ни для кого, на первом месте стоит участие, а уж какой результат они показывают на финише, это дело десятое. Если девяти- или десятилетний спортсмен слышит из уст комментатора что-то вроде «фамилия обязывает», то он скорее почувствует ненужный груз ответственности, чем вдохновится на новые свершения.

Для детей до 12 лет призы куда важнее, чем для спортсменов, которым уже перевалило за 35. Все мы видим, как мамы и папы, бабушки и дедушки выкладывают в социальные сети фотографии детей и внуков, которые заняли призовые места в забеге, как они гордятся их результатами и финишами. Спортивные федерации и объединения должны создавать для детей такие социальные условия, чтобы в их окружении царил дух товарищества, дружелюбия, уверенности и спокойствия. Тогда дети смогут и сами развиваться, и развивать спорт, и к тому же научатся нести ответственность за себя и окружающих.

В этом плане с ориентированием в Швеции дела обстоят, как мне кажется, превосходно. Я считаю, мы можем гордиться тем, что пропагандируем правильные ценности и всегда ратуем за честный, справедливый спорт. Это вам подтвердят даже те, кто занимается ориентированием лишь изредка. Привлечь детей к организации процесса можно множеством способов. Например, дать им возможность самим выбирать любимые упражнения и снова вносить их в план будущих тренировок.

Сегодня слишком рано отдают детей в спорт. Я где-то прочел, что родители иногда отдают детей в ясли в годовалом возрасте, чтобы их дети ни в коем случае ничего не упустили и не отстали от сверстников... То же происходит и в спорте – родители боятся, что их чада не угонятся за другими детьми. Дети занимаются одним и там же видом спорта три-четыре раза в неделю вместо того, чтобы заниматься тремя-четырьмя разными видами спорта один раз в неделю. Разумеется, если так много тренироваться, то довольно

скоро добьешься в своем виде спорта высоких показателей. Следом появятся и первые результаты, а за ними и первое внимание со стороны спортивной общестственности. Но потом могут возникнуть сложности с поисками мотивации – ведь вы столько лет выкладывались, а другие наступают вам на пятки.

Несколько лет назад я слышал выступление Пера Андерссона, тренера шведского олимпийского гребца Ласси Каронена, в котором он рассказывал о рюкзаке с мотивацией. Если рано растратить весь запас мотивации, то потом, в более зрелом возрасте, ее неоткуда будет черпать. Ласси начал тренироваться с прицелом на спорт высших достижений, когда ему было 26, и запас мотивации у него в рюкзаке был приличный.

Мне кажется, что сегодня родители чересчур рано начинают хвастать в социальных сетях спортивными достижениями детей и вообще слишком рано отдают детей в спорт.

В каком же возрасте стоит начинать заниматься ориентированием? В клубе «Лександ» с детьми начинают заниматься с пяти лет. Это довольно рано, но в таком возрасте речь идет об игровых формах обучения, о том, чтобы проводить время в лесу. Даже если ребенок может и хочет пробежать дистанцию с картой в руке, он всегда сможет это сделать, когда подрастет.

С моей точки зрения, суть работы с детьми состоит в том, чтобы они как можно дольше занимались ориентированием (или любым другим видом спорта) на том уровне, на котором сами пожелают. Дети и подростки, которые в конечном итоге придут в спорт высших достижений, делают это по собственному желанию, и совсем не обязательно для этого так рано приступать к серьезным тренировкам. Наша же задача, задача взрослых, состоит в том, чтобы помогать друг другу и детям не думать о результатах – тогда больше детей преуспеет в спорте. Только так можно зародить и поддерживать в детях интерес и желание заниматься спортом всю жизнь.

