The prize of gas

prize

Победа требует много энергии.
Абсолютно все, от аэродинамики до лыжной техники, должно быть оптимально. World Cup Skate дает атлетам дополнительную энергию, возвращаемую при каждом толчке. Что-либо другое обойдется вам дорогой ценой.

Worldcup Skate
Worldcup speed profile
Speedskin
Nomex core
Stiffness: soft, hard

ЗАО "АМЕР СПОРТС"
т.: (495) 641 26 46, ф.: (495) 641 26 45
e-mail: office-rus@amersports.net
Т.Ц. "МЕГА-ТЕПЛЫЙ СТАН"
21 км Калужского ш., оф. 208
www.atomicsnow.com

ATOMIC

"Ориента" ориентирует на победу

Чего не умеет наша смена

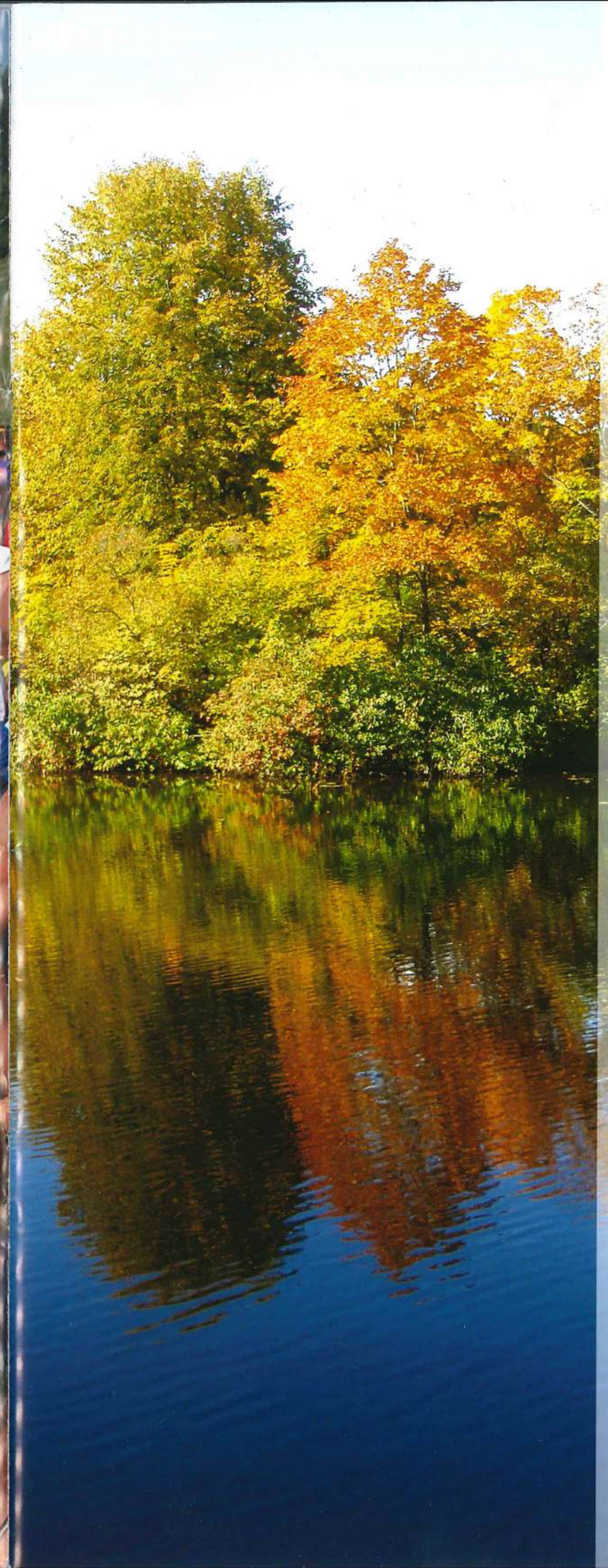
ИДЕАЛЬНЫЙ ПРЕЗИДЕНТ

Тема номера Чемпионат Мира

№4, 2007

Азимут

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ



Азимут

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

ВСЕ ВИДЫ ПОЛИГРАФИИ
ОФСЕТНАЯ И ЦИФРОВАЯ ПЕЧАТЬ

- Листовки
- Плакаты
- Брошюры
- Буклеты
- Открытки и приглашения
- Фирменные бланки
- Календари настенные перекидные
- Календари квартальные
- Настольные календари
- Карманные календари
- Визитки
- Папки
- Кубарики
- Конверты

ПОДГОТОВКА И ИЗДАНИЕ СПОРТИВНЫХ КАРТ

(Лицензия Федеральной Службы Геодезии и Картографии России № МОГ-02423К от 30 сентября 2004 г.)

Тел.: 8(499) 196-7889
E-mail: azimut-id@rambler.ru

Уважаемые друзья ориентировщики!

Завершился еще один летний сезон, закрывается еще одна страница в истории развития нашего вида спорта. Она выглядит неплохо – результаты сборных команд России остались на высоком уровне, календарь крупнейших соревнований выполнен. Можно с уверенностью сказать, что система, созданная в стране за предыдущие десятилетия, продолжает развиваться.

В будущем году мы отметим 45-летие официальной даты рождения ориентирования в России. За эти годы в развитии нашего вида спорта было многое: взлеты и процессы торможения, однако не было резких падений, после которых так тяжело восстанавливаться. И этой стабильности мы обязаны той многотысячной армии любителей ориентирования, которые несмотря на экономические трудности, социальные потрясения, на отсутствие должного внимания в спортивной среде и замалчивание в средствах массовой информации, продолжают свою работу на общественных началах, что в наше время коммерциализации просто непонятно большинству государственных чиновников.

Впереди внеочередная отчетно-выборная конференция Федерации спортивного ориентирования России. Это значит, что у Федерации будет новый президент, новый президиум и в спортивном ориентировании начнется новая эпоха. Ориентирование по своей природе – один из самых интеллектуальных видов спорта, имеющий в своем активе определенную категорию людей. И являться их формальными и неформальными лидерами, возглавлять их могут люди, пользующиеся определенным авторитетом в своей среде, профессионалы в определенных направлениях деятельности. Но и они являются лидерами до тех пор, пока их действия и поступки совпадают с интересами общества, при этом они должны считаться с мнением выдвинувших их людей. Понятно, что у каждого лидера свое видение момента, свои рецепты, свои планы. Важно, чтобы они не шли вразрез с видением основной массы профессионального сообщества. Чтобы человек понимал, что он начинает не с нуля, помнил, что за спиной стоят десятилетия развития вида спорта, усилия и труд многих тысяч людей, а наибольшим авторитетом пользуются лидеры, объединяющие, а не разъединяющие людей.

Хочется надеяться, что у такого общественного феномена, каким является на сегодняшний день спортивное ориентирование, будут достойные этому движению ЛИДЕРЫ, способствующие дальнейшему движению вперед.

Ю.С.Константинов,
Главный редактор журнала «Азимут»,
Почетный член Федерации спортивного ориентирования России,
Доктор педагогических наук

СОДЕРЖАНИЕ: №4, 2007

ИНТЕРВЬЮ
В.ГОРИН. Слово за конференцией.....8

ГОСУДАРСТВО И СПОРТ
«СПОРТИВНАЯ РОССИЯ».Идеальный президент.....10

ПЕРСОНА
М.КОРОБОВА. «Ориента» ориентирует на победу.....4
И.ЛЕОНТЬЕВ. О картах, об ориентировании, о себе.....40

НАШЕ БУДУЩЕЕ
О.МИНАЕВА. Тренировки вместо подготовки.....12
Т.МЕНДЕЛЬ. В Австралию через триозерье.....13
Е.ТЕРЕХОВА. На зарядку становись.....15

ШКОЛА-СЕМИНАР ТРЕНЕРОВ
О.МУХИНА. Чего не умеет наша смена.....18

ТЕМА НОМЕРА – ЧЕМПИОНАТ МИРА
Ю.ЯНИН. «Украинский галоп» или десятая медаль Игоря Гуриева и Виктора Дьячкова.....22
В.ГЛУЩЕНКО. Наши ребята сделали все, что могли.....26
«СКОГСПОРТ». Небольшие штрихи украинского чемпионата мира.....29
«СКОГСПОРТ». Пора вводить температурные границы.....30
«СУНИСТАЯ». Ориентирование и финансирование.....31
«СУНИСТАЯ». Дневник Хели Юккола и Теро Фера.....31

СОРЕВНОВАНИЯ
С.СЕРЕБРЯКОВ. Бег полуночного солнца.....32
В.КАЛЕНОВ. Путь к совершенству.....34

СЕМИНАР СУДЕЙ
О. МУХИНА. Анализ проведения официальных юношеских соревнований.....36

УРОКИ ОРИЕНТИРОВАНИЯ
С.КАЗАНЦЕВ. Психологическая помощь спортсменам.....42

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЦА
Литература по туризму и спортивному ориентированию.....45
С.СЕРЕБРЯКОВ. Случай на дистанции.....46
С.ПИКУЛА. Раз однажды в юности.....47

На первой странице обложки двукратная чемпионка мира–2007 Ксения Черных. Фото Юрия Янина.

ООО «Издательский дом «Азимут».
RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE
Журнал "Азимут", №4, 2007.
Главный редактор: Юрий Константинов, тел.(495) 362-89-91; 109033 Москва, ул. Волочаевская, д. 38а, ФЦДЮТиК. **Шеф-редактор:** Виктор Елизаров. **Зам. главного редактора:** Юрий Янин, Екатерина Карташева. **Ответственный секретарь:** Ольга Мухина, тел. (495) 362-82-33, e-mail: muha52@mail.ru **Отдел распространения:** Ольга Минаева, тел.: (499) 196-9089, e-mail: rufso@mail.ru
Редакционная коллегия: Юрий Константинов, Ольга Глаголева, Виктор Елизаров, Алексей Иванов, Алексей Кузьмин, Ольга Мухина, Александр Прохоров, Валентина Чешихина, Юрий Янин. **Фотографии:** А.Киселёв, Ю.Янин.
Дизайн, сканирование, компьютерная верстка, цветоделение — ООО "Издательский дом "Азимут" (лицензия: серия ИД № 05319), тел.(499) 196-7889. **Верстка и дизайн:** Д. Чечерников. **Транспортное обеспечение:** "ТОКИ-АВТО", тел.(499) 196-7886. **Почтовый адрес редакции:** 123060 Москва, а/я 57. **Тел./факс:**(499) 196-9089 (секретариат, подписка, рассылка), **e-mail:** rufso@mail.ru, **e-mail для статей и фотографий:** azimut-id@rambler.ru
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Тираж 4500 экз.
Отпечатано в типографии «Мультипринт». Цена свободная. Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.
Журнал зарегистрирован в Государственном комитете РФ по печати 30.04.97, рег. № 016043.

Поздравляем
победителей и призеров чемпионатов мира–2007

Ефимов Роман,
Москва,
Чемпион мира по ориентированию бегом в эстафете

Храмов Андрей,
Краснодарский край,
Чемпион мира по ориентированию бегом в эстафете, серебряный призер на длинной дистанции

Новиков Валентин,
Белгородская область,
Чемпион мира по ориентированию бегом в эстафете, бронзовый призер на средней дистанции

Грицан Руслан,
Москва,
Чемпион мира по велоориентированию на длинной дистанции

Микрюкова Надия,
Москва,
Серебряный призер чемпионата мира по велоориентированию в эстафете

Устинова Анна,
Челябинская область,
Серебряный призер чемпионата мира по велоориентированию в эстафете

Черных Ксения,
Москва,
Чемпион мира по велоориентированию в спринте и на средней дистанции, серебряный призер на длинной дистанции и в эстафете

Фолифоров Антон,
Воронежская область,
Бронзовый призер чемпионата мира по велоориентированию в спринте

Правильный выбор или “Ориента“ ориентирует на победу

Пять лет назад, во Франции, состоялся первый чемпионат мира по спортивному ориентированию на велосипедах. Тогда российская сборная команда не завоевала медалей, первый блин оказался комом, но время зря не теряла и смогла закончить первую пятилетку мирового велоориентирования с великолепными результатами. Российские мужская и женская команды собрали полную коллекцию медалей чемпионата мира всех достоинств, а Руслан Грицан и Ксения Черных стали первыми российскими чемпионами мира в индивидуальных дисциплинах.

И Ксения и Руслан - воспитанники одной школы – школы № 54 «Ориента» города Москвы, а если вспомнить, что Максим Журкин и Надия Микрюкова также из «Ориенты», то получается, что более двух третей медалей для России завоевали воспитанники именно этой школы.

Редакция журнала «Азимут» поздравляет весь коллектив школы №54 «Ориента» и персонально директора школы – Кузьмина Алексея Рэмовича с феноменальными успехами и желает не сбавлять темпа, покоряя всё новые и новые вершины мирового ориентирования.

По просьбе редакции, чемпионка мира Ксения Черных поделилась своими впечатлениями о прошедшем чемпионате мира, немного рассказала о себе и своих тренировках.

Интервью подготовила
Мария Коробова.
Фото Юрия Янина.

Достижения Ксении Черных

Чемпионат России среди КФК по лыжному ориентированию 2001 г. (Воронеж) – 1 место

Чемпионат России по велоориентированию 2005 г. (Самара) – 1 место

Чемпионат мира по велоориентированию 2005 г. (Словакия) – 5 место

Чемпионат России по зимнему триатлону 2006 г. (Ярославль) – 1 место

Чемпионат мира по велоориентированию 2006 г. (Финляндия) – 2 место, 1 место в эстафете

Чемпионат Европы по велоориентированию 2006 г. (Польша) – 3 место, 3 место в эстафете

Чемпионат России по зимнему триатлону 2007 г. (Троицк) – 1 место

Чемпионат Европы по велоориентированию 2007 г. (Италия) – 2 место, 3место

Этап Кубка России по кросс-кантри 2007 г. (Адлер) – 1место

Кубок Европы по велоориентированию в спринте 2007 г. (Италия) – 1 место

Этап Кубка России по кросс-кантри 2007 г. (Москва) – 2 место

Этап Кубка России по кросс-кантри 2007 г. (Вологда) – 1 место

Чемпионат Европы по кросс-кантри 2007 г. (Турция) – 25 место

Чемпионат мира по велоориентированию 2007 г. (Чехия) – 1 место, 1 место, 2 место, 2 место в эстафете

Чемпионат мира по кросс-кантри 2007 г. (Шотландия) – 49 место

Ксения, вы состоите сразу в двух сборных России – по ориентированию на маунтинбайке и по велоспорту-маунтинбайку, дисциплине кросс-кантри. Два чемпионата мира, два чемпионата Европы, этапы Кубка Мира. Не много ли для одного спортсмена?

И еще в сборной по зимнему триатлону… Это тяжело. Нагрузка очень велика. Не столько даже физически, сколько психически. Частые переезды, сборы. Ощущение того, что в чем-то не дорабатываешь. Но, видимо, одного ориентирования мне не хватает. Во многом из-за бедного календаря велоориентирования.

Первый день чемпионата мира принес вам золотую медаль в спринте. Для вас было важно выиграть именно первый день чемпионата?

Да, мне хотелось показать хорошее ориентирование, чтобы убедиться, что моя техническая подготовка находится на должном уровне. Очень помог мой муж Сергей, который меня тренирует вот уже 14 лет, хотя его и не было рядом со мной на чемпионате. Когда узнала, что тренеры поставили меня в первую стартовую группу, то написала ему.

Все-таки, как чемпионка Европы в спринте я рассчитывала бежать среди лидеров и немного расстроилась. И получила лаконичный ответ: «Нет повода распускать сопли». После этого успокоилась и выступила довольно удачно.

А как все произошло на средней дистанции?

Ошибалась, очень недовольна, но запас скорости был, и его хватило для победы. А на длинной было еще больше ошибок, и Михаэла Гигон меня за это наказала. Можно, конечно, говорить и об усталости, и о нехватке стартов велоориентирования, и об отсутствии рядом тренера, но виновата сама – не настроилась.

Но усталость не помешала вам выиграть у Михаэлы Гигон на последнем этапе эстафеты.

Да, месть была сладка (*улыбается*). Эстафета – это совсем другое, здесь забываешь об усталости. Жаль, не увидела спину Пяйве Томмолы, а то бы мы повторили успех прошлогоднего чемпионата. Но она не ехала длинную – готовилась к эстафете.

Каковы были приоритеты во время подготовки? Какой чемпионат – по спортивному ориентированию или кросс-кантри – для вас важней?

Два вида спорта настолько отличаются, и готовиться к ним нужно совершенно поразному. В кросс-кантри мозги нужно спрятать куда-то подальше, просто терпеть. Там так и говорят – чем больше думаешь, тем медленней едешь. В ориентировании все иначе. Когда я проехала спринт, мне показалось, что я даже не вспотела. Поэтому тяжелее было не ехать, а ждать результата. Уверенности в том, что, стартуя на пятой минуте, я так и останусь первой, не было. Все время приходиться сбрасывать скорость, чтобы не ошибиться. Тем более масштаб карты был 1:5000. Я даже разогнаться не успела. Общего между двумя видами только то, что я сижу на велосипеде. Разная физическая подготовка, разная техническая, психическая. Отличается сама формула проведения соревнований. Раздельный старт в ориентировании и общий в кросс-кантри. В ориентировании мне не надо толкаться локтями на старте и завоевывать стартовую позицию. Я знаю, что через сто метров у меня не начнется сингл-трек, где никто вперед уже не пропустит. В кросс-кантри, если я въеду в подъем и сделаю выдох, человека три меня обгонит. Въехал – и даже под спуск приходиться крутить педали. На первых Кубках Мира меня это очень поразило. Причем так борются не только за первое место, но и за шестидесятое, последнее, за которое даются рейтинговые очки. В ориентировании спортсмены, претендующие на эту позицию, могут позволить себе ехать по-философски спокойно.

Что вам психологически ближе, кросс-кантри или все-таки спортивное ориентирование, раз уж эти виды спорта настолько разные?

После кросс-кантри на соревнования по спортивному ориентированию я приезжаю, как домой. Знаете, как будто надела домашние тапочки. Спортивное ориентирование легче физически. И в этом виде спорта я уже много лет, здесь все свои. А в кросс-кантри я новенькая.

Как спортсменки из сборной кросс-кантри восприняли ваше появление?

Мне настолько там не рады были (*смеется*). И психологически давили – куда я лезу со своим ориентированием. Причем, чтобы обидеть меня посильней, ориентирование они всегда называли туризмом. Говорили, что у меня трое детей, сидела бы дома. Их очень задевало то, что они молодые, только что вышли из юниорского возраста, а я старше и все равно обгоняю. Бывало даже, что обзывались. Тяжело было вначале. Сейчас уже проще. Все смирились.

Смирились или стали уважать?

Последний месяц меня уже не называли туристкой, и я поняла, что в их мнении обо мне что-то поменялось.

Стоило ли вообще начинать завоевывать другой вид спорта. Неужели мало одного спортивного ориентирования? И вообще, возможно ли подобное совмещение?

Вот совмещать зиму и лето в ориентировании точно нельзя. Во взрослом ориентировании, я имею в виду. Должен быть и подготовительный, и восстановительный период. У меня же сезон начался в марте, а закончится он в конце сентября. Готовясь к кросс-кантри, я повысила свою велоподготовку, и ее с лихвой хватило для ориентирования. Специальной подводки к стартам не делала. Я даже на чемпионате мира продолжала выезжать на две тренировки.

А страха не было, что после такого тренировочного графика на какой-нибудь старт организм не успеет восстановиться?

Мой тренер еще в прошлом году говорил: «Физически ты сильнее всех. Главное, не ошибайся». Тогда я не верила, но в этом году на чемпионате Европы я смогла в этом убедиться. Я мало тренировалась с картой, и на сложной итальянской местности мне приходилось периодически останавливаться. На ходу я не всегда успевала просматривать перегон. Каждая остановка – это, как минимум, потерянных двадцать секунд. Но все три личных дня я была в призах. Если я с остановками на каждом перекрестке смогла выиграть, значит, скорость – это действительно моя сильная сторона.

Как после победы на одном чемпионате мира заставить себя еще раз собраться и выйти на старт другого, физически более сложного?

Мне очень помогли сборы. После завершения чемпионата мира по спортивному ориентированию, я вместе со сборной по кросс-кантри поехала на высоту. Конечно, очень переживала, что не в Крыму с семьей. В горах я не отдыхала совсем, продолжала делать по три тренировки, но психологически восстановилась. К сожалению, из-за организационных проблем сборы начались на пять дней позже. На чемпионате мира оказалось, что это было ошибкой. Первые три дня дома я чувствовала себя великолепно. В Шотландии, на восьмой день после высоты, было очень тяжело. Но тренеры уже по заездам юниоров и андеров поняли, что просчитались, и к нашим с Оксаной Рыбаковой местам в конце пятого десятка отнеслись спокойно.

Не обидно было уехать от семьи и из-за тренерского просчета остаться без хорошего результата?

О детях во время гонок никогда не думаю, ни на ориентировании, ни в кросс-кантри. Это закон, наверное, такой. Когда думаешь о детях, сильно расслабляешься. В любое другое время – да. Но как только началась разминка, от этих мыслей стараюсь избавиться. Хотя знаю, что они на даче, с бабушкой, молятся за меня, поддерживают. Обязательно пишу время своего старта, с точностью до минуты. Я считаю, что не имею права выступать плохо. И если я приезжаю домой без хорошего результата, чувствую себя немного виноватой. Конечно же хочется проводить больше времени с семьей.

Кто из детей внимательнее всех следит за вашими результатами?

Думаю, Слава. Ему только одиннадцать, но он уже познал вкус побед. Выступает не только во всех видах ориентирования, но и в лыжных гонках, рукопашном бое. Маленькие, конечно, пока мало что понимают.

Что все-таки важнее при составлении плана сборов в режиме дня, дети или полноценные тренировки?

Я одно скажу – если кто-нибудь из них серьезно заболеет, я никуда не поеду. И неважно – тренировка это или чемпионат мира. Но пока все обходилось хорошо (*Стучит по дереву.*)

На следующий сезон практика совмещения спортивного ориентирования и кросс-кантри будет продолжена?

Пока я в сборной России по велоспорту, буду совмещать. Моя цель в следующем сезоне – участие в Олимпийских играх. Сейчас я иду второй в отборе, а всего от страны едут две участницы. Если все сбудется, то и на чемпионат мира по ориентированию успеваю.

На каком велосипеде вы выступаете?

У меня их несколько. Один шоссейный. Впервые в жизни я села на него в декабре прошлого года, на сборах в Адлере, и сразу стала тренироваться с женской шоссейной сборной. Было тяжело. Не только потому, что в этом виде я новичок, но и потому, что велосипед, на котором я каталась, был просто опасен. Мало того, что были неудобные переключатели на раме, постоянно клинил руль. До тормозных ручек я не дотягивалась. Сзади стоял шестерник. Да он просто в любой момент мог развалиться. А я сразу и не поняла, зачем Виктор Григорьевич Трохин, мой тренер в кросс-кантри, звонит мне каждый день и спрашивает, жива ли я? Зато сразу после возвращения СДЮШОР «Ориента» помогла мне купить новый велосипед «Giant». Ведь шоссейная подготовка очень важна для байкера. И теперь я могу не только спокойно тренироваться, но и соревноваться. К тому же он такой красивый, а цвет – переход из золота в серебро. Для женщины ведь это очень важно (*Смеется.*) И в свой гоночный байк я просто влюблена. Это черный карбоновый «Giant», а моя фамилия Черных.

Несколько слов о вашей школе. Насколько успех спортсмена зависит от коллектива, где он тренируется?

Как сказал один герой романа Эрнста Хемингуэя: «Человек один ни черта не может». Но у человека всегда есть выбор. Сделав его 12 лет назад, поступив в Перовскую ДЮСШ-СДЮСШОР «Ориента», я и мой тренер Черных Сергей не ошиблись. Здесь мы нашли коллектив единомышленников. Как и во всей стране были трудные времена, но отношение к нам всегда было самое доброжелательное. Именно директор школы Алексей Рэмович Кузьмин. уговорил меня попробовать свои силы в велоориентировании, хоть я и была в то время в сборной России по лыжному ориентированию. Школой были закуплены байки, открыто отделение маунтинбайка кросс-кантри, приняты на работу специалисты. И результаты не заставили себя ждать: 7 золотых медалей на трех последних чемпионатах мира по велоориентированию завоевано воспитанниками нашей школы. Думаю, что если в стране три-пять школ по ориентированию откроют отделения по маунтинбайку, как это сделал в "Ориенте" Кузьмин А.Р., будут организованы совместные тренировки, то результаты нашей сборной по велоориентированию выйдут на более высокий уровень.

Что вы можете посоветовать начинающим в велоориентировании спортсменам?

Больше тренироваться. Я на сборах в базовый период за месяц накатываю и пробегаю больше 3 тысяч километров. Надо не только повышать выносливость, очень важны и технические тренировки. Не бояться синяков и ссадин. Велоориентирование повторяет путь развития ориентирования на лыжах. Также, как и лыжные ориентировщики начали готовиться вместе с лыжниками, так и велоориентировщики должны перенимать все лучшее у кросс-кантрийщиков. Мировое велоориентирование развивается очень динамично, и очень скоро гонщики научатся ориентироваться, а ориентировщики повысят результаты в гонках. Тогда конкуренция возрастет многократно. И выиграть с ошибками или с плохой велоподготовкой будет невозможно.

С Ксенией Черных
беседовала Мария Коробова.
Фото Юрия Янина.

Как тренируется Ксения Черных. Базовый период

Понедельник, день отдыха:
Зарядка: 60 мин; (бег 30 мин, разминка, растяжка, специальные упражнения);
1 тренировка: 60-70 км в спокойном темпе на шоссейнике;
Вечер: работа с картами.

Вторник:
Зарядка: 60 мин;
1 тренировка: 100 км по шоссе;
2 тренировка: техническая, по грунту, 90 мин;
3 тренировка: бассейн 60 мин.

Среда:
Зарядка: 60 мин;
1 тренировка: длительная на шоссейнике (120-170 км);
2 тренировка: откатка по шоссе, 60-70 мин;
3 тренировка: тренажерный зал, 60 мин;
Вечер: работа с картами.

Четверг:
Зарядка: 60 мин;
1 тренировка: техническая по шоссе, 100 км;
2 тренировка: откатка на шоссейнике, 30 км;
3 тренировка: бассейн 60 мин.

Пятница:
Зарядка: 60 мин;
1 тренировка: решение специальных и технических моментов на шоссе, 90 км;
2 тренировка: техническая на байке, 90 мин;
3 тренировка: тренажерный зал, 60 мин;
Вечер: работа с картами.

Суббота:
Зарядка: 60 мин;
1 тренировка: техническая на байке или по трассе гонки, 2-3 часа;
2 тренировка: откатка по шоссе 30 км;
Вечер: работа с картами.

Воскресенье:
Зарядка: 60 мин;
Разминка перед гонкой 60 мин;
Гонка: 100-130 мин;
Заминка;
Вечер: баня.

СЛОВО ЗА КОНФЕРЕНЦИЕЙ

Контроль финансово-хозяйственной и уставной деятельности Федерации спортивного ориентирования России ведет контрольно-ревизионная комиссия. В составе председателя Худяковой Людмилы Анатольевны (Ивановская область) и членов комиссии Вяткина Виталия Борисовича (Свердловская область), Горина Владимира Владимировича (Владимирская область) она была избрана отчетно-выборной конференцией ФСО России в декабре 2003 года.

На вопросы журнала «Азимут» ответил член контрольно-ревизионной комиссии Владимир Горин, с которым беседовала Ольга Минаева.

Ольга Минаева: Какой Устав Федерации спортивного ориентирования России сейчас действует и по какому Уставу сегодня должна работать федерация?

Владимир Горин: Высший орган федерации конференция 7 апреля 2007 года утвердила новую редакцию Устава федерации. Юридическая практика предыдущих лет свидетельствовала о том, что вновь утвержденные процедурные моменты вступали в силу с момента утверждения Устава (изменений и дополнений к Уставу).

В настоящее время судебная практика изменилась, и разъяснения судебных органов по вопросам применения законодательства об общественных объединениях (примерно с 2005 года) исходят из того, что если Устав (изменения и дополнения в Устав) утвержден, но не зарегистрирован в Федеральной регистрационной службе, то он не действует (юридической силы не имеет). То есть, если изменения и дополнения, внесенные в Устав на конференции 7 апреля 2007 года, не зарегистрированы в Федеральной регистрационной службе, то действующим считается Устав в редакции до 7 апреля 2007 года, тот Устав, на котором стоит печать Министерства юстиции России.

Иными словами, поскольку президиум не зарегистрировал новый Устав в Федеральной регистрационной службе, мы сейчас вынуждены работать по старому Уставу. А вот почему президиум не выполнил решения конференции и не зарегистрировал Устав федерации в новой редакции, тоже должна разбираться конференция.

О.М.: Как должны пройти выборы нового президента и президиума федерации, какие процедуры должны быть соблюдены и как должны регистрироваться кандидаты в президенты федерации?

В.Г.: Что касается процедуры выборов, то в новом Уставе все процедуры хорошо расписаны, а в старом Уставе их нет. Однако, если в прежней редакции Устава никаким образом не были описаны процедурные моменты, связанные с избранием руководящих и контролирующих органов, и если эти моменты описаны в новой редакции, то они могут носить рекомендательный характер (п.14 нового Устава).

Поэтому, учитывая вышеизложенное, здесь надо разобрать ещё раз все по порядку.

Первое. Напомню всем, что очередная отчетная конференция 25 ноября 2006 года приняла два решения. Решение номер один – о проведении 17 ноября 2007 года внеочередной отчетно-выборной конференции. И решение номер два – о проведении 7 апреля 2007 года внеочередной конференции с целью принятия нового Устава Федерации спортивного ориентирования России, для того чтобы выборы нового президента прошли в соответствии с новым Уставом. Внеочередная конференция утвердила новую редакцию Устава и поручила президиуму провести его государственную регистрацию. Это не выполнено.

Второе. Согласно решению номер один, внеочередная отчетно-выборная конференция должна состояться 17 ноября 2007 года. Она назначена очередной отчетной конференцией, которая состоялась 25 ноября 2006 года, в связи с тем, что действующий президент объявил о своем досрочном уходе в отставку. Так как конференция является высшим органом, то изменить ее решение, перенести или отменить внеочередную отчетно-выборную конференцию никто не имеет права, в том числе и президиум федерации. То есть конференция должна состояться.

Третье. Согласно действующему Уставу, президиум имеет право определить регламент выборов нового президента, т.е. создать комиссию по выборам, определить сроки регистрации кандидатов, условия регистрации и т.д. В соответствии с п.4.1 Устава президиум должен принять такие решения не позже, чем за три месяца до конференции, т.е. не позже 17 августа 2007 г.

Четвёртое. С момента последней проведенной конференции, с 25 ноября 2006 года до 17 августа 2007 года, прошло три заседания президиума. Ни на одном из этих заседаний президиум не использовал эту возможность, предусмотренную Уставом, и не определил регламент выборов нового президента. В соответствии с действующим Уставом теперь этот вопрос будет решать Конференция.

О.М.: Я не поняла, что должен был сделать президиум и что он не сделал и почему?

В.Г.: Чтобы было понятно, давайте вспомним всю хронологию развития событий, начиная с прошлогодней ноябрьской конференции, на которой вы, Ольга, тоже присутствовали. Прошлогодняя конференция, которая состоялась 25 ноября 2006 года, приняла два основных решения:

– первое решение – это внести изменения и дополнения в Устав, утвердить новую редакцию Устава на внеочередной конференции 7 апреля 2007 года. Все это необходимо для проведения досрочной отчётно-выборной конференции.

– второе решение – это проведение внеочередной отчётно-выборной конференции 17 ноября 2007 года в Москве. Цель проведения будущей конференции – избрание руководящих органов федерации. Избрание должно было бы пройти в соответствии с новым Уставом.

Что касается первого решения, то оно выполнено полностью. Комиссия из почётных членов федерации, возглавляемая Сергеем Георгиевичем Беляевым, подготовила новую редакцию Устава. 7 апреля 2007 года в Москве собралась внеочередная конференция Федерации и утвердила эту новую редакцию Устава. Далее своим решением конференция поручила президиуму федерации провести процедуру регистрации новой редакции Устава в соответствующих регистрационных органах. В соответствии с законодательством РФ президиум обязан был сделать это в течение трёх месяцев после проведения внеочередной конференции, т.е. до 7 июля 2007 года. Этого не произошло, по каким-то причинам Президиум этого не сделал и нарушил решение конференции.

В своей новейшей истории изменения в Устав вносились дважды: в 1997 и в 2002 годах. И никогда это не вызывало никаких проблем. Это обычная кропотливая протокольная работа: собирать необходимые бумаги, заполнять соответствующие формы и т.д.

Но так как до 7 июля 2007 года в Федеральную регистрационную службу не был сдан новый Устав, то в настоящий момент действующим считается прежняя редакция Устава. В соответствии со старым Уставом президиум обязан был объявить выборы не позже чем за три месяца до внеочередной отчётно-выборной конференции, т.е. до 17 августа 2007 года.

О.М.: Но президиум своим решением от 2 октября 2007 года объявил выборы. Как Вы прокомментируете это решение?

В.Г.: Если президиум федерации 2 октября 2007 года принял какие-либо решения, связанные с выборами руководящих органов федерации, то это нарушение Устава. Какой смысл комментировать решения, принятые с нарушением Устава?

Задумайтесь, зачем объявляется выборная кампания? Всегда только с одной целью – дать равные возможности всем претендентам. А что происходит у нас? Президиум не принимает необходимых решений, все ждут проведения конференции. Ведь может быть такая ситуация: один из претендентов на должность президента федерации и его помощники начинают ездить по соревнованиям, агитируют в свою пользу. Другие претенденты уже не смогут воспользоваться этим преимуществом. К сожалению, президиум уже не первый раз нарушил Устав Федерации.

Лично у меня, глядя на всё это, возникает вопрос: «Зачем именно таким способом добиваться власти, когда всё можно сделать в соответствии с законом и уставом и с тем же результатом?».

О.М.: Получается, президиум нарушил устав. А что сделала Контрольно- ревизионная комиссия федерации?

В.Г.: Контрольно-ревизионная комиссия Федерации осуществляет контроль за уставной деятельностью федерации и поэтому председателем контрольно-ревизионной комиссии в адрес президиума было направлено официальное письмо с требованием не нарушать Устав федерации. Президиум не прислушался к мнению комиссии и принял решение, противоречащее Уставу. Напомню так же о том, что в прошлом году 25 ноября 2006 года конференция, утвердив отчёт контрольно-ревизионной комиссии, своим решением уже указывала президиуму и президенту федерации на недопустимость нарушения Устава в своей деятельности. К сожалению, нарушение Устава становится нормой в работе президиума. Утверждённый государством Устав – это те правила, по которым государство разрешает Федерации жить и работать, и президиум, нарушая Устав, ставит под угрозу само существование федерации.

О.М.: Вернемся к будущей конференции. Можно ли сейчас вести предвыборную кампанию, и кто может являться кандидатом в президенты?

В.Г.: Устав никому не запрещает вести предвыборную кампанию. Этим может заниматься любой желающий, но все это – самодеятельность. По этому вопросу принимать Официальное решение должна уже только Конференция. Согласно Федеральному закону «Об общественных объединениях», конференция является высшим органом, и в ее праве решение любых вопросов. Поэтому, кто Действительно будет назван кандидатом в президенты и кто будет включен в списки для голосования, теперь может определить только конференция на своем заседании 17 ноября 2007 года. Это процедурный вопрос, он решается простым большинством голосов. А вот будущий президент при голосовании должен набрать не менее двух третей голосов.

О.М.: Вы утверждаете, что на сегодняшний момент всё должна решать Конференция. А кто может быть делегатом Конференции и кто может голосовать?

В.Г.: Делегаты на конференцию избираются по-прежнему (по старому, т.е. ныне действующему Уставу). А кто может быть делегатом конференции, и кто может голосовать, мы разобрались ещё в прошлом году. Напомню, что за разъяснениями по этому вопросу федерация в прошлом году обращалась в Олимпийский Комитет России и в Ассоциацию спортивного права. Изучив действующий Устав ФСО России, юристы дали заключение о том, что голосовать имеют право две категории делегатов: первая – это делегаты от территориальных федераций, т.е федераций, действующих на территории субъектов Российской федерации, и индивидуальные члены Федерации. Именно в таком представительстве уже работала и голосовала внеочередная конференция 7 апреля 2007 года при принятии нового Устава.

Но и здесь есть один момент. Внеочередная конференция 7 апреля 2007 года своим решением оставила право голосовать только трем почетным членам федерации, которые должны быть избраны на общем собрании почетных членов федерации.

Хочу напомнить, что делегатом от территориальной федерации может быть любое физическое лицо, являющееся членом территориальной федерации (а не только имеющее регистрацию в соответствующем субъекте РФ). Это было подтверждено на конференции 7 апреля 2007 года.

Во избежание ситуации, когда уже принятые решения могут быть оспорены в судебных органах, необходимо выполнять решения конференции.

О.М.: Если президиум не зарегистрировал новый Устав и вовремя не объявил выборы, то получается, нет четких правил игры и требований к будущему президенту?

В.Г.: Это не совсем так. Мне неизвестно и непонятно, по каким причинам президиум нарушил Устав и не утвердил регламент и процедуру выборов. Но с другой стороны, можно предположить, что президент и члены президиума не приняли такие решения по той причине, что регламент и требования к президенту и членам президиума уже были утверждены внеочередной конференцией 7 апреля 2007 года. В том числе были утверждены разделы: «Президент федерации», «Президиум федерации», «Порядок проведения конференций федерации». «Порядок выборов руководящих органов федерации» и другие, в которых описаны все требования. На данный момент внести сюда какие-либо изменения может только конференция. Не знаю, потребуется это или нет, думаю, вряд ли, тем более, что на мой взгляд, там все описано очень подробно и понятно. Например: президент федерации спортивного ориентирования россии не должен быть гражданином другой страны, ранее осужденным и т.д. Вряд ли найдутся делегаты, которые не поддержат это? Уверен, что необходимо придерживаться этих требований, тогда не будет никаких проблем с законодательством, и, ещё раз повторюсь, ни у кого не будет причин обращаться в судебные органы для оспаривания принятых на конференции решений.

Конференция является высшим органом Федерации спортивного ориентирования России. Решения, принятые на конференции, могут быть отменены или изменены только конференцией. Документы, утвержденные конференцией, обязательны к исполнению всеми органами управления федерацией и всеми членами федерации.

О.М.: Вы несколько раз упомянули об оспаривании решений в судебных органах, это что так актуально?

В.Г.: Хочется верить, что нет. Но на прошлой отчетной конференции 25 ноября 2006 года наша федерация была в шаге от гибели.

Напомню, делегаты конференции столкнулись с двумя мандатными комиссиями, тремя типами мандатов, с огромным количеством «непонятных» членов федерации, с фактом не допуска выбранных делегатов в зал, с нарушением процедурных моментов – особенно в подсчете голосов. Всё это чем-то напоминало рейдерский захват. Тогда, на мой взгляд, федерацию спас Сергей Георгиевич Беляев, которого тоже не сразу пустили на конференцию.

Мне хочется пожелать всем, чтобы таких позорных конференций, как 25 ноября 2006 года, больше не было в истории федерации.

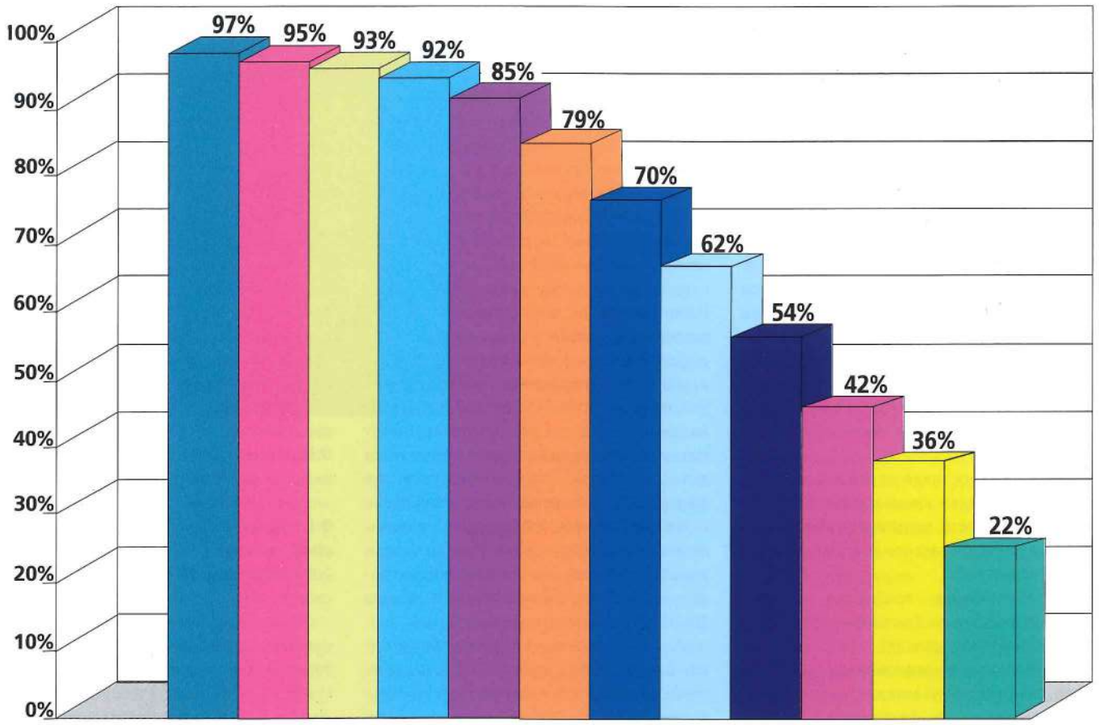
Очень надеюсь, что за год все стали терпимее друг к другу и что предстоящая внеочередная отчетно-выборная Конференция пройдет под знаком уважения к Уставу и к Закону.

ИДЕАЛЬНЫЙ ПРЕЗИДЕНТ

Журналисты информационно-аналитического журнала "Спортивная Россия" решили узнать, каким спортивная общественность видит идеального президента спортивной федерации. Сотрудники "Спортивной России" представили списки личностных качеств, амплуа, главных задач в сфере спорта, а корреспонденты отметили те, которые кажутся им наиболее важными.
По согласованию с редакцией "Спортивной России" мы публикуем этот материал, который был представлен в рубрике журнала "Государство и спорт" №1 за 2006 год.

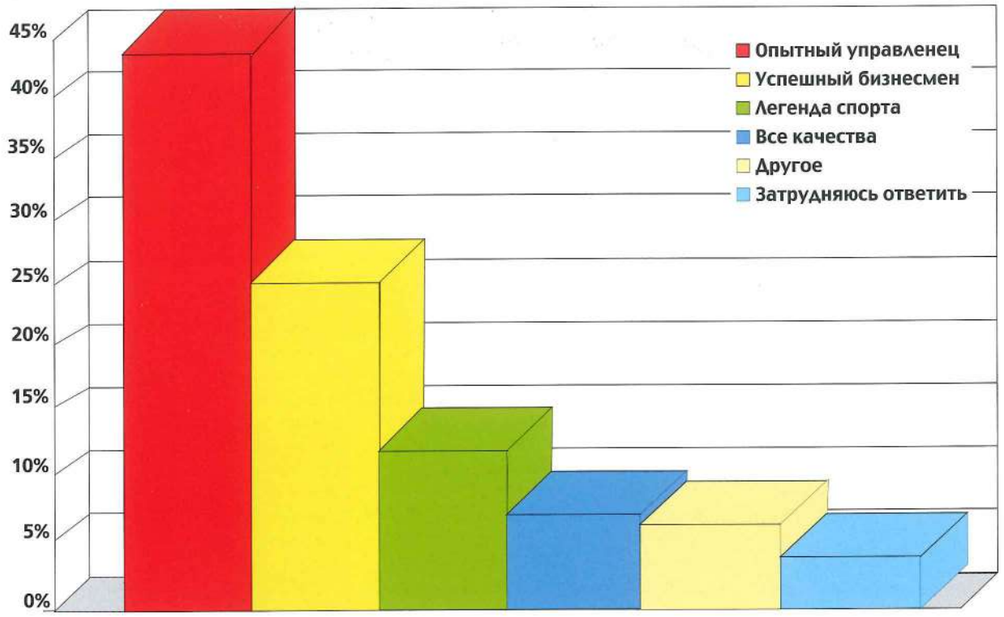
1 вопрос

Решениям каких задач в сфере спорта Идеальный Президент спортивной федерации должен уделять особое внимание?



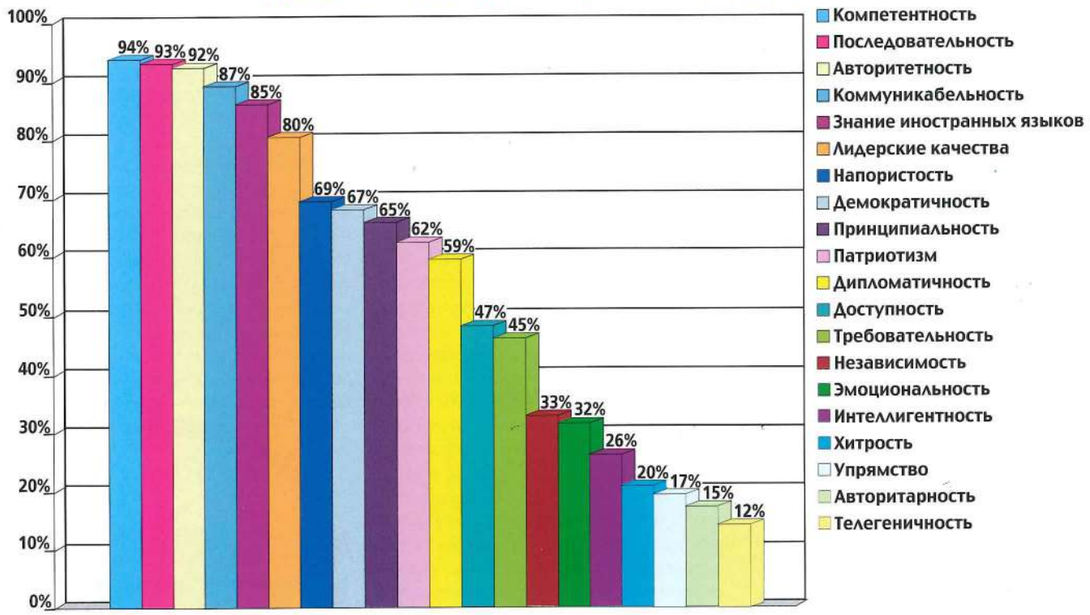
2 вопрос

Кем должен быть Идеальный Президент спортивной федерации – бизнесменом, управленцем или легендой спорта?



3 вопрос

Какими личными качествами должен обладать Идеальный Президент спортивной федерации?



Вывод: Идеальный президент спортивной федерации – это опытный управленец, компетентный, последовательный, коммуникабельный человек, способный совместно с командой единомышленников обеспечить защиту интересов российских спортсменов, упрочить позиции России в международных спортивных организациях и создать достойные условия для работы спортсменов и тренеров.

ТРЕНИРОВКИ ВМЕСТО ПОДГОТОВКИ

Первенство мира среди юниоров, Австралия, Дуббо, июль 2007

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

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

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

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

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

Узнав, что на сборе во Владивостоке ребята не готовились к соревнованиям, а тренировались, мне сразу вспомнился сбор сборной команды Москвы в 1983 году под руководством Н.Н.Куницына, на котором всем, кроме Тани Романюк, у которой болело колено, приказывалось обязательно выходить на зарядки и вторые тренировки. В итоге на чемпионате СССР в Цесисе (Латвия) все, кроме Тани, «ползали», отдав все силы тренировкам на сборе в Кавголово. Похожая ситуация сложилась в этом году у юниоров, как я считаю, в полном смысле «замученных» К.Волковым. Главная задача тренеров сборной команды – помочь спортсмену реализовать свой потенциал, а не загубить годовую подготовку спортсмена и личного тренера. Я уверена, что непосредственно перед ответственным соревнованиями, лучше недобегать, чем перебегать, чтобы у спортсменов не пропали физические силы, желание бежать и ориентироваться, радость от соревнований. Высокий результат добывается не огромным числом нагрузок за две недели до соревнований, а умением грамотно, тонко и гармонично осуществить подводку каждого члена сборной команды к главному старту сезона.

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

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

В АВСТРАЛИЮ ЧЕРЕЗ ТРИОЗЕРЬЕ

Татьяна Мендель,
Московская область, Сергиев Посад,
Мастер спорта России, бронзовый призёр первенства Мира–2007 в Австралии (средняя дистанция)

Минаева О. Как прошел сбор?

Мендель Т. Сбор в Приморье мне понравился. Несмотря на то, что погода нас особо не баловала, мы смогли и полноценно потренироваться, и хорошо акклиматизироваться, и получить массу ярких впечатлений от красивых видов на японском море и купания в нем. Как только мы приехали в бухту Триозерье, где и происходил сбор перед отъездом в Австралию, мы увидели большой песчаный пляж. Казалось, как можно бегать тренировки, когда ты находишься в такой расслабляющей обстановке. Но выяснилось, что можно. Карта была прямо рядом с тем местом, где мы жили, и это было очень удобно для тренировок.

День наш начинался с зарядки. Первую тренировку почти всегда проводили на местности с картой. Тренеры нам каждый раз придумывали новые задания, и это делало тренировки более разнообразными и интересными. Были и «азимуталка», и различные короткие эстафеты, и контрольные старты. В качестве контрольных стартов мы приняли участие в Первенстве края. Каждый сам для себя выбирал, какую дисциплину ему бежать в полную силу, а какую нет. Что же касается второй тренировки, то здесь мы чаще всего бегали кроссы и делали СБУ, тем самым помогали ногам подготовиться к бегу по камням и неровной местности. Каждый вечер устраивались собрания, на которых мы обсуждали и анализировали прошедший день и строили планы на следующий.

Что касается меня, то я считаю, что сбор явно не был лишним. Он, прежде всего, помог мне акклиматизироваться, затем, побегать по местности, более похожей на местность в Австралии (хотя потом оказалось, что не так уж она и похожа, но во всяком случае, это намного лучше, чем ничего), а также почувствовать уверенность в своих силах.

М.О. Чувствовался ли сдвиг во времени?

М.Т. В первые два-три дня сдвиг во времени чувствовался: было тяжело вставать утром и трудно засыпать вечером. Под будильник открываешь глаза и думаешь: а дома сейчас час ночи. Но это состояние быстро ушло и с каждым днем просыпаться становилось легче. Мне очень помогло акклиматизироваться то, что еще за 10 дней до отъезда во Владивосток я стала вставать в 5-6 часов утра и бегать тренировку, в последние дни до вылета вставать приходилось вообще в 4 часа утра.

М.О. Нужно ли было ехать в Австралию раньше?

М.Т. Да, несомненно. Нужно было воспользоваться предложением организаторов и участвовать во всем сборе с самого начала. Мы же приехали к его середине. Уже позднее, на самих соревнованиях, стало видно, что с каждым днем наши результаты становились все лучше, а уверенность в себе ... Возможно, если бы мы приехали на сбор в Австралию раньше, то смогли бы больше побегать по так не привычной для нас австралийской местности и показать результаты более высокие, чем они были. Но, как говорится, «если бы» всегда мешает.

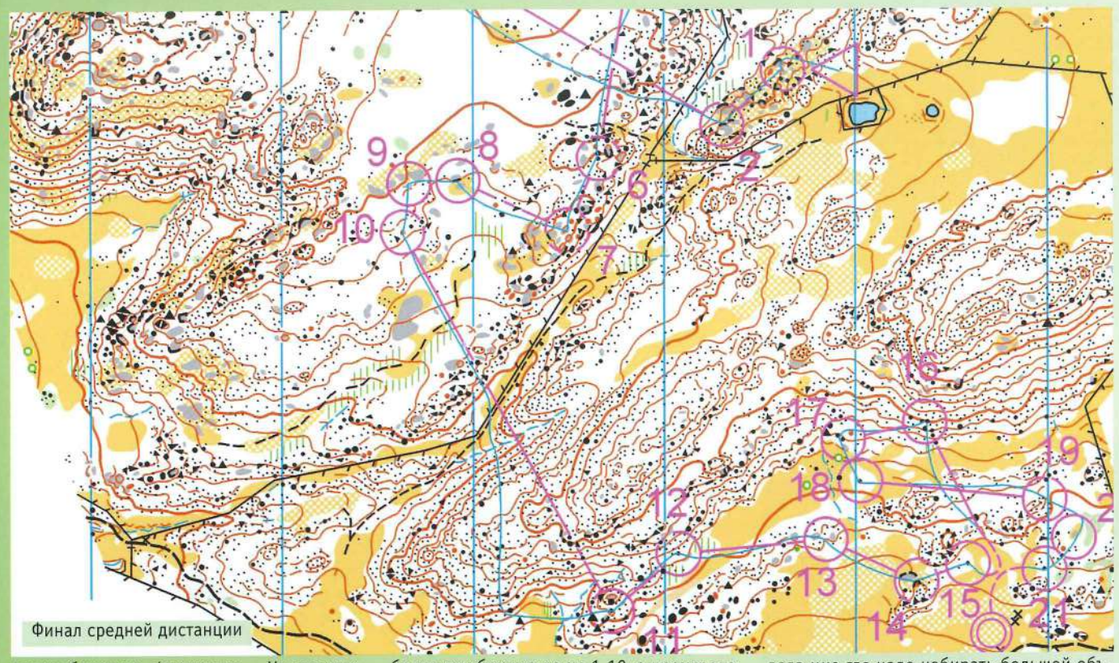
М.О. Какая была погода в Австралии?

М.Т. Солнце, тепло, небольшой ветерок, вот как встретила нас Австралия. Но затем мы быстро изменили свое мнение о погоде на этом континенте. Уже вечером того же дня стало понятно, что мы приехали не в «лето». Больше всего это походило на нашу осень где-то в октябре месяце. Одну из тренировок нам вообще пришлось провести под дождем и сильным ветром, к тому же температура в этот день была +4^{O}C. Но это был самый холодный день из всех проведенных нами в Австралии. Погода на самих соревнованиях была вполне удовлетворительной. Каждый день было солнышко и температура, комфортная для бега.

М.О. Теперь о самом JWOC.

М.Т. Спринт. Эту дисциплину я явно не считаю «своей». Здесь требуется очень точное и быстрое прохождение дистанции. Малейшая ошибка – и ты уже на десять мест ниже. Поэтому я вполне довольна своим 30-м местом. Хотя за десятку зацепиться даже для меня было реально. Местность не была здесь какой-то необычной: простой лесопарк с большим количеством заборов и прудов. Лучше всех в этот день выступила Настя Трубкина. Очень приятно, что девочки 90-го года рождения у нас так хорошо бегут. Это значит что Россия имеет потенциал, и у нас будут те, кто сможет достойно выступать по элите. И я считаю, что в их возрасте уже пора бегать и отбираться по 20-й группе, жаль что у меня такой возможности не было.

Классическая дистанция. Первый взгляд на карту и... Это что-то невероятное! Множество черных точек! Как здесь бежать?! Это было мое первое впечатление. Конечно, масштаб-то 1:15000, и оказалось, что это сильно затрудняло чтение карты. Без лупы здесь было не справиться. Лучшими в этот день из нашей сборной были Алена Трапезникова (11-е место) и Юра Кирьянов (16-е место). Совсем не порадовала наша «стабильность» по Ж20: 36, 38, 39 и 40 места. И это наш уровень? Не хочется в это верить. В чем причина таких «провалов»? Лично у меня, в отсутствии опыта бега по такой местности. Да, я ошибалась, да, я не везде выбирала правильные варианты, да, мне



Финал средней дистанции

плохо бежалось физически... Но это еще не все. С такой насыщенной картой мы в России практически не сталкиваемся. Да и местность с таким количеством камней у нас трудно найти. Вывод: надо тренироваться за рубежом. Было бы очень не плохо, как мне кажется, устраивать для российской юношеской и юниорской сборной централизованные сборы где-нибудь, скажем, в Швеции (например, весной). Тем более в следующем году JWOC будет проводиться именно в этой стране. И тогда, я думаю, наши результаты будут лучше, чем в этом году.

Средняя дистанция. На этот раз и квалификация, и финал проходили на карте с масштабом 1:10000. Это сильно облегчало ее чтение. Рельеф, расположение камней, плат и скал, – все было достаточно понятно. К тому же, перегоны были небольшими, и приходилось все время быть «в карте», нельзя было отвлекаться ни на секунду. Квалификацию к средней девочки пробежали хорошо – все, кроме Оли Ивановой, попали в финал, да и Оле, к сожалению, не хватило для этого всего одного места. А вот мальчики в этот день «подкачали» – в финал отобрались только Дима Масный и Петя Нурмухаметов. На самом же финале Дима был 27-ом, а Петя – 49-ом. Что касается девочек, то это был более плодотворный день, чем остальные. Не для всех, конечно, а наверное только для нас с Настей и Аленой. Алена была 12-ой, Настя – 5-ой, я – 3-й. Для меня это был хороший результат. С самого первого КП у меня все получалось, не было никакой нервозности и неуверенности. Время от времени я видела впереди себя датчанку, стартовавшую на 2 минуты передо мной. Я пыталась ее догнать, но она все время по камням от меня убегала. Это еще раз говорит о том, что у меня не хватает скорости и опыта бега по камням. То, что я не допускала ни одной крупной ошибки, позволяло мне увеличивать скорость, насколько это возможно. В итоге, я набрала ошибок где-то на 1.10, а проиграла лидеру 2.25.

Эстафета. В призовую шестерку попали только девочки (Маша Селедкова, Оля Иванова, Катя Терехова) – 6-е место. Все остальные команды были за десяткой: мальчики – 13-е и 14-е, девочки – 12-е. Совсем не утешительно. Очень хорошо пробежали наши первые этапы: Юра и Маша. Они оба прибежали в группе лидеров, и это позволило надеяться на то, что наши команды смогут зацепиться за тройку. Но надежды не оправдались. Дима превысил свою допустимую скорость и сделал большую досадную ошибку. Девочки тоже старались как могли, но мелкие ошибки не позволяли приблизиться им к лидерам, а наоборот отталкивали их еще дальше. В нашей команде хорошо прошла только Настя, и я, и Алена сделали несколько грубых ошибок, которые стоили нам 10 минут.

М.О. Как себя чувствовала физически?

М.Т. На самих соревнованиях бежалось плохо. Была какая-то тяжесть в ногах, не было легкости в каждом шаге. Почему так получилось? Одна из причин – это, наверно, травма в колене, полученная в марте, из-за которой я не могла полноценно тренироваться и которая не позволяла мне где надо набирать большой объем и делать интенсивные тренировки. Только после отборов в Тамбове я начала нормально тренироваться. Еще во Владивостоке я себя чувствовала физически хорошо, но, как только мы приехали в Австралию, все изменилось. Наверное не совсем правильно был спланирован тренировочный план, и мне не надо было делать никаких тяжелых тренировок во Владивостоке (в смысле контрольные старты).

М.О. Что понравилось?

М.Т. Все! Есть много «минусов» в поездке, но «плюсов» в ней гораздо больше! Понравилась сама Австралия, понравились кенгуру, понравилась организация соревнований, понравилась атмосфера в команде, понравилась работа с тренерами, понравился банкет. Как хорошо, что часть затрат на такие соревнования и сборы перед ними стало оплачивать государство. Это какой-то новый «прорыв» в юниорском ориентировании, и я надеюсь, что он принесет большую пользу.

М.О. Что не понравилось?

М.Т. А вот это тяжелее вспомнить... Ну, наверное, ланчи в Австралии никому не понравились. В России я привыкла есть горячее на обед, а тут: бутерброды, фрукты, сок. Больше я почему-то ничего не могу плохого вспомнить, наверное потому, что все плохое быстро забывается.

А. Трубкина, М. Селедкова, Т. Мендель

НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ

Екатерина Терехова,
Тамбовская область,
Мастер спорта России, чемпионка мира среди юниоров в эстафете (2006 г., Литва)

У каждого в жизни есть мечта, есть цель. Безусловно, с годами мы меняемся, находим другие идеалы. Но, пожалуй, у любого ориентировщика 18-20 лет, который уже посвятил спорту не один год и может даже и не 5 лет, одно стремление – попасть на юниорское первенство мира и добиться там, по возможности, высоких результатов. Быть членом юниорской сборной команды страны,– это значит не только участвовать в международных первенствах, но и обрести некую ответственность за свои дальнейшие результаты, стать примером для многих сверстников и подрастающего поколения.

Австралия. Что-то таинственное и неизведанное таится в этом слове. Что мы знаем о ней, живя в другом полушарии, на другом конце земли. Первенство мира в столь далеком и необычном месте – достаточная редкость. И всем нам, кто ездил туда, несомненно повезло. О том, что моё последнее первенство состоится именно там, я узнала давно, около трех лет назад. Это стало моей целью. Тогда еще хотелось побывать в новой стране, на далеком «зеленом» континенте, получить впечатления именно в географическом плане. Однако в этом году я ехала не в Австралию, я ехала на первенство мира.

Отборы – начало всех начал. Я соглашусь со многими, кто утверждал, что тамбовская местность ни коим образом не подходит для отборов в Австралию, но с другой стороны могу вас уверить, что в России нет ни одного уголка, более или менее походившего на то, что нам пришлось увидеть. Где бы нас не отбирали, костяк сборной был бы таким же, на Урале к нему добавились бы уральские и сибирские спортсмены, на Северо-Западе – ленинградские и петрозаводские.

Итак, с первым и основным отличием – местностью, шансов справиться практически не было. Как не крути, таких лесов у нас нет. Второе отличие – это время. Огромная протяженность нашей страны – безусловный плюс. Три члена команды, практически не нуждались в акклиматизации. Для остальных 7 часов разницы с Владивостоком и 6 с Австралией оказались довольно легко преодолимы.

Сбор во Владивостоке, думаю, у большинства спортсменов сборной вызвал различные чувства. Малоудовлетворяющие бытовые условия, но зато «Как красиво!» – говорили нам тренеры,– «Наслаждайтесь природой!» Заросшие склоны с небольшим количеством деталей вот то, на чем мы готовили себя к кропотливому ориентированию на открытых пространствах. Из тренировочного процесса особо запомнились кроссик через три часа после высадки из самолета, довольно частые прыжковые тренировки по песку, отсутствие дней отдыха, ежедневная зарядка. Было чувство, будто нас всех очень разных, несмышленых, ничего не имеющих за спиной где-то подобрали и теперь строят из нас команду будущего. А тот факт, что через неделю у некоторых, а точнее у половины команды, последнее в их жизни первенство мира, вообще не имел никакого значения.

Сбор в Австралии был совсем короткий. Длинный перелет и небольшие технические проблемы в аэропорту принесли нам два счастливых дня отдыха. Хотя, думаю, в этом меня поддержат все, переезды и перелеты были самым утомительным временем за три недели. В небольшом австралийском городке Оранж большинство команд уже провело четыре дня, когда мы к ним присоединились. Отбегав там две тренировки – полигон средней и длинной дистанции, можно было достаточно хорошо представить местность и спланировать свою тактику непосредственно для участия в соревнованиях. Сейчас, я понимаю, что местность в Оранже действительно похожа на местность в Даббо, но то небольшое отличие, которое имеется между ними, во многом поменяло тактику моего ориентирования на первенстве мира. Множество крупных деталей, по которым было достаточно просто ориентироваться в Оранже на средней дистанции, было тяжело сопоставить с кропотливым ориентированием на квалификации и менее сложной, но более быстрой за счет увеличения количества свободных от камней пространств (поля, чистый лес) работе в финале. Карта для полигона длинной в основе была зеленой, на первенстве на этой дистанции я не встретила ни одной «зеленки». Возможно, из множества предоставленных организаторами карт, мы попали не на самые удачные. Тем не менее эти два тренировочных дня принесли огромную пользу.

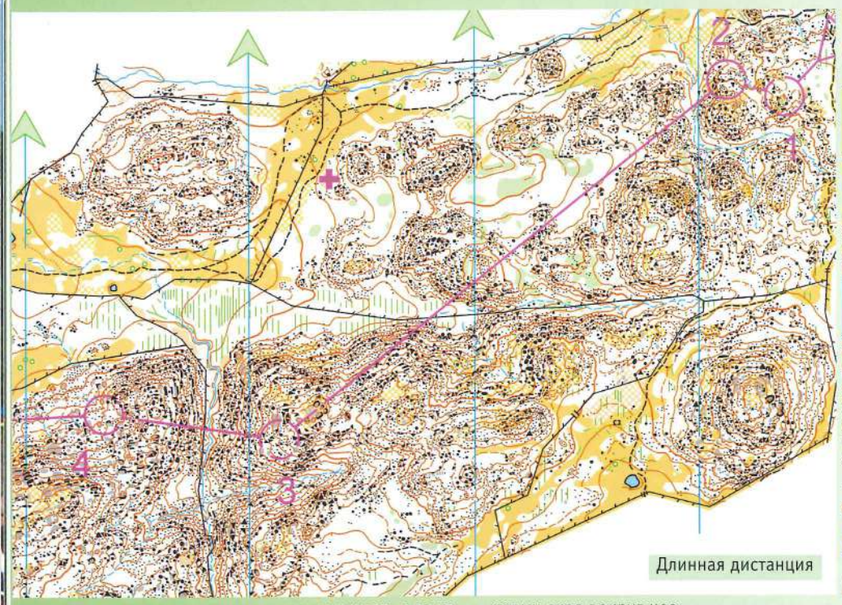
Наверное, перед тем как начать рассказ непосредственно о чемпионате, стоит упомянуть, что настроение в команде было веселое и оптимистичное, даже несмотря на некоторые разногласия спортсменов и тренеров. Благодаря сборам мы провели достаточно много времени вместе, успели друг к другу привыкнуть и научились вместе жить. Это было очень кстати, так как в Даббо мы разместились в очень уютных бти местных домиках. Все спортсмены были спокойны, никто не паниковал, хотя кто знает, что у нас было на душе.

Спринт. Фаворитами, по моему мнению, были шведы – Mikael Kristensson и Eva Svensson. Mikael был победителем на этой дистанции в Литве, Eva – бронзовым призером. Выиграв весной Чемпионат Швеции, они являются лидерами на этой дистанции в своей стране. А как мы знаем, там весной собирается вся элита юниорского ориентирования. Имея достаточный опыт в этом виде программы, могу сказать, что карта не была сложной.

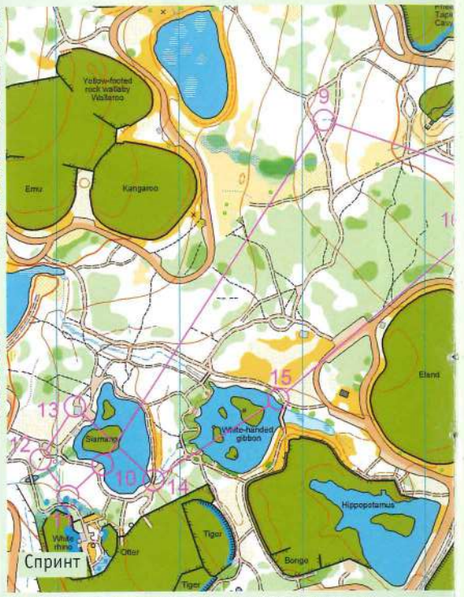
Дистанция строилась по такой схеме: много коротких перегонов с постоянной сменой направления, потом длинный, опять много коротких и вновь «большим гоном» возвращаемся на финиш. Варианты естественно были только на длинных отрезках. Ну, а целью коротких, как я думаю, было «закружить» спортсмена. Суперспринт – это динамика, это скорость. У многих из нашей команды в нужное время ее не оказалось. Возможно, сказался сбор во Владивостоке.

Длинная дистанция. Дистанция состояла из трех петель, у девушек примерно одинаковых по длине. Это морально помогало. Старт располагался вверху на плато, финиш внизу в долине. Вокруг много каменных гор. Первая и последняя петля сложные в техническом плане. Вторая – чуть проще. Как обычно на длинных дистанциях в начале один или два коротких, но техничных перегона и потом длинный перегон с интересным выбором варианта. Это уже достаточно предсказуемо. Грунт в основном каменистый. Все склоны сплошь усыпаны камнями. Ровную поверхность можно найти либо на вершинах больших гор, когда бежишь по плато, либо в низинах. Процент земли под ногами примерно 40-50 от всей длины дистанции. Выбор вариантов не очень сложный. Много практически равноценных путей. Однако можно было проиграть в, казалось бы, однозначном месте. Два смотровых КП требовали особой сосредоточенности, так как их постановка была достаточно коварной и многие на глазах у толпы метались сквозь ленточки, в том числе и блистательная победительница средней дистанции Jenny Lonnkvist.

Женское ориентирование на юниорском уровне во многом отличается от мужского. Девушке не надо обладать какой-то выдающейся физической силой чтобы победить, достаточно просто ровно пройти от старта до финиша. Из сплитов можно высчитать, что победительница Siri Ulvestad



Длинная дистанция



Спринт

проиграла лучшему времени шесть с половиной минут. То есть на такой местности, как в Австралии, можно даже позволить себе 25 секунд для уверенности на каждом перегоне. Здесь, наверное, стоит упомянуть компанию «Moscompass», которая предоставила нам лупы, за что им огромное спасибо. От себя могу сказать, что это была незаменимая вещь, особенно на масштабе 15. 000.

При аккредитации каждому спортсмену раздали мешок со всякими бумажками и сувенирами. Среди них был журнал, который издает австралийская Федерация спортивного ориентирования. Я, безусловно, обратила внимание на интервью моего кумира – Hanny Allston, но, к сожалению, его не прочитала. Думаю, многим из нашей команды оно могло помочь разобраться, как же все – таки нужно ориентироваться в Австралии. Вот эти «10 подсказок «гранитного» ориентирования» от Hanny, прочитав которые, вы, наверное, сможете лучше понять «как это было».

1. Контуры. Использовать контуры как основу своего ориентирования.

2. Упрощение. Старайтесь выбирать пути свободные от камней. Это поможет вам облегчить ориентирование и увеличить скорость.

3. Светофор. Не забывайте притормаживать при входе в каменистые и очень насыщенные районы. Будьте уверены, что вы точно знаете, какие ориентиры вас ожидают на подходе к КП.

4. Точка нападения. Обязательно выбирайте точку, с которой будете заходить в сложный район. Она должна быть большой и легко выделяемой среди окружающих объектов.

5. Форма скал. Если скала имеет необычную форму на карте, то она будет отличным ориентиром на местности, так как будет выделятся среди множества одинаковых скал вокруг нее.

6. Серые пространства. Они не только облегчают ориентирование, являясь хорошим объектом, как по размеру, так и по особой форме, но и помогают увеличить скорость.

7. Расположение скал на местности. Не ориентируйтесь только по камням, постарайтесь понять, как они вписываются в пространство относительно других объектов.

8. Легенды. Посмотрите сначала легенду, а затем выбирайте путь так, чтобы КП оказался по ходу вашего движения. Это поможет быстрее увидеть призму.

9. Короткие перегоны. Если перегон короткий и у вас нет возможности избежать каменистых участков, «пройдите» его мысленно.

10. Никогда не выходите на дистанцию, не имея целей в ориентировании, оно намного важнее скорости.

Квалификация средней дистанции. Многие их боятся, мне же они наоборот очень нравятся. Этот старт позволяет втянуться в местность, в ориентирование, выявляет недоработки и помогает выбрать нужный настрой на финал. Хотя бывают две ситуации: ошибка на квалификации, ее анализ и успешный финал, либо отличная квалификация, и перегорел на финале. В прошлом году в Литве, квалификация была много проще финала, в этот раз было наоборот. От старта и до финиша дистанция квалификации требовала полной сосредоточенности и кропотливой работы. Даже при масштабе 10. 000 я постоянно пользовалась лупой. Лишь несколько раз пересекли два небольших поля (всего примерно 150-200 м), а остальное – склоны, камни, скалы, бугорки.

Очень коварный 1-й пункт. Не более 1.5 сантиметров у девушек и чуть дальше у парней, но сколько возможностей! Догнать соперницу на 4 минуты не составило особого труда, и это всего в 150 метрах от старта. Задумка дистанционщиков была следующей: на пункт К в гору, забегаем на плато и начинаем ориентироваться. Метров сто по пустоте и впереди небольшой бугор с «мелочевкой». В самом начале на склоне мой пункт на микробугорке. Промахнулся немного и погряз: все одинаково, везде камешки, которые то ли нарисованы, то ли нет, бугорочки, носики. А еще и пункты у всех разные, так как три дистанции.

День оказался не очень успешным для мужской половины. Впрочем, если вспомнить предыдущие чемпионаты, это не редкость.

Финал средней дистанции. Перевернутый протокол квалификации, поочередно расставленных спортсменов из забегов А, В и С. Лидеры соответственно стартуют в конце. Пройдя 3 км от автобусов, оказываемся на плато. Пока движусь к стартовой линии, а до нее 6 минут и около 300 метров (по минуте на каждые 50 м) пытаюсь предугадать начало дистанции. На 6-й и 5-й линии думаю, что побежим по вершине, никуда не спускаясь, на 3-й и 4-й решаю, что сначала пересечем поле, а затем полезем на соседний бугор. В итоге, оказывается каменистый склон вниз.

До пункта К – 10 метров, разглядеть карту толком не успеваешь, то и дело смотришь под ноги, а надо еще увидеть среди десятка камней именно тот, который нарисован в карте, прочитать лощинку, которая кое-как выделяется на белом фоне в черную точку и палочку, заглянуть именно за ту скалку, которая скрывает твой КП и это все на первой минуте и первых 150 метрах дистанции. Дальше легче, однако, состояние уже напряженное. Количество пунктов впечатляет: 21 на 3.5 км. три или четыре, раза с одной точки можно было видеть следующий контрольный пункт. Камней было меньше, много полей и чистого ровного леса. Главное быстро и четко улавливать направление. Интересный факт, что скорость победительницы среди девушек, была равна скорости Дмитрия Масного, занявшего 27-е место среди юношей. Победа этой шведки далеко не случайна, даже несмотря на то, что ей всего 18 лет. Ее родители – оба чемпионы мира в эстафете, она учится в школе ориентирования, и, как сама отмечает, технические навыки – это ее козырь. Австралийская местность пришлась очень кстати. Jenny Lonnkvist смогла целиком реализовать себя.

Не упомянув ни разу выступления наших спортсменов, здесь хочется остановиться и поздравить Таню Мендель с бронзовой медалью, которую она заработала огромным трудом, желанием и любовью к ориентированию уже, как я думаю, на протяжении многих лет.

Эстафета. После финиша все члены команды единогласно заявляли, что дистанция спланирована намного проще, чем в предыдущие дни. Однако она оказалась не менее интересной. Старт располагался на поляне, со всех сторон окруженной приличными горками. Толпа мужчин, рванувшая прямо в одну из них, нагнетала страх. Одинокие силуэты спортсменов или небольшие паровозы, медленно тянувшиеся вверх, можно было наблюдать на протяжении 3-4 минут. Девушек пощадили, первый пункт был на склоне, а дальше дистанция шла вниз и траверсом. Вновь три петли, но на этот раз достаточно равнозначные по техническим характеристикам. Последний кусок общий, однако, заранее об этом известно не было. Довольно часто приходилось выбирать варианты. Причем в основном этого требовали перегоны, следовавшие сразу после смотровых. Это делало дистанцию, так скажем, загадочной. То есть еще перед стартом спортсмен задумывался, будет ли он обегать гору справа или слева. Таких ситуаций было целых три.

Особенно важным оказался выбор варианта на последний пункт. В карте обход горки справа и слева казался примерно равноценным. На деле же правый вариант оказывался выигрышнее, так как слева были завалы деревьев и камней. Предвидеть это заранее не представляло возможности. Рассеивание было вполне приличным, у некоторых дистанций даже отличалось количество пунктов. Однако с первого этапа, что у девушек, что у парней, выходили паровозы. Впоследствии они распались на лидеров и на всех остальных. Третьим этапам нашей сборной попасть в лидирующую группу со старта не посчастливилось, а догонять идущий впереди «паровоз» лидеров, который на всех парах несется к медалям первенства иира очень не просто.

Почему нам не удалось показать себя в этом виде программы сказать сложно. Эстафета – это особый вид. Слиться воедино в своих стремлениях и желаниях, в своих чувствах и эмоциях – вот что значит стать командой. Когда ты понимаешь, что рядом с тобой именно те люди, с которыми ты готов ломать горы, ты их сломаешь. Ну не было такого в этом году, что поделать. Каждый сделал свое дело, кто-то чуть лучше, кто-то похуже.

Так как эстафетные команды составляли тренеры без наших советов и пожеланий, то некоторые команды для нас, спортсменов, были не совсем понятны. Ребята – победители прошлогоднего юношеского первенства – оказались не вместе. По-моему, завоевав золотую медаль на одних международных соревнованиях, пусть и менее значимых, команда уже зарекомендовала себя и должна усовершенствоваться внутри. Тем более по результатам мальчики как раз получались вместе.

Прошел месяц. Было время подумать и сделать неспешные выводы. Почему всё было так, а не иначе. Последние несколько лет юниоры не блещут на мировых первенствах. Ждать от них чего-то особенного в далекой и совсем непохожей на нашу страну Австралии наверно не стоило. Листаем протокол, в тройке норвежцы, шведы, чехи, швейцарцы. «Впрочем, как обычно», – скажете вы, – «эти страны являются лидерами мирового ориентирования». Однако в прошлом году в Литве пьедестал был куда менее скандинавским. Ни одной чешки, ни одной швейцарки тогда в призерах не было. Несколько медалей было у шведов. Отсюда делаем первый вывод: местность была очень специфичная и непривычная для нас. Ориентироваться и быстро бегать на камнях мы еще не умеем, да собственно особо и не учились. Даже если мы, как нам казалось, все делали правильно, мы проигрывали. И это не исправить за год бега в Скандинавии и даже за два. Наверное, с камнями под ногами надо родиться, ну или, как минимум, посвятить им 5-10 лет своей жизни, чтобы ориентирование по ним стало таким же привычным, как в центральной России.

Рассуждать об уровне физической подготовки нашей команды можно бесконечно долго. Здесь парней и девушек, безусловно, стоит разделить. Вновь повторюсь, сказав, что чтобы иметь в кармане даже золотую медаль женской половине в юниорском возрасте не обязательно быть «звездами легкой атлетики». Наши девушки возможно довольно сильно отличаются между собой в своих физических способностях, однако на мировом уровне все выглядят вполне достойно. Чего не скажешь о молодых людях. Их физическая форма сильно уступает соперникам.

Наша команда одна из немногих, которая имела полный состав: 12 спортсменов и 4 тренера. Тренерская бригада сменилась, и кому, как не нам, спортсменам, познавшим прелести прошлого, судить о настоящем. У нас было четыре папы, но ни одной мамы. Это большой минус, особенно для женской половины команды. А вот зарядка в день отдыха на первенстве мира в 7 часов утра у многих останется в памяти.

Моя юниорская юность, к сожалению, закончилась. А тем, у кого в запасе еще есть парочка первенств, могу посоветовать тренировать не только ноги и голову, но и мысли, эмоции, чувства. Порой со всем этим очень тяжело справиться, а сознавать, что тебя подвело что-то изнутри довольно грустно.

Следующее первенство мира пройдет в Швеции, и я думаю, там будет еще тяжелее, чем в Австралии. Далекий зеленый континент был чужим практически для всех. А вот Швеция – это родная гавань для многих. Да и сами шведы будут с большой неохотой отдавать медали в своих стенах. Однако в жизни нет ничего невозможного.

От редакции:

Редакции интересно каждое мнение об итогах первенства мира. Мы просили тренера сборной К.Волкова поделиться с нами итогами выступления. К сожалению, материал в редакцию не был представлен.

Сборная России на Первенстве Мира среди юниоров в Австралии

Чего не умеет наша смена

По следам выступления юношеской сборной России на Первенстве Европы в Венгрии

Ольга Мухина,
Мастер спорта СССР, член сборной СССР, пятикратная чемпионка СССР, победитель международных соревнований

Было уже много высказываний на эту тему в Интернете, с попытками анализа, довольно корректных и не всегда анонимных. Хочется продолжить данный разговор.

Основными причинами не совсем удачного выступления наших ребят называют:

- Возросшую конкуренцию в мире по этим возрастным группам.

- Не совсем адекватные отборы. Во-первых, местность отборочных соревнований совсем не похожа на местность Первенства Европы. Во-вторых, слишком большое количество участников в отборочных группах (в 2007 году – 53, 75, 87, 110 человек) приводит к тому, что не всегда выигрывают сильнейшие в ориентировании, а те, кто попал на тропу и быстро бежит.

- Отсутствие централизованной подготовки отобравшихся спортсменов.

Деньги, деньги, деньги...

Конечно, с этими причинами трудно не согласиться. Однако все предложения по изменению данной ситуации сводятся к организации централизованной подготовки и предполагают увеличение финансовой составляющей подготовки юношей (сборы, выезды, автобус).

Да, лучше быть здоровым и богатым, чем бедным и больным. И при наличии денег – каждый напишет разумные предложения, как их потратить. Хотя странно, что почти никто не говорит о том единственном финансовом параметре, который обязательно должен быть – официальная, хотя бы по договору с федерацией, зарплата тренеров, которые должны будут работать со сборной, а также оплата именно им поездок на соревнования. Пока этого легально нет – всегда будут и завышенные сметы, и «свои личные» спортсмены, взятые «по решению тренсовета», как компенсация за потраченное время.

Но вообще-то, про увеличение денежных потоков в ориентировании нам всем лучше забыть. Ведь в связи с Олимпиадой в Сочи все бюджеты на «неолимпийские» виды (как в Росспорте, так и в регионах) будут обязательно уменьшены. Хорошо, если это не коснется зарплаты тренеров на местах. Если же (не дай Бог!) ориентирование войдет в программу Олимпиады от России – то тогда ни летники, ни велосипедисты, ни юноши-лыжники не получат вообще ни копейки: все будет «брошено» на взрослую зимнюю сборную. А наши спонсоры предпочитают выделять средства взрослым спортсменам за выигранные медали, поэтому на подготовку, тем более юношей, денег никогда не хватает.

Однако давайте посмотрим, действительно ли денежные вливания – это тот единственный резерв, который остался неотработанным в подготовке наших юношей?

В Воронеже мне удалось поговорить с некоторыми ребятами, бегавшими в Венгрии на Первенстве Европы. Не получилось пообщаться с призерами (их не было в Воронеже), но меня в основном интересовали причины потерь и ошибок на классической дистанции, а как раз у них потерь было немного. Классика, на мой взгляд, наиболее подходит для анализа возможных пробелов в подготовке наших юношей.

Спасибо ребятам, они охотно и честно старались отвечать на вопросы, связанные с их ошибками и проблемами. По сплитам видно, что большинство проигрывали понемногу на большей части КП, а кроме этого у некоторых были еще и крупные «загулы» на отдельных пунктах. При этом первая половина дистанции всех групп проходила по местности, не сильно отличающейся от привычной для большинства ребят. Рельеф выраженный, но не крутой, лес чистый, с хорошей видимостью и читаемыми контурами «зеленки», большое количество линейных ориентиров. В отличие от юниорской сборной, от которой в Австралии потребовалось умение тщательно работать с картой, насыщенной мелкими ориентирами, и с легендами, в Венгрии даже на второй половине карты (более гористой и каменистой) все было не так уж страшно. И наши лидеры на отдельных перегонах доказали, что могут соперничать на равных с сильнейшими соперниками. Лучшее время на некоторых перегонах, как классики, так и спринта, показывали Д.Наконечный, Т.Репина, А.Тихонова, А.Безруков.

Юношская сборная России. Венгрия, июнь, 2007

«Физика» или скорость бега

Все же небольшие проигрыши почти на каждом КП были у многих. Основными причинами сами ребята называют:

- специальное снижение скорости, чтобы не ошибиться;

- соперники бегут намного быстрее, чем они.

На вопрос, нужно ли отбирать сборную на начальном этапе по «чистому» кроссу, как у взрослых, следует ответ «нет». Все понимают, что соперники не просто бегут быстрее, они бегут значительно быстрее наших именно по лесу, особенно каменистому, для наших непривычному.

Но вот на следующий вопрос: «А кто из вас в кроссовых объемных тренировках бежит не по тропе, а рядом с ней по лесу?» – вместо ответа молчание.

Интересно было бы подсчитать, какой реальный процент от общих беговых тренировок наши спортсмены проводят по грунту. Думаю, что очень незначительный. Даже на соревнованиях (как тренировочных, так и ответственных) все больше бегут по дорогам и тропам – так ведь легче и быстрее. А уж просто беговые тренировки – хорошо, если по грунтовой дороге, а не по асфальту! Естественно, мы всегда будем проигрывать тем, кто все время бегает по лесу.

Но для исправления ситуации пока не требуется ехать на централизованные сборы. Вполне достаточно на домашних тренировках:

- на любой тренировке, даже чисто кроссовой, всегда бежать только по грунту;

- постоянно выполнять специальные упражнения для укрепления голеностопов и коленей;

- проводить специальные тренировки (и много!) в беге по болотам, траве, камням и т.д.

Почему приходится специально снижать скорость во избежание ошибок? Чаще всего такое происходит при недостаточном владении применяемым техническим приемом или при неправомерном применении приема. А какими именно техническими элементами (приемами) пользуются наши юноши?

Техника или «бег по направлению» как единственный технический прием

Сначала немного теории. В общем случае перегон (этап) делится на две части:

- грубое быстрое ориентирование до последней привязки;

- точное и более медленное ориентирование от привязки до КП.

К сожалению, большинство из тех, с кем я разговаривала, работает на дистанции подругому. Компас «на палец», причем колба чаще всего не поворачивается, стрелка «держится» по линии магнитного меридиана. Карта в одной руке с компасом, компас лежит параллельно перегону на расстоянии 1-3 сантиметра. Спортсмен передвигается по прямой к контрольному пункту, отслеживая в карте ориентиры, которые он видит на местности. Причем чаще всего, ориентиры заранее не выбираются (то есть прием «по цепочке ориентиров» не используется). При этом, «направление» берется именно на КП, реже на привязку, даже если он стоит в микроямке и расстояние между пунктами 400 и более метров. Такая техника применяется ребятами на всем перегоне, без разделения его на грубую и точную части. Этот прием «по направлению» используется практически всегда, когда нельзя бежать по дорогам и другим «линейкам».

Бег «по направлению» – раньше он назывался «грубый азимут» – очень быстрый технический прием, используемый на части перегона до последней привязки. Но он применим только в том случае, если есть хороший (крупный, легко отличимый) упреждающий ориентир. При выполнении этого приема карта читается поверхностно – иначе обязательно снижается скорость бега.

«Точный азимут» или, как сейчас говорят, «азимут» – наоборот, медленный прием, предполагающий точность выхода даже на «воронку в зеленке». Может использоваться только от привязки до КП. Но его не применяют на расстоянии более 200 м, иначе скорость надо снижать очень значительно. Карту можно и вовсе не читать. Зато расстояние необходимо четко отслеживать – шаги считать. Кстати, навык «точного азимута» – в отличие от умения кататься на велосипеде – утрачивается. В начале каждого сезона этот навык необходимо специально тренировать и восстанавливать.

Теоретически ребята понимают, что «по направлению» и «по азимуту» - разные способы движения, хотя конкретных отличий не видят. На вопрос: «В чем разница твоих действий при использовании одного и другого способа?» – большинство не ответило. Был только один неуверенный ответ: «При азимуте чаще на компас смотрю».

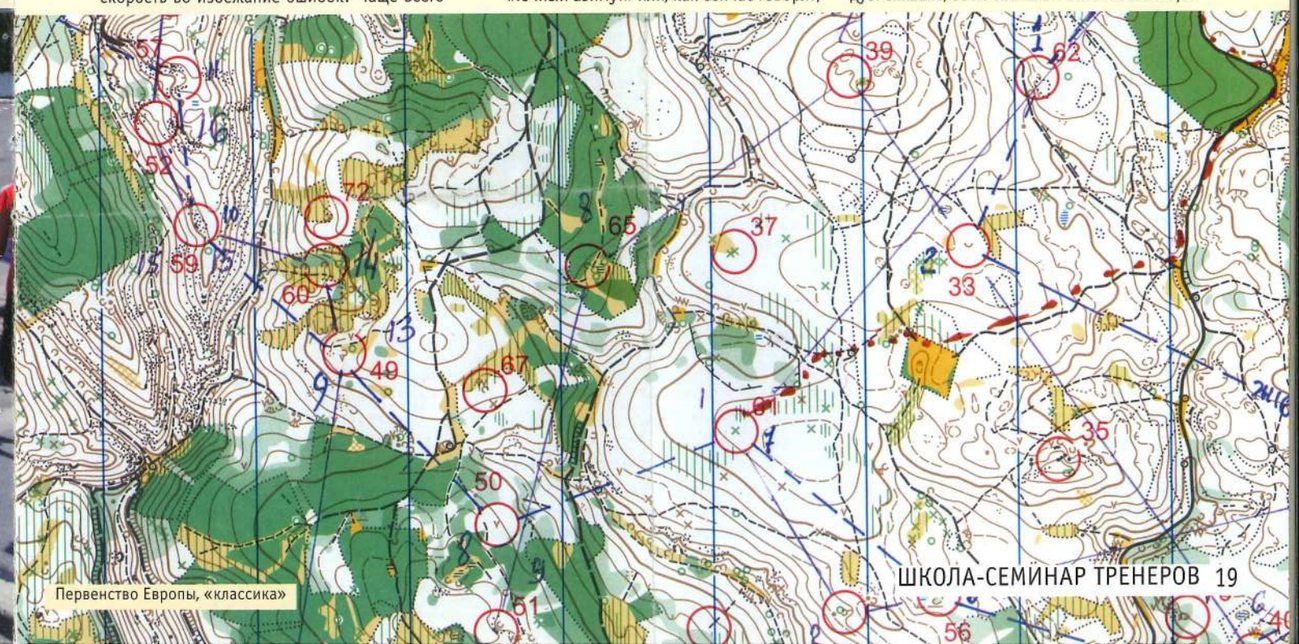
Если обобщить все разговоры, то получается следующее.

Практически все применяют только один способ работы с компасом – «грубый азимут» или «по направлению». При этом редко используется упреждение, даже когда такие ориентиры есть. Работа с картой идет по принципу «маркировки» (которую большинство не любит, а значит – не умеет бегать). Причем чаще применяется «Маркировка без прогнозирования вперед»– увижу ориентир, тогда найду его в карте.

Расстояния определяют только по соотношению ориентиров и вообще редко это делают. В итоге – работа с картой постоянна и довольно значительна.

То есть, вместо очень быстрого приема «грубый азимут» имеем суррогатный прием, сочетающий постоянную работу и с компасом, и с картой, что снижает скорость передвижения на перегоне. Это и является причиной большинства небольших потерь, но на многих перегонах.

Перегон не делится условно на грубую и точную части. В районе КП, когда скорость следует снижать, ее не снижают. Такая тактика сра-



Первенство Европы, «классика»

Первенство Европы, спринт

Д. Наконечный, Калининградская область

батывает, если в «полосе продвижения по направлению» есть крупные и легко определяемые ориентиры, позволившие скорректировать отклонение от нужного направления. А если таких ориентиров не было, а отклонение от направления есть всегда, то в сочетании с отсутствием контроля расстояния, спортсмен «привязывается» весьма далеко от КП. Это причина крупных «загулов».

Кстати, совсем недавно я узнала, почему собаку клуба «Искатель» (овчарку с поникшим ухом, бегающую по лесу за Соколом Гершевичем) зовут «Пуша». Это, чтобы юные спортсмены не забывали самых важных элементов ориентирования: Привязка, Упреждение, Шаги, Азимут.

Но, похоже, далеко не все об этом помнят.

Тактика или выбор пути

Я долго не могла понять, почему все (и тренеры, и ребята) утверждают, будто наши спортсмены в принципе не готовы бежать городской спринт. Именно городской спринт был предложен в Венгрии, и именно на нем – самые невнятные выступления сборной. Лучшее место – шестое – у Т.Репиной по группе Ж16. В остальных группах наши лучшие результаты 14, 15 и 17.

Причиной называлось отсутствие в нашей стране таких специфических соревнований. Сокол Гершевич на мои уточняющие вопросы отвечал: «Увидишь карту – все поймешь».

Увидела. Все равно не понятно, что такого специфичного. Да, масштаб 1:4000, но и у нас соревнования по такому масштабу бывают. Очень короткие перегоны, много КП, резкие повороты – но ведь у нас тоже случаются качественные дистанции спринта, разве что не по городу. Условные знаки - строения даны не черной заливкой, а серой – так это логично для лучшего восприятия. Непривычные знаки – лестницы, арки, проходы тоже читаются вполне нормально.

Бег по городу с большим количеством зрителей, конечно, требует особой психологической устойчивости. Но такая устойчивость требуется от спортсменов теперь все чаще и в лесу (организаторы идут на это ради зрелищности и телевизионной картинки).

Долго выспрашивала у ребят, в чем же отличие городского спринта от обычного, в лесу? Наконец, получила ответ: «Так там же думать надо!». Смысл этого ответа в том, что на городском спринте надо мгновенно и безошибочно выбирать оптимальный путь (иначе в дом упрешься и много потеряешь при обходе). А в лесу вполне годится привычный технический прием «по направлению, а там разберемся».

Значит, основная проблема не в отсутствии специальных соревнований по городу, а в том, что от наших спортсменов на соревнованиях почти не требуется быстро выбирать путь. Раз не требуется на соревнованиях, то и на тренировках, видимо, либо не занимаются специально, либо занимаются мало.

Недостаточность тренировок по быстрому выбору варианта на сложных картах с последующим анализом проявляется у наших сборников еще и в следующем. Иногда, выбрав путь на длинном перегоне (например, 1 КП в группе М18 на классике в Венгрии) и начав движение, спортсмен обнаруживает недоучтенные трудности (большой подъем или «зеленка», хуже проходимая, чем рассчитывал), уже сомневается в правильности выбора, в итоге на ходу меняет или пытается корректировать выбранный вариант.

Интересную иллюстрацию того, что выбор пути – недоработанный элемент в подготовке наших спортсменов, можно было наблюдать на Первенстве среди обучающихся в Воронеже. На дистанции классики после смотрового КП некоторые ребята быстро уходили по направлению, пересекали дорогу (по которой участники всех групп должны были обходить непреодолимое болото) и... упирались в открытую воду! Только после этого они начинали смотреть карту и возвращались на дорогу.

Психология или неготовность к ошибке

На недостаток психологической подготовки сетовали многие из ребят. Иногда данный фактор назывался единственным, в котором есть проблемы. Однако, что за этим скрывается и что в действительности необходимо исправлять?

Непривычен груз ответственности на официальных соревнованиях. Но это важный элемент в спорте, особенно в спорте высших достижений. Ответственность должна мобилизовать участника на лучший результат, хотя и не доводить до мандража. Явных признаков «перегорания» у тех, с кем я говорила, нет. Это когда спортсмен так «заведен» перед стартом, что теряет уже на 1 КП очень много. Есть проблема «опускания рук», когда после некоторого количества ошибок спортсмен перестает бороться и бежит, не напрягаясь. Но такой способ поведения даже профессиональному психологу невозможно изменить за короткое время УТС.

Не хватает опыта в стартах такого ранга. Да, всего 6 спортсменов из 20 участвовали в официальных международных соревнованиях в 2005–2006 годах. Хотя мне кажется, такой опыт более важен для

взрослых и юниоров, а у юношей – хорошо бы, но не обязательно. Даже при резко возросшей конкуренции в группах 16 и 18 вряд ли все соперники находятся в лучшем положении. И всегда (особенно у младших юношей) в команде будут спортсмены, впервые выехавшие за границу. Ничего в этом нет особенно страшного. Кстати, лучшие личные результаты в нашей команде у Татьяны Репиной (бронза) и Дмитрия Наконечного (серебро). А ведь эти ребята как раз и не выезжали прежде на официальные соревнования в составе сборной.

Есть проблема «влияния зрителей». Девушки жаловались, что теряли время на КП 49, т.к. он был очень спрятан. Но юноши, у которых тоже был этот КП (он же пункт питания), так не считают. Видимо, люди на пункте «сбивали» девушек.

Более интересен вопрос – что делают спортсмены при совершении ошибки, готовы ли они к ней? Ведь ориентировщик, проходя дистанцию на высокой скорости, всегда балансирует на грани ошибки. И в реальности никто без ошибок (потерь) не обходится. Доказательство тому – на соревнованиях с нормальной конкуренцией время «идеального участника» (суммарное время лучших результатов по перегонам) значительно лучше времени победителя. Класс спортсмена определяется тем, как быстро он понимает, что ошибся и как быстро он из ошибки «выходит».

К сожалению, анализ своих (да и чужих) ошибок проводится ребятами очень поверхностно спортсмены не понимают не только внутренних причин ошибки, но даже и того, как они оказались в некотором месте. Несколько человек, потерявших от 4 до 10 мин. на пункте, не знали, каким образом они попали в точку, где удалось «привязаться». И эти точки весьма далеко расположены от КП. То есть налицо целый букет ошибок: и отклонение от направления, и ошибочная оценка расстояния, и не узнавание ориентиров, а чаще еще и неправильный выбор привязки, но ребята их не видят.

Самое же плохое, что похоже у многих наших ребят нет алгоритма действий на случай ошибки, даже теоретически, не говоря уже о закрепленном навыке.

На вопрос: «Ваши действия в момент ошибки?» я получила очень характерный ответ: «Паника!» Конечно, я понимаю, что это шутка. Но, как известно, в каждой шутке есть доля... шутки. Картина получается такая: спортсмен отклоняется при движении «по направлению», но так как расстояние он не отслеживает, то, если нет стопорящего крупного ориентира – пробегает дальше. Почувствовал, что ошибся. Но опять, вместо снижения скорости и «нахождения» себя в карте, сначала следует хаотичный бег в районе «а вдруг я не добежал» или «а вдруг я увижу призму». Если встречается чужой КП – сразу просьба к спортсмену, отмечающемуся на нем – «где стоит?»!

Вообще, обращается к кому-либо за помощью в лесу большинство наших юных спортсменов, хотя это прямо запрещено правилами. Более того, они настолько привыкли к такой системе работы на дистанции, что даже на ответственных стартах сами показывают другим (и не только своим) точку нахождения (в том числе такое было и в Венгрии!). Кстати, такая «братская помощь» помимо прямых 5-10 секунд чистых потерь на остановку и показ неминуемо сбивает помогающего спортсмена с ритма работы, что приводит к ошибкам на следующих перегонах.

Подтверждение тому, что наши молодые при ошибке в первую очередь рассчитывают на постороннюю помощь, я получила в Воронеже, фотографируя на одном из КП рассева эстафеты.

Направление движения почти всех групп на эти КП – с запада, со стороны просеки. Конечно, было много участников, уверенно пробегавших мимо призмы на свой КП. Но много было и других. У большинства спортсменов, попавших на 63 КП вместо своего (62 или 61), реакция была одинаковой: «Блин, не мой! А покажи(те), где он!» Причем спрашивали как у соперников, так и у меня. Некоторые даже теряли по паре минут, упрашивая: «Ну пожалуйста, ну покажите...».

И это вместо того, чтобы просто подумать, а где может стоять пункт? Ведь только что пересекали просеку и дорогу, слева виднеется болото, а лощина, в которой стоит КП, – единственная на карте в этом районе. Вот оно, неумение бегать маркировку! Ну, и еще неуверенность в своих силах.

Выводы

Даже столь поверхностный анализ показывает, что у наших сборников большие пробелы в базовой подготовке. Есть еще очень много резервов для повышения уровня подготовки юношей без значительных финансовых затрат и без резкого изменения общей системы в стране. Навыки и умения, недостаточно освоенные ребятами, вполне можно и нужно отрабатывать на тренировках дома, а не на УТС сборной. А именно:

- выбор пути, в том числе очень быстрый;
- освоение и отработка других технических приемов, кроме бега по линейным ориентирам и бега по направлению;
- составление алгоритма действий в случае ошибки и отработка его;
- умение быстро «привязаться» в любой точке без посторонней помощи;
- умение быстро бежать по камням, кустам, болоту и так далее.

На централизованных сборах или на правильно проведенных отборах можно лишь проверить степень владения тем или иным элементом, но никак не научить и не натренировать его.

Другой вопрос – как надо организовывать отборы, чтобы протестировать спортсменов в отборочных стартах именно на те качества и умения, которые потребуются на соревнованиях. А также – как заранее довести информацию об этом до тренеров. Но это тема для следующей статьи.

А для начала я бы предложила всем ребятам, претендующим на место в сборной, а также их тренерам, постоянно глубоко и детально анализировать истинные причины своих потерь и ошибок, раскладывая их на отдельные элементы. Тогда понятно будет, над чем следует больше работать.

Б олее 30 лет назад наш великий спортсмен и тренер Валерий Киселев применял для анализа ошибок каждого перегона контрольных соревнований анкету – отчет, состоящую из 43(!) пунктов, кстати, в те времена не было не только сплитов, но и компьютеров в судействе... Может быть, она и нам поможет? Мы переработаем анкету с учетом нынешних возможностей и обязательно опубликуем ее в следующем номере. Ведь умение понимать причины своих потерь важно не только для членов сборной, но и для всех ориентировщиков.

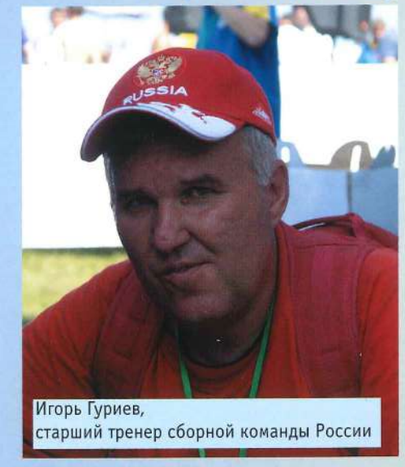
От редакции: С этого материала мы начали публикации под рубрикой ШКОЛА-СЕМИНАР ТРЕНЕРОВ. Приглашаем к сотрудничеству всех тренеров и специалистов.

Воронеж. Совместная работа на эстафете с рассеиванием

Первенство России. Воронеж, эстафета

«УКРАИНСКИЙ ГАЛОП» ИЛИ ДЕСЯТАЯ МЕДАЛЬ ИГОРЯ ГУРИЕВА И ВИКТОРА ДЬЯЧКОВА

Чемпионат мира по спортивному ориентированию бегом, Украина, Киев, 18-26 августа 2007 г.



Игорь Гуриев,
старший тренер сборной команды России

Чего греха таить, возлагать серьезные надежды на появление новых звёзд мирового ориентирования на украинском чемпионате мира было бы наивно и даже, пожалуй, непрофессионально. И хотя претендентов на призовые места и у мужчин, и у женщин действительно было множество, но двое спортсменов все же стояли особняком – это швейцарка Симона Нигли и француз Тьерри Жоржу. В их силе и мастерстве не сомневался никто, и они вновь подтвердили свой высокий класс великолепным выступлением на Украине. Синхронно, как будто сговорившись, швейцарка и француз выиграли спринт и среднюю дистанцию, и как выиграли – красиво и с весомым отрывом, уже пятый чемпионат подряд не оставив никому шансов взойти на высшую ступень пьедестала. На украинском чемпионате Симона завоевала 12-ю золотую медаль в своей карьере, а Тьерри – пятую, и они вместе, с приличным отрывом, возглавляют медальный лист Международной федерации ориентирования. Но всё-таки новая звездочка мирового ориентирования зажглась, и этой звездой стал швейцарец Матиус Мерц, достойно победив на самой престижной длинной дистанции. Ещё в недавнем прошлом Мерц был звездой юниорского ориентирования, дважды выигрывая первенства мира среди юниоров, а сейчас стал открытием чемпионата мира, уверенно ворвавшись в элиту мирового ориентирования.

Российская команда выступила очень достойно, завоевав сначала бронзовую, потом серебряную, а потом уже и золотую медали. Имея полный комплект медалей, российская сборная команда заняла четвёртое общекомандное место, уступив командам Швейцарии, Франции и Финляндии, но при этом обыграла Швецию и Норвегию. Это очень достойный результат и несомненный успех всего тренерского коллектива сборной команды России по спортивному ориентированию бегом. Тренерская бригада в составе Игоря Акермановича Гуриева (Ростов-на-Дону) и Виктора Васильевича Дьячкова (Тамбов) уже четвертый год подряд руководит подготовкой и выступлением сборной команды России на чемпионатах мира. До 2004 года российские спортсмены никогда не завоевывали медалей чемпионата мира по спортивному ориентированию бегом, а на сегодняшний день их уже десять в копилке нашей сборной. И особенно приятно то, что десятая юбилейная медаль, завоёванная российской мужской эстафетной командой, стала золотой!

10 медалей, завоёванные российскими спортсменами на чемпионатах мира по спортивному ориентированию бегом – это историческое достижение! И поэтому редакция журнала «Азимут» хочет еще раз вспомнить наши успехи и перечислить все завоеванные медали:

2004 год, Швеция – 3 медали (серебряные медали Валентина Новикова и Татьяны Рябкиной на средней дистанции; серебряная медаль Михаила Мамлеева, Андрея Храмова, Валентина Новикова в эстафете);

2005 год, Япония – 1 медаль (золотая медаль Андрея Храмова на длинной дистанции);

2006 год, Дания – 3 медали (бронзовая медаль Андрея Храмова на длинной дистанции; бронзовая медаль Татьяны Рябкиной на средней дистанции; золотая медаль Романа Ефимова, Андрея Храмова, Валентина Новикова в эстафете);

2007 год, Украина – 3 медали (серебряная медаль Андрея Храмова на длинной дистанции, бронзовая медаль Валентина Новикова на средней дистанции, золотая медаль Романа Ефимова, Андрея Храмова, Валентина Новикова в эстафете).

Старший тренер сборной команды России по спортивному ориентированию бегом Игорь Акерманович Гуриев любезно ответил на вопросы журнала «Азимут»

Редакция: Игорь Акерманович, журналу «Азимут» всегда приятно рассказывать о достижениях нашей сборной. Удивительный факт заключается в том, что вы вместе с Виктором Дьячковым, возглавив сборную команду страны в конце 2003 года (после провального выступления сборной в Швейцарии), ни разу не возвращались с чемпионата мира без медалей. Прежде всего, хочется еще раз вас поздравить, поблагодарить от имени всех болельщиков за прекрасную работу и пожелать дальнейших успехов.

Игорь Гуриев.: Спасибо. Пользуясь случаем, передаю привет всем болельщикам и всем читателям журнала и слова благодарности от тренеров и спортсменов сборной команды России за моральную поддержку нашего выступления на чемпионате мира. Надеюсь и очень хочу, чтобы «Азимут» всегда и интересно рассказывал о спортивных достижениях российских ориентировщиков. Хочу поблагодарить личных тренеров наших спортсменов и кандидатов в сборную России, которые создали высокий уровень конкуренции при подготовке и на отборочных соревнованиях.

Ред.: Второй раз подряд мужская эстафетная команда завоевала «золото» для России, завоевана «бронза» на средней и «серебро» на длинной дистанции у мужчин. Это бесспорный успех, тем более, что шведы и норвежцы на этом чемпионате мира впервые за всю историю мирового ориентирования остались без золотых медалей, да и хозяева чемпионата мира – украинцы, медалями похвастаться не могут. Как достигаются такие замечательные результаты?

И.Г.: Высокий результат всегда можно рассматривать только как итог правильной системы подготовки, итог выполнения большого объема тренировочных нагрузок и участия в предшествующих чемпионату мира спортивных мероприятиях. В этом году мы провели два централизованных сбора в Кисловодске, направленных на совершенствование беговой и общефизической подготовки спортсменов. Для совершенствования технической подготовки спортсменов нами были использованы карты в окрестностях Кисловодска и Железноводска. Обеспечивать тренировочный процесс нам помогала Федерация спортивного ориентирования региона Кавказских Минеральных Вод. Не устаю повторять слова благодарности создателям этого центра ориентирования, где ежегодно имеют возможность совершенствоваться наши спортсмены сборных команд России. Очень хорошо, что в этом районе создан центр, подготовлено много карт на разные типы местности, но карты, к сожалению, стареют, и, если мы в дальнейшем собираемся использовать с максимальной эффективностью этот район для подготовки сборных команд, нужно понимать, что наступило время, когда карты необходимо обновлять. Сегодня у местной федерации средств на это недостаточно, объем работы очень большой, Росспорт на организацию технической подготовки – изготовление карт и подготовку дистанций – средств не выделяет, у спонсоров ФСО России на это денег тоже нет, поэтому, как вариант, нужно здесь провести крупные российские соревнования и на подготовку карт истратить большую часть взносов. Если мы хотим, чтобы наши спортсмены росли не только функционально, но и повышали свое тактико-техническое мастерство, значит этот вопрос пришло время решать всем миром.

Чемпионы мира в эстафете Роман Ефимов, Андрей Храмов, Валентин Новиков

Ред.: Как проходила подготовка сборной команды к чемпионату мира? Расскажите поподробнее о содержании и программе сборов, предшествующих Чемпионату Мира - 2007 в Киеве, о мероприятиях перед отъездом в Украину.

И.Г.: Первый 21-дневный сбор мы по традиции провели в феврале. В нем участвовало 20 человек – кандидатов в сборную команду России. Помимо беговой подготовки, спортсмены сдавали на нем нормативы по общефизической подготовке, ежедневно выполняли упражнения на гибкость, координацию и правильность исполнения специальных беговых упражнений. Второй сбор, 18-дневный, проходил с 13 июля по 2 августа, он завершился за 16 дней до начала чемпионата мира. Этот срок позволил полностью завершить у спортсменов процесс реакклиматизации, после которого наступает процесс повышения физических кондиций, то есть эффект пребывания в среднегорье начинает давать свои преимущества. Интересно, что сборная Швейцарии проводила такой же сбор в те же сроки у себя дома на высоте 1500 метров, мы же были на высоте 1200 метров в Кисловодске.

После второго сбора спортсмены вели подготовку по индивидуальным планам, тренировались и участвовали в местных соревнованиях. Несколько спортсменов участвовали в соревнованиях в Архипо-Осиповке у Черного моря, параллельно со всероссийскими соревнованиями ветеранов. На мой взгляд, максимального эффекта для подготовки эти соревнования не дали. Местность интересная и достаточно сложная, а карты слабые, грубые, не современные. Вопрос качественных карт будет всегда актуальным для нашего ориентирования, потому что невозможно хорошо подготовить сборную команду, не имея качественных карт и продуманного календаря соревнований.

Ред.: Конечно, от уровня подготовки спортсменов зависят и результаты. Мужчины показали достойные результаты, а женщины в Киеве не смогли завоевать ни одной медали. Не будем скрывать, что все болельщики российской команды рассчитывали на более успешное выступление наших женщин, и особенно Татьяны Рябкиной!

И.Г.: К началу чемпионата мира все наши спортсмены были в хорошей спортивной форме, и уровень борьбы, который наблюдали участники чемпионата мира, показал великолепную подготовку, и особенно у наших медалистов Ефимова, Храмова, Новикова. Я очень сожалею, что на последнем сборе в Кисловодске не присутствовала Татьяна Рябкина, на чемпионате мира было видно, и особенно на смотровых перегонах, что она функционально проигрывает мировым лидерам, при этом она как обычно демонстрировала высокий тактико-технический уровень.

Виктор Дьячков,
тренер сборной команды России

Ред.: Почему Рябкина в этот раз не прибыла на сборы?

И.Г.: Исполком пошел навстречу просьбе ее и ее тренера. Она ездила по скандинавским многодневкам. Я же считал и считаю, что это не идёт на пользу спортсмену, и если бы она готовилась на сборе вместе с командой, то выступление сборной команды России было бы ещё более успешным. Мне кажется, что личным тренером была допущена стратегическая ошибка при планировании подготовки спортсменки к чемпионату мира. Украинская местность совсем не похожа на скандинавскую, и требования к физической подготовке предъявлялись очень строгие. Это и подтвердил чемпионат, который прошёл на «сверхзвуковых» скоростях, и его победители физически выглядели безукоризненно.

Ред.: Что помогало или мешало вашему тренерскому коллективу на чемпионате мира?

И.Г.: Ничего не мешало , а помогала уже опробованная и отточенная система работы со сборной командой на чемпионате мира. Прежде всего хочу отметить то, что тренерский состав был дружным, в итогах выступления сборной команды России видел единую задачу, а процесс работы основывался на четком распределении обязанностей. Виктор Дьячков обеспечивал работу на старте, я с Сергеем Баландинским на смотровых перегонах и финише. Кроме этого было много и административно-хозяйственной работы, которую выполняли все тренеры.

Ред.: Вы выезжали со сборной России на четыре последних чемпионата мира. Как были организованы соревнования Чемпионата Мира в Киеве и как вам понравился чемпионат?

И.Г.: В основном понравился. Мы понимаем, что Украина по своим возможностям, это не Швеция, не Япония и не Дания, но организаторы старались, сделали все возможное и, на мой взгляд, справились. Чемпионат мира прошел на высоком спортивном уровне, и призерами стали сильнейшие спортсмены. Не понравились многие организационные моменты (например, как был организован банкет), и сам чемпионат показался очень дорогим. Старты чемпионата проходили в ближайшем пригороде Киева и городских лесопарках. Киев, как и Москва, расположен на холмах, местность все дни, кроме средней дистанции, была достаточно пересеченной, не скажу что сложной, хотя ошибки при прохождении дистанций делали почти все. Организаторы до последнего держали в секрете районы проведения соревнований, и это создавало некоторые организационные неудобства. На мой взгляд, это определенный шаг назад, потому что в современном ориентировании уже не стоит бояться открытости. Всё равно побеждают сильнейшие. Из приятных моментов отмечу то, что радиокомментарий велся на английском и на русском языках, и для нас это было очень удобно. Позже мне рассказали, что если бы репортаж вели на украинском языке, то из-за специфических терминов никто бы ничего не понял, досконально украинский язык знают немногие. Было очень жарко, температура воздуха поднималась до 39 градусов, и мы использовали опыт, полученный при пребывании на чемпионате мира в Японии в 2005 году, когда Андрей Храмов выиграл длинную дистанцию. Тех спортсменов, кто не бежал данный вид программы, мы сознательно не брали на соревнования, оставляли дома, чтобы не изматывать жарой и эмоциями перед предстоящим стартом.

Ред.: Второй раз на чемпионатах мира российская мужская команда выигрывает эстафету! Это большой успех, особенно учитывая тот факт, что бесспорно сильной финской сборной это удавалось сделать всего лишь один раз. В спорте принято считать, что индивидуальные медали – это заслуга личных тренеров, а эстафетные медали – это успех тренеров сборной. Поделитесь секретом, как вы готовились к эстафете и как формировались эстафетные команды?

И.Г.: Секретами подготовки пока делиться не будем, а в формировании эстафетных команд секретов нет. У мужчин мы оставили тот же состав, что и в прошлом году Романа Ефимова, Андрея Храмова и Валентина Новикова. У женщин в эстафету поставили Юлию Новикову, Ларису Станченко, Татьяну Рябкину. Перед соревнованиями я предложил всем спортсменам заполнить анкету и обозначить дисциплины, которые каждый готов бежать. Наталья Коржова отказалась бежать эстафету, и её место заняла Лариса Станченко. В прошлом году женщины заняли в эстафете 7-е место, в этом 5-е. Юлия Новикова и Татьяна Рябкина на своих этапах показали достойные результаты, Лариса Станченко вообще впервые участвовала в чемпионате мира и эстафету ЧМ бежала тоже впервые. Чуда не произошло.

Ред.: Как выглядели наши спортсмены на чемпионате мира?

И.Г.: Если обратиться к мировому рангу, то наша сборная накануне чемпионата занимала в нем 24-е место, Новиков 5-е место, Ефимов 282-е место, а Храмов лишь 504-е место! Глядя на эти цифры, даже и не знаешь что делать, плакать или смеяться? Где ещё, в каком другом виде спорта, спортсмен, который последние три года не спускается с пьедестала чемпионата мира (я имею в виду Андрея Храмова), удостаивается лишь 504-го места мирового ранга, а сборная команда, которая дважды подряд выигрывала эстафету чемпионата мира, – лишь двадцать четвёртая!? Наверное, ко всей этой ситуации нужно относиться с немалой долей юмора, но всё же что-то оскорбительное в этих цифрах есть, и за страну обидно! К сожалению, ФСО России теперь никак не представлена в ИОФ, и нас некому защищать! Теперь всё решают скандинавы, вот поэтому такой у нас мировой ранг. (Журнал «Азимут», №2 за 2007 год писал об этой проблеме. Прим. редакции).

Ни для кого не секрет, что мужская команда выступила феноменально, второй год подряд подтвердив свой высочайший класс. Роман Ефимов, занявший 6-е место на длинной дистанции, подтвердил свой высокий уровень на первом этапе эстафеты, придя на финиш первого этапа вторым в пяти секундах за финном Матсом Халдином. Андрей Храмов, завоевавший серебро на длинной дистанции, уйдя на свой этап эстафеты вторым, сумел оторваться от соперников и передал эстафету Валентину Новикову с отрывом 1 минута 33 секунды от шедшего на втором месте норвежца Андерса Нордберга. Валентин Новиков, завоевавший бронзовую медаль на средней дистанции, отлично справился с третьим этапом и первым завершил эстафету с отрывом в 42 секунды от шведа Эмиля Вингстедта, приведшего свою команду к серебру. На протяжении всей эстафеты мужская команда, хотя и демонстрировала свое преимущество, но и заставила всех сильно и приятно поволноваться, особенно после того, когда нас дважды забывали передавать с пунктов радиоинформации. Всем нам очень хочется верить, что в перспективе такие же результаты начнет показывать и наша женская сборная.

Ред.: Много раз приходилось наблюдать, как ведут себя болельщики, поддерживая спортсменов своих стран. Российская группа болельщиков по численности, пожалуй, уступала только украинцам. Как такое окружение воспринимали наши спортсмены?

И.Г.: Наша группа поддержки из числа россиян была очень большой, хотя раньше я предполагал, что в Киев из России приедет намного больше ориентировщиков. Но те, кто был, как никогда нас поддерживали, с азартом болели за нас, радовались нашим успехам. Все это было очень приятно и нам, тренерам, и спортсменам. Меня особенно порадовал тот факт, что часть россиян впервые дружно объединилась в «Фан-клуб Андрея Храмова». Для Андрея и всех нас это была очень приятная неожиданность, гордость и ответственность. У меня сложилось впечатление, что искренняя радость наших болельщиков положительно повлияла на психологическое состояние спортсменов. Приятно, что Фан-клуб был создан по инициативе спортсменов Приволжья и представлен географией всей страны, от Владивостока до Краснодара. По духу это был настоящий русский дом.

Ред.: Вы вместе с Виктором Дьячковым сделали то, что не удавалось еще никому – создали команду, способную занимать самые высокие места. Золото в мужской эстафете – это третья золотая, а всего – десятая медаль, завоеванная нашей сборной. Еще в 2006 году я лично направлял в Росспорт ваши документы для присвоения звания «Заслуженный тренер России». Можно ли вас поздравить с присвоением?

И.Г.: Нет, пока нельзя! Мои документы неоднократно пропадали в Росспорте, я вновь приносил пропавшие, они опять пропадали, как будто кто-то их вытаскивал специально. На всех последних заседаниях президиума ФСО России я неоднократно обращался к президенту с просьбой, чтобы он дал указание своим «помощникам», прекратить в Росспорте «вставлять мне палки в колеса».

Что касается Виктора Дьячкова, который за последние 10 лет завоёвывал медали еще и с зимними сборными России, здесь у меня нет ни малейшего сомнения, что он уже давно достоин звания «Заслуженный тренер России». Не понимаю, почему федерация не оформляет его документы.

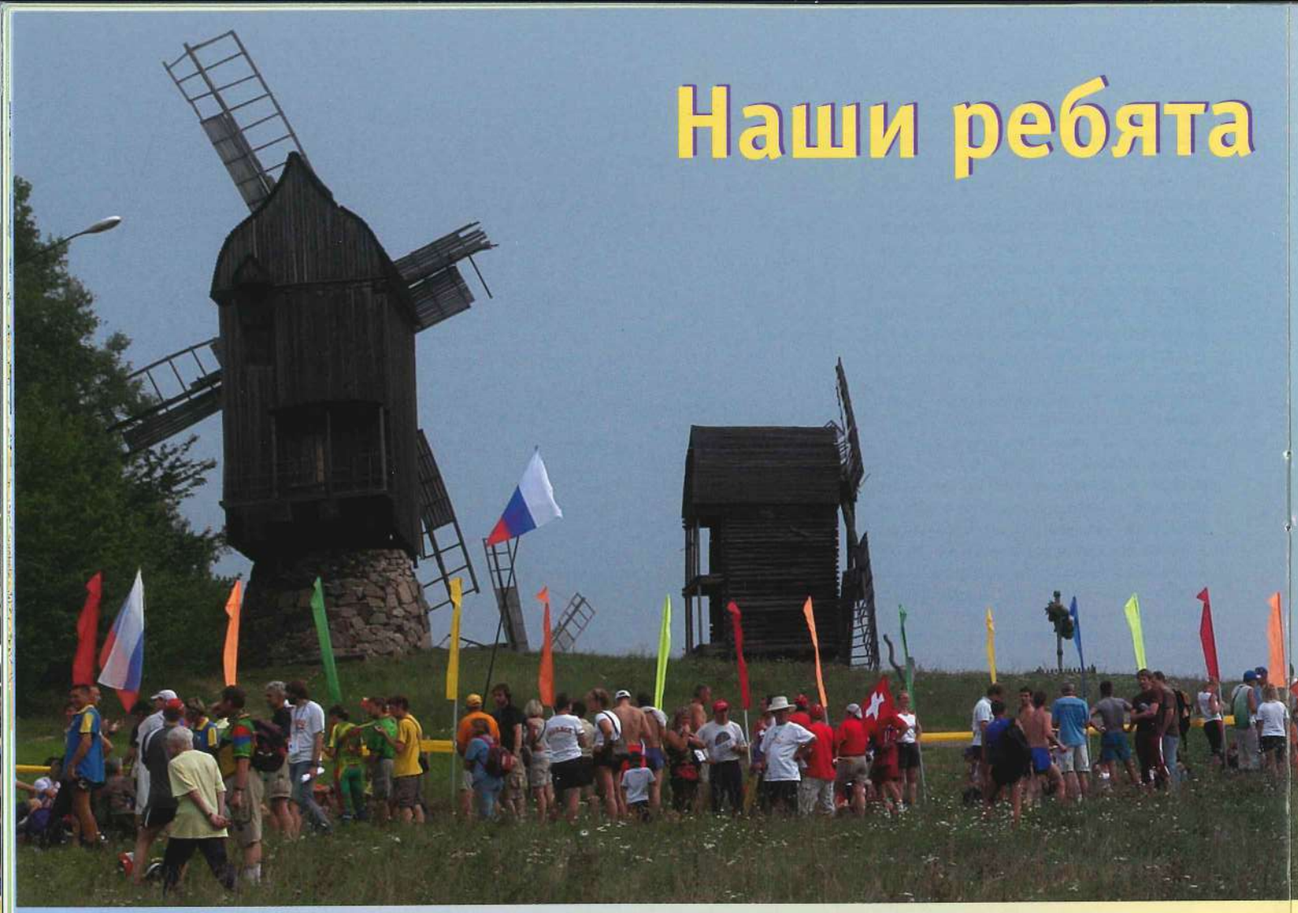
Ред.: Какие, на ваш взгляд, перспективы для удачных выступления нашей сборной в будущем?

И.Г.: У сборной и у федерации перспективы одинаковые. Нужно делать все, чтобы развивалось ориентирование на местах, молодежь составила серьезную конкуренцию сегодняшним лидерам и был организован четкий учебно-тренировочный процесс с полным научным, спортивно-техническим и материальным обеспечением. В 2008 году чемпионат мира пройдет в Чехии, в 2009 году в Венгрии, это страны с горной местностью, и без специальной спортивно-технической и функциональной подготовки медалей там не завоевать.

С Игорем Гуриевым
беседовал Юрий Янин.

Фото Юрия Янина

Наши ребята сделали все, что могли



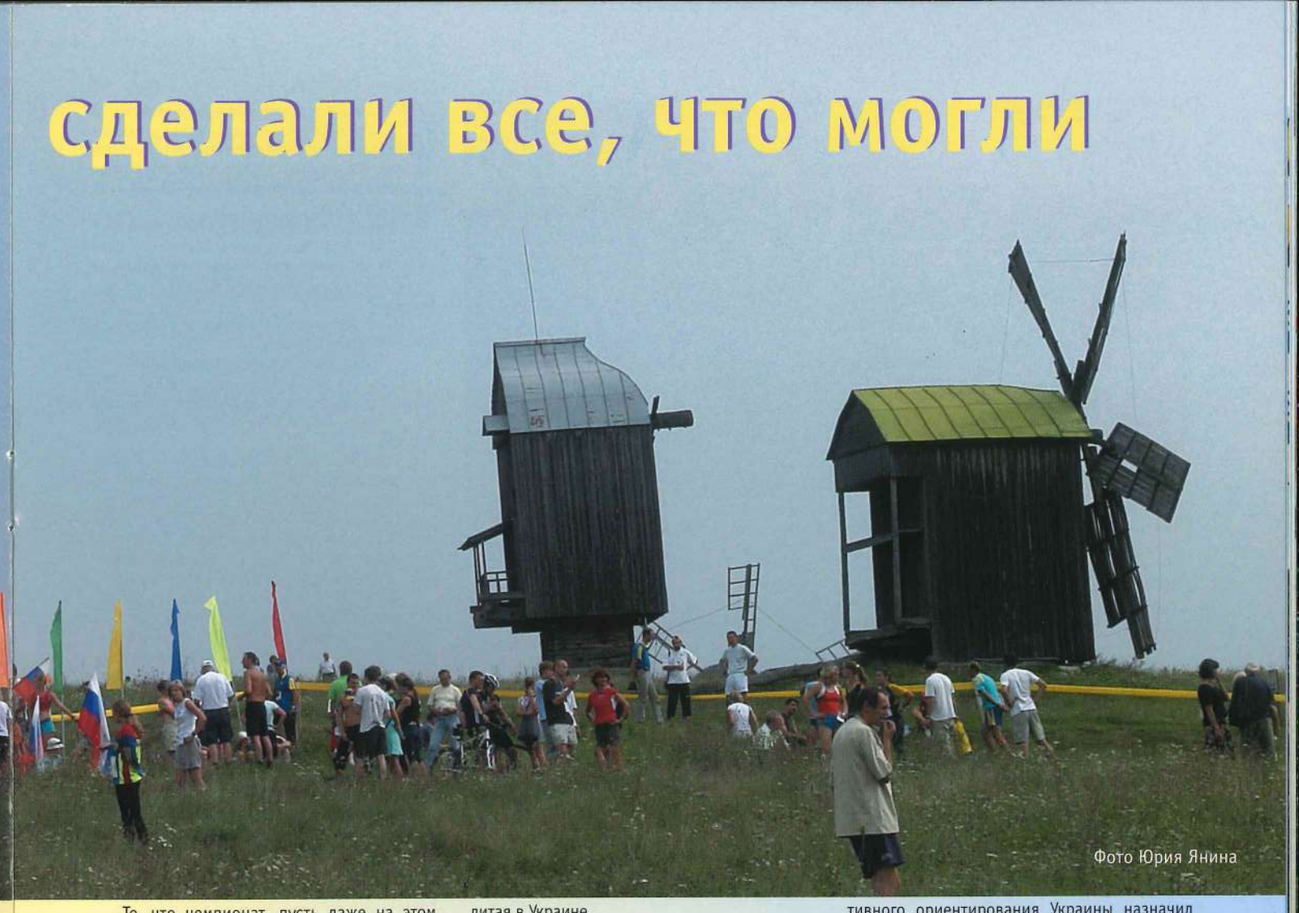


Фото Юрия Янина

Глущенко Валерий Сергеевич.
Родился 5 сентября 1944 года в г. Киеве.
Окончил Киевский государственный институт физкультуры по специальности «легкая атлетика».
Старший тренер сборной Укрсовета «Буревестник» 1974-1979 гг. Главный тренер сборной команды УССР 1980-1991гг., и 1995г. Государственный тренер СССР 1985-1991гг.
Инициатор введения норматива по ОФП – бег на стадионе, в программе чемпионатов УССР (с 1982 г.) и чемпионатов СССР (с 1985 г.) по спортивному ориентированию.
Один из ведущих спортивных судей СССР, судья всесоюзной категории с 1977 года.
Член Президиума Федерации спортивного ориентирования СССР на протяжении всего срока ее существования – 1979-1991 гг. Член Всесоюзного тренерского совета.
Президент Федерации Украины по спортивному ориентированию в 1992-1995 гг.
Автор многочисленных публикаций о спортивном ориентировании. Лауреат премий журнала «Турист» за лучшие статьи о «лесном спорте». Член Союза журналистов УССР.

Экспериментальный чемпионат

Выбор столицы Украины в качестве места проведения чемпионата мира, был обусловлен тем, что ИОФ, рассчитывая в будущем добиться включения ориентирования в программу Олимпийских игр, вынуждена искать возможности проведения соревнований в крупных городах.

Поэтому рассматривать эти соревнования надо как своеобразный эксперимент. Насколько он оказался удачным, судить сложно, однозначного ответа на этот вопрос нет, особенно в свете тех событий, о которых я кратко скажу ниже.

Спасибо Хольту и Кирьянову

Состоялся этот чемпионат в значительной мере благодаря титаническим усилиям контролера ИОФ Ойвинда Хольта. Норвежец отлично знаком, как с Украиной вообще, так и с ее федерацией. В далеком уже 2000 году именно он был официальным контролером первого чемпионата Европы, который проходил в украинском курортном городке Трускавец, и провел здесь немало времени.

В этот раз проблема заключалась в том, что сегодня федерация спортивного ориентирования Украины – организация аморфная, существующая практически только на бумаге, потерявшая к тому же два года назад статус национальной. Возглавляет ее человек случайный, который ждет не дождется отчетно-выборной конференции.

Президиум собирается от случая к случаю, отсутствуют какие-либо комиссии, в т.ч. технический комитет и коллегия судей. Никакой работы по развитию ориентирования давно не ведется. (Очень хочу надеяться, что ошибаюсь, но просматривая интернет сайты, складывается впечатление, что и Федерация ориентирования России тоже испытывает подобные трудности).

Никакой реальной подготовки к проведению ЧМ, кроме рисовки карт, до середины прошлого года вообще не велось. В связи с этим, Ойвинд Хольт, учитывая катастрофическое положение дел, потребовал распустить существовавший тогда Оргкомитет и назначить директором соревнований главного картографа Виктора Кирьянова. Одновременно Хольт лично обратился за помощью к киевским городским властям и Министерству Украины по делам семьи, молодежи и спорта.

«Скромненько, по-деревенски» или «необходимо и достаточно»

В конце концов провести чемпионат удалось. Злые языки говорят, что уровень его организации ни в коей мере не соответствует требованиям сегодняшнего дня, что прошел он «скромненько, по-деревенски». Во многом они правы. Да, далеко нам еще сегодня до Швейцарии или Дании, но я, оценивая качество этих стартов, предпочитаю использовать другое определение, математическое – «необходимо и достаточно».

То, что чемпионат, пусть даже на этом уровне, но все-таки прошел, это заслуга не руководства Федерации спортивного ориентирования Украины, а тех рядовых ее членов и энтузиастов из других стран, которым не безразличен наш замечательный вид спорта.

Вероятно, уровня этого уже маловато для ЧМ, но, увы, таковы сегодняшние возможности Украины…

Приблизить соревнования к зрителям

Главный критерий выбора арен соревнований в свете новых требований ИОФ – зрелищность и доступность для максимального количества зрителей. В Киеве эта идея потерпела полный провал. Зрителей на соревнованиях практически не было. Во-первых, из-за полного информационного вакуума, во-вторых, из-за неудачного подъезда на старты не смогли добраться многие местные поклонники ориентирования.

Проблемы большого города

Огромные трудности вызвало интенсивное движение на дорогах Киева. Если на старты спортсмены добирались еще вовремя, то обратный отъезд зачастую задерживался, и участники были вынуждены вызывать по мобильнику такси.

Многие «наивные» спортсмены, тренеры и ВИП гости подолгу ждали, стоя на тротуарах, когда люди, сидящие за рулем автомобиля, соизволят их заметить и пропустить на «зебре»… Впрочем, к концу соревнований часть из них поняла, что ждать бессмысленно и, закрыв глаза, отчаянно бросалась под колеса вместе с местным населением.

Практически все команды столкнулись с низким, по европейским меркам, качеством пищи в ресторане и, особенно, питьевой воды. К сожалению, такого же низкого качества, по словам тренеров, оказалась и вода в пластиковых бутылках известных торговых марок, разлитая в Украине.

Кстати, команда России, знакомая с украинской спецификой, жила и питалась отдельно от большинства команд, тем самым, счастливо избежав, в отличие «от датчан и прочих шведов», серьезных проблем с желудком.

Кадры решают все

Многих удивило то, что в судействе соревнований чемпионата принимало участие большое количество иностранных судей. Объяснение этому банальное – по словам Хольта, отличительная черта украинских организаторов – замечательное гостеприимство и полное нежелание что-либо делать вовремя.

А учитывая то, что заместителем главного судьи по кадрам президиум Федерации спортивного ориентирования Украины назначил «своего» человека – члена президиума В.Коршунова, не имеющего ни опыта такой работы, ни достаточного авторитета (зато «преданного»), главный судья В.Кирьянов был просто вынужден прибегнуть к услугам варягов. Сразу скажу, что решение это оказалось абсолютно оправданным. Особо следует отметить самоотверженный труд Дмитрия Налетова и его бригады.

Попутно замечу, что в советские времена украинские судьи пользовались большим и абсолютно заслуженным авторитетом.

Многие ориентировщики со стажем помнят имена Д.Пелеева, М.Рубинчика, Б.Леви, Б, Марасина, В.Бортника, Е.Штемплера, В.Ханюка,

Контролер ИОФ О. Хольт руководит проведением чемпионата

Г.Плохенко, С.Сухарева, А.Колтакова, О.Постельняка и многих других украинских специалистов. И не случайно именно Украине поручали проводить самые ответственные соревнования, например, дважды, в 1982 и 1988 годах Кубок дружбы социалистических стран.

И хотя квалифицированных судейских кадров в России всегда хватало, тем не менее автора этих строк в 1987 году пригласили судить в качестве главного судьи первенство СССР в Грозном. Вместе со мной туда приехала целая компания «хохлов» во главе с моим замом по кадрам херсонцем Геннадием Плохенко. Думаю, многие помнят, что со своей работой мы справились отлично.

Карты и дистанции

Здесь, пожалуй, все было сделано «на уровне». Местность под Киевом бедненькая, большого интереса для ориентирования не представляет, но «выжали» из нее все, что можно. Из-за простоты мужская дистанция финала классики стала самой длинной в истории чемпионатов мира – 18.3 км!

Любопытно, что район, где проходили финал длинной дистанции, эстафета и квалификация спринта – «Голосеево», отлично известен нескольким поколениям ориентировщиков, первая карта этого района была нарисована для «Матча городов-героев СССР» в 1973 году.

Микроматч «Украина–Россия».

Снова обращаясь к советским временам, напомню о том, что на чемпионатах СССР соперничество между сборными командами России и Украины всегда было принципиальным.

Предварительные забеги. Посмотрим, кто кого…

Спринт сразу вывел россиян вперед, у них в финале 3 женщины, все украинки «в пролете». У мужчин соотношение 3/2 в пользу России.

На средней дистанции сразу трое украинцев уверенно проходят в следующий раунд и радостно раздают многочисленные интервью. Украинские болельщики уверены, что в финале П.Ушкварок, В.Мухидинов и А.Кратов «порвут соперников, как Жучка грелку»… Россиян в финале только двое. Снова подводят своих почитателей украинские женщины, в финал проходит только ветеран команды, мать двоих детей М.Спасюк. Россиянок в финале двое.

В финале трое россиян и двое хозяев, у женщин паритет 2/2.

Финалы. Родные стены, конечно, помогают, но только очень сильным…

Средняя дистанция. У Вали Новикова бронза, Украина в «трауре», порвать соперников не получилось… Лучший из украинцев П.Ушкварок только 11-й…

Длинная дистанция.. Украинские болельщики приободрились – В.Мухидинов пятый! Впрочем, у соперников повода радоваться значительно больше, у Андрея Храмова серебряная медаль.

Спринт. У украинцев все надежды на своего нового лидера команды П.Ушкварка и многоопытного экс–чемпиона мира Ю.Омельченко.

Всем хорошо известно, что родные стены помогают… Но, только очень сильным… А Паша пока не «очень», и место, поэтому 30-ое. Юра, тот побыстрее оказался, одиннадцатым дистанцию закончил. Россияне в этот день, впрочем, тоже без медалей.

Эстафета. Достаточно было сравнить, как выглядят на старте последнего этапа А.Кратов и В.Новиков, чтобы со стопроцентной уверенностью сказать – шансов на медали у сборной Украины нет. Мандраж, это даже не то состояние, которое, вероятно, испытывал украинец. Обреченность, вот, пожалуй, более подходящее слово. Новиков – другое дело, он лидер, он готов побеждать… Так и получилось, Кратов с очень хорошей позиции спозла на восьмое место, а Валентин на финише вскинул вверх руки, вторая подряд победа российской команды на чемпионатах мира!

У женщин обе команды без медалей, но россиянки на почетном пятом месте, а хозяйки трассы заканчивают дистанцию только десятыми.

«Руководящая» помощь

И это несмотря на то, что украинок лично решил поддержать вице-президент ФСО Украины Е. Фулеров.

Что ему всякие там правила, «феер плей», спортивная этика. Он у себя дома – «хозяин – барин», да и медали общественности обещаны…

Погрузил в свою машину «группу товарищей» и выехал на дистанцию, чтобы ценные указания от имени руководства спортсменкам выдать… А тут, откуда ни возьмись, навстречу ему все тот же вездесущий О.Хольт. И изгнал с позором украинского «руководящего деятеля» из леса. И бейджик «очень важной персоны» отобрал.

А пошел бы Евгений Евгеньевич в лес пешочком, глядишь, и не попался бы. И команда благодаря «ценным указаниям», не десятой финишировала бы, а девятой или даже восьмой… Но как же начальнику пешком, без машины… Не «по понятиям» это.

Великие комбинаторы

По регламенту ЧМ, перед днем отдыха должен был состояться банкет, на котором руководство ИОФ торжественно вручает медали победителям и призерам. Прошел такой банкет и в Киеве. Но… Кто-то очень «деловой» в украинской федерации дал указание торговать билетами на это мероприятие (цена 30 евро) до самой последней минуты. В итоге, желающих посмотреть церемонию награждения и «попить-поесть» оказалось вдвое больше, чем стульев в кафе. Прибавьте сюда отсутствие кондиционера в помещении в 35 градусную жару…

Первыми, быстренько вручив медали и не найдя места за столом, чтобы присесть, с банкета «позорно бежали» руководители ИОФ, за ними спешно потянулись к выходу и все остальные.

Денег, впрочем, не вернули и извиниться тоже не сочли нужным.

Сопутствующие соревнования

Семь лет назад, на чемпионате Европы в Трускавце, украинская федерация проводить такие старты не взялась, проблем и без этого хватало.

В Киеве желание «заработать» победило, и сотни полторы любителей, заплативших по 50 евро, на старты вышли. Выглядели это соревнования достаточно бледно. Деньги организаторы взяли, а вот предоставить качественную услугу не смогли. Да и, как мне показалось, не очень то и старались. Хлопотно это.

Попробуй все упомнить. Забыли, например, в один из дней за спортсменами прислать транспорт на финиш…Ну и что, что люди, закончив дистанцию и не имея возможности даже умыться, вынуждены были топать под палящим солнцем полчаса до трассы и ловить потом проходящие маршрутки, чтобы в Киев уехать. Экзотика зато, запомнят надолго.

А извиниться, как и в случае с банкетом, снова никому и в голову не пришло. Да и зачем? Главное «бабки» снять вовремя…

Маленькое послесловие

Иностранцы – в массе своей люди хорошо воспитанные, поэтому прямых претензий организаторам не предъявляли, понимая, впрочем, что изменить что-либо все равно не удастся. Отдельные граждане, конечно, возмущались…

Спортсмен китайский, например, которого вместе с биотуалетом, в спешке, погрузили в кузов грузовика. Мелкий он, легкий, не заметили. Хорошо, хоть тренер их вмешался, освободил своего спортсмена из неожиданного плена.

Или шведка, которой машина пальцы на ногах переехала, тоже возмущалась и плакала даже. Хотя водитель ей потом доходчиво объяснял, что в Украине, кто на «тачке крутой», тот и главный. А она, наивная, думала, что тротуар – он для пешеходов. Как «у них».

А вообще, они, эти иностранцы, как говорит Михаил Задорнов, – тупые. Им нашей жизни никогда не понять.

Вот поэтому, наверное, несмотря на все наше искреннее украинское гостеприимство, хлеб-соль, горилку и сало, они так домой рвались…

Тьерри Жоржу (Франция)

Впервые молдавский спортсмен участвовал в финале чемпионата мира

В прошлом году Молдавия стала официальным членом ИОФ и получила право участвовать в чемпионате мира. На чемпионат в соседней Украине были посланы 6 мужчин и 2 женщины, но, по мнению президента молдавской федерации ориентирования, их задачей было только смотреть и учиться. Стало неожиданностью, когда Александру Перстнев после блестящего бега в квалификации занял хотя и последнее, но место в финале длинной дистанции. В своем первом финале он показал результат 2.11:56 и финишировал последним. Но при этом ему не хватило всего двух минут, чтобы выиграть у шведа – Никласа Юханссона.

– Было ужасно жарко, и я не мог бежать быстро. Но я ужасно рад, что попал в финал и во время бега был окружен знаменитостями, сказал Александру Перстнев.

– В 11-летнем возрасте он пришел в местный туристский клуб, где среди прочего узнал об ориентировании. Это была зацепка.

– Когда мне было 14, я начал бегать ориентирование, но никогда и не мечтал участвовать в финале чемпионата мира,– говорит он счастливо.

27 августа 1991 года Молдавия вышла из СССР, и вплоть до 2000 года экономическая ситуация в стране была нестабильной. Это сделало трудным развитие спорта. Но в последующие годы экономика Молдавии стабилизировалась, и стало легче заниматься ориентированием.

– Молдавия вышла на новый уровень своего развития в спортивном ориентировании, и теперь у нас в стране есть даже специальные школы ориентирования. Местность наша очень хорошая, но, к сожалению, карты невысокого класса. Поэтому нелегко проводить хорошие тренировки.

Александру Перстнев бежал все дистанции чемпионата, но ему не удалось попасть в финалы спринта и средней дистанции. В эстафете Молдавия финишировала 26-й из 39 стартовавших команд, где Перстнев бежал первый этап.

– Я обязательно буду участвовать в чемпионате мира в Чехии в следующем году. Но, так как мы должны сами платить стартовый взнос, я должен позаботиться о частных спонсорах,– говорит он.

Симона Нигли (Швейцария)

Небольшие штрихи, курьёзы и сюрпризы украинского чемпионата мира

● МАТЬ И ДОЧЬ вместе на стартовой линии чемпионата! Это случай произошёл в команде США. Две спортсменки американской сборной команды Павлина Бротигем (46 лет) и ее дочь Виктория (22 года) вышли на старт чемпионата мира! И хотя ни одной из них не посчастливилось попасть в финал, всё-таки это по-своему уникальное событие. Для Павлины Бротигем это уже второй такой случай, и она уже привыкла к семейным курьезам в связи с мировыми чемпионатами. В 1993 году, во время чемпионата мира в США, болгарка Павлина Генова вышла замуж за американского участника чемпионата Джо Бротигема, свадьбу сыграли прямо на банкете чемпионата.

● Швед Ханс Франссон (35 лет) дебютировал на средней дистанции чемпионата мира на Украине. До этого житель Смоланда (Регион на юге Швеции), воспитанный в клубе Ньюдунг в городе Ветланда, ранее до 2001 года житель Канады, сменил гражданство. Новоявленный гражданин Швеции в этом сезоне был зачислен в национальную команду, а до этого два года был в резерве.

– Честно говоря, я не рассчитывал попасть в финал средней дистанции, даже если бы бежал отлично,– говорит Франссон, показавший 33-е место в квалификации.

● Для спортсмена из Белоруссии Андрея Журавлева суббота 25 августа стала памятным днем. Он бежал последний этап эстафеты в команде Белоруссии – и в это же время его жена родила ребенка. Андрей стал папой маленькой дочки. А как же эстафета? Андрей Журавлев вывел команду на 20-е место.

● Для семьи двукратного чемпиона мира шведа Эмиля Вингстеда этот чемпионат мира стал не совсем удачным. Сопровождающий сына папа Ян Вингстед был ограблен в метро во время пути на открытие чемпионата. Паспорт, деньги, кредитная карта и прочее пропали.

– Целый день меня подвергали допросам, чтобы мне выдать новый паспорт. Первый допрос в отделении полиции, пока не выяснилось, что это не то отделение, затем снова то же самое в другом отделении. Потом мы получили новый паспорт в посольстве,– рассказывает Ян.

– Мы пережили такое, что никто другой не переживал,– продолжает папа Ян.

● На прошлогоднем чемпионате мира спортсмен из Израиля ПАВЕЛ ГВОЗДЕВ закончил все квалификационные старты на 16 месте. Самое обидное было, что в финал выходили только 15 лучших. Но призрак квалификации не сработал на Украине, что улучшило положение команды Израиля. На квалификации спринта он стал 13-м, а длинной дистанции соответственно 7-м. Одна только ошибка произошла на средней дистанции, где Павел Гвоздев стал 25-м. Лучший результат в финале он показал на длинной дистанции, где стал 21-м.

● На квалификации длинной дистанции, от последнего КП до финиша, был очень ТЯЖЕЛЫЙ И КРУТОЙ ПОДЪЕМ. Однако ни один из спортсменов так и не стал самым быстрым на этом отрезке. Самое быстрое время преодоления данного подъёма показал украинский организатор, который, когда заметил, что ослабевает канат, поддерживавший судью-информатора на последнем КП, прыгнул вниз с обрыва, подвязал канат и бросился наверх на финиш со скоростью, которой позавидовала бы самая быстрая бешеная собака.

● САМАЯ СИЛЬНАЯ КАРТИНА чемпионата в Киеве , несмотря на четыре шведских медали, – ужасный вид полностью выжатого Мартина Юханссона на длинной дистанции. Он балансировал на грани потери сознания два часа. Около двух часов бега под палящим солнцем при температуре 38-39 градусов стали чрезмерными для Мартина. Но он был не один, даже если ему было хуже всех. В шведской команде Лина Перссон и Никлас Юханссон были полностью истощены, и бегуны из многих других стран чувствовали себя тоже очень плохо. Кроме того, для финала чемпионата было рекордное число сошедших с дистанции, только 36 мужчин из 43 стартовавших закончили дистанцию. В большинстве случаев бегуны не рисковали полностью выкладываться на жаре.

На финише спринта Симона Нигли (Швейцария) и Хели Юккола (Финляндия)

Пора вводить температурные границы

Вопрос, который давно назрел, следующий: «Кто ответственный за то, что соревнования проводятся в столь предельных условиях?» Может ли сам бегун определить границы, которые он или она способны вынести? Или это должны делать руководители команд стран? Или местные руководители, в данном случае федерация ориентирования Украины? Или Международная федерация ориентирования? Три из пяти последних чемпионатов на длинной дистанции проводились при ненормальной жаре: в Швейцарии в 2003г., в Японии в 2005г. и Украине в 2007 г. Приходиться признать, что температура становится столь же важной составляющей, как бег или техника ориентирования. Мы не можем управлять погодой, но проводить чемпионат в Киеве, на Украине, во второй половине августа – это приглашать бегать в жару. Киевляне говорят, что для них это не неожиданность, это довольно нормальная жара для такого времени. Конечно, можно натренироваться переносить жару, но все же существует граница опасности для здоровья. В этом году граница была перейдена. Для нынешних изменений климата, когда экстремальные погодные явления становятся все более обычными, ИОФ для условий проведения чемпионата должна гарантировать, что когда дело касается климатических крайностей, должны быть нормальные условия, с температурой, не представляющей опасности для участников.

Как тут не вспомнить, что в период от премьеры чемпионата мира в 1966 году и до 1987 года чемпионат проводился в сентябре. И, наверное, простейшее решение заключается в том, чтобы, как можно скорее, ИОФ приняла решение вернуться к тому, с чего начиналось. ИОФ должна взять на себя ответственность за здоровье спортсменов и возвратиться к практике проведения чемпионатов мира в сентябре. В это время года в большинстве стран мирового ориентирования устанавливается благоприятный климат для проведения соревнований.

В лыжном спорте уже давно взята ответственность за здоровье спортсменов и введены границы холода. Для человеческого тела столь же опасна при физической активности сильная жара, как и сильный холод. Вероятно, пришло время ввести температурные границы и летом, прежде всего, для длинной дистанции, с временем прохождения более двух часов. В истории проведения соревнований мирового уровня были случаи, когда соревнования по ориентированию прекращались по причине шторма, грозы или ливня. Например, финал Кубка Мира во Франции, когда организаторы взяли на себя ответственность за безопасность участников, т.к. природой она не гарантировалась.

В следующем году чемпионат мира пройдет в Оломоуце, Чехия, в середине июля. В это время в этом году температура в Оломоуце была 34-35 градусов, и вполне естественно она может быть такой и в будущем. Есть риск повторения нынешней ситуации. Не считайте вышесказанное попыткой оградить от критики выступление шведов на длинной дистанции. У шведов нет шансов, несмотря на погоду. Видеть шведов на пьедестале не помогла бы и другая погода, т.е. если бы была облачность или дождь. Когда наши главные звезды не бегут длинную дистанцию, мы не можем бороться за медали. Но важнее, чем медали – здоровье. Я не хочу видеть таких же картин на следующем чемпионате.

Ола Густафссон,
главный редактор журнала SKOGSSPORT.
Перевод Сергея Серебрякова.

Ориентирование и финансирование

На каждых соревнованиях ЧМ пишется история спортивного ориентирования и создаются прогнозы на будущее. В этот раз ЧМ установил рекорд по числу стран-участниц – их число достигло 42. Впервые приехали ориентировщики из Молдовы, причем уровень их подготовки, особенно у мужчин, был очень высок. Один из молдавских ориентировщиков дошел до финала на длинной дистанции, а эстафетная команда оставила позади себя 20 других команд.

Основным камнем преткновения для всех стал вопрос о финансировании. Трансферный пакет, предложенный организаторами, стоил 80 евро на каждого спортсмена. Однако на практике трансфера как такового не было вовсе. До места проведения соревнований спортсменам приходилось добираться на такси или на метро, а потом на автобусе. Тоже самое было и с банкетом, идеальным стилем одежды для которого подошел бы какой-нибудь банный наряд, так как в помещении не было кондиционера и температура достигала наверное +50 градусов. Банкет был устроен почему-то в середине недели соревнований.

Нельзя не отметить, конечно же, отличное качество карт и дистанций. Здесь украинская сторона постаралась на славу. На классической дистанции видимость и проходимость прогнозировались как хорошие. На самом деле видимость была ограничена, а буйная растительность значительно мешала скорости. Тем не менее, соревнование получилось захватывающим и зрелищным.

Киев приятно удивил нас своим гостеприимством. Очень красивый, зеленый и спокойный город!

Здесь же начал обсуждаться проект соревнований ЧМ -2013. Основным претендентом на их организацию является Швейцария. Австралия и Италия выразили свое желание провести ЧМ на их территории в период 2012-2015. В следующем году ЧМ планируется провести в июле в Чехии, в городе Оломоуц.

Дневник Хели Юккола и Теро Фёра с самой важной недели этого сезона

Хели Юккола – чемпионка мира на длинной дистанции и в эстафете, серебряный призер на средней дистанции.
Теро Феро – серебряный призер на средней дистанции, бронзовый призер в эстафете.

15.08. Пресс-конференция и поездка

Хели, 19.15: Льет, как из ведра. Мы ждем в малюсеньком аэропорту Киева, когда хоть немножко просветлеет, но дождь и не думает униматься. Вне здания аэропорта нет ни единого навеса, автобус стоит далеко, машины на стоянке припаркованы кое-как, и ему не подъехать ближе. Но идти в автобус все-таки надо. Кто-то начинает натягивать на себя дождевики, у кого их нет, снимает с себя максимум одежды, чтобы в автобусе надеть все сухое. Я начинаю лихорадочно прикидывать, что взяла с собой. С ужасом понимаю, что собиралась, рассчитывая на жаркую и сухую погоду – очень предусмотрительно!

20.50. Что мы имеем: в номере нет кондиционера, хотя за него и уплачено. Ладно, наши руководители обещали разобраться с этим уже утром. Понадобится переводчик… Надеюсь, у них все получится. Большая часть обслуживающего персонала гостиницы не понимает ни слова по-английски.

21.40. У меня такое ощущение, что после поездки мои бедные ноги распухли и одеревенели, а впереди еще соревнования. По поводу предстоящих соревнований за последние недели я много передумала, перенервничала, так что теперь осталось вобщем-то только радостное предвкушение.

16.08. Модельная тренировка

Теро, 17.25. Тренировочный маршрут на классической дистанции был знаком еще по лагерям прошлой осени. Мне еще запомнилось, что тогда нас предупредили о недавно найденных в этих местах массовых захоронениях времен Второй мировой войны. По обочине дороги, ведущей к старту, теперь стоят массивные металлические кресты и повязаны яркие платки в память о погибших здесь людях.

Отборочные соревнования.

18.08. Спринт (квалификация).

Теро, 14.48. Отличное место для разминки. Я хотел посмотреть, как мне будет бегаться в новых кроссовках по крутому склону, сильно увлекся. Выбежав на лужайку, я столкнулся с компанией девушек. Похихикали надо мной – видно был уж очень взмыленный. Дальше были приключения в стиле Винни Пуха, когда за мной ринулся целый осиный рой. Омельченко тогда надо мной вдоволь посмеялся, когда я бежал, размахивая руками и воля во все горло! Покусали ли меня? Ну, может немножко. Зато сколько удовольствия я доставил окружающим! Какое отличное впечатление у всех сформировалось о спортивном ориентировании и его особенностях! Ну, теперь вверх по склону, потом вниз.

19.08. Длинная дистанция (квалификация).

Хели, 19.40. Я гуляю рядом с отелем и прохожу мимо старушек, которые продают сушеную рыбу, бутерброды и кофе. На что они живут? Неужели этим можно что-то заработать? У меня возникает желание дать одной старушке хотя бы 10 евро. Ведь эта сумма наверняка превысит ее месячный доход от такой торговли, а для меня всего это всего лишь пару раз зайти выпить кофе. Может, я кого-то могу сделать на мгновение счастливым и поверить в то, что мир не без добрых людей?

20.08. Средняя дистанция (квалификация).

Теро, 9.52. Ушел со старта и направляюсь к первому КП. В конце дорожки виднеются какие-то строения, оттуда надо идти к зеленому КП. Передо мной лачуги бомжей, на крыше одной из них сидит собака. Мне становится не по себе. И это называется чемпионат мира по спортивному ориентированию? Самые главные соревнования для ориентировщика в году, ради выступления на которых он готовится так старательно и долго. А организаторы даже не задумались или не захотели задуматься о том, что ожидает спортсмена на ими же спланированном маршруте. Слишком отвлекся, надо собраться и заниматься своим делом: отметился на первом КП. Ну, хорошо, теперь ко второму.

Хели, 10.03.32. Я потерялась!!! Где я нахожусь? Боже мой, нельзя ж так раскисать прямо перед ЧМ! Вижу Теро. Интересно, он-то хоть знает, куда идти. Все, вроде сориентировалась. Я немножко замедлила темп, но Теро идет вперед, уверенный в себе. Интересно, он бы стал у кого-нибудь спрашивать дорогу, если бы потерялся. Вряд ли, все мужчины такие самоуверенные!

21.08. День отдыха.

Теро, 17.05. После вчерашних забегов теперь на местности полно тропинок! Надо бы посмотреть на свои результаты. Конечно, земля подсохла, бегать стало приятней, результаты выступлений улучшились. Надо сказать, что результаты других ориентировщиков придают мне уверенности в себе. А ноги уже устали и начинают ныть…

22.08. Финал средней дистанции.

Хели, 9.34. Я сижу на старте, слушаю музыку и глажу по сторонам. Сколько интересных и славных людей! Вокруг привычная и приятная предстартовая суета. Но я почему-то начинаю нервничать. Надо что-то делать, тоже посуетиться что ли… Нет, лучше отвлечься, подумать о чем-нибудь, кроме предстоящего забега.

Теро, 12.53.48. Приближаясь к 13-му КП, сначала вижу на маленьком деревце подвешенный украинский флаг. Надо же, он вроде как должен быть сразу за КП. Наверное, это такая подсказка для местных спортсменов, чтоб они не пропустили КП в овраге. Нашелся, отметился, пошел дальше, чем-то рассмешил Вингстедта у финиша.

Хели, 12.40. Ну все, вроде уже все закончилось. Немедленно нужно успокоиться и радоваться медали, замяться, подготовиться к завтрашнему забегу, поесть, попить и т.п. У меня же в голове постоянно крутится пройденный маршрут со всеми нюансами. Надо с кем-нибудь поговорить.

Хели, 12.59.00. Теро хорошо идет. Не могу налюбоваться на выступление Тьерри – такой профессионализм, такое стремление к победе! Новиков, видимо, будет вторым, и Теро уже серебро не светит.

Хели, 12.59.17. Не успеет, не успеет! Валентин, ну куда ты спешишь?! Все равно не успеешь! Ура! У нас уже две серебряные медали!

Теро, 17.30. Теперь начинает напрягать спринт. Было бы так легко пройти всю дистанцию, особенно после классической. Янне (т. тренер) всегда советует нам помнить о главном – смог бы я настолько хорошо сконцентрироваться на этом выступлении, если бы хорошо выступил на спринте?

23.08. Финал длинной дистанции.

Теро, 6.05. После бессонной ночи я встаю на утреннюю пробежку. У Хели тяжелая программа. Она участвует не только в семи соревнованиях, но и во всем, что к ним прилагается. Очень измatывают жара и переезды, сон некрепкий. Во время недели соревнований толком даже не успеваешь прийти в себя от только что пережитых волнений, как уже надо идти на старт для следующего забега.

Хели, 10.20. Неожиданно для всех Яни Лаканен и Марк Лауенштейн не доходят до финала… Травмы и болезни – и лучшие спортсмены оказываются вне игры. У меня в ногах все еще чувствуется усталость. Перед стартом мне удалось себя взять в руки: я чувствую себя спокойной и уверенной.

Теро, 14.30. Ну и денек! Жара под +35 градусов! Деревянные ноги и остекленевший взгляд – ну и видок! Я еще и прилично понервничал, когда ждал Хели на общем КП и финише. На фоне всего этого ошибки на последнем этапе казалась лишь цветочками. Там я потерял драгоценные секунды. Очень расстроился из-за Яни и Марка.

Хели, 23.02. Ну, давайте немного подумаем о жизни… Какая же жара! Где у нас кондиционер? Подушка высокая, спина болит. Теперь холодно. Что ж такое? Мне так хотелось стать чемпионкой мира. Почему же это так для всех важно? От того, что у меня будет золотая медаль, я не стану лучшим ориентировщиком, чем была вчера, например, это точно. Такие соревнования очень изматывают, и физически, и морально. А если б я всего на секунду замешкалась. Всего секунда! И золотая медаль уже у меня в руках!

24.08. День отдыха.

Хели, 12.40. Кофе с булочками для команды и прессы в честь медалистов!

25.08. Эстафета.

Теро, 7.15. Будильник опять застал меня врасплох. Нервы никуда не годятся. Надеюсь, в этот раз я соберусь и не наделаю ошибок.

Хели, 21.20. Катри, умница, сумела все-таки отыскать подходящую одежду для неофициального банкета по случаю окончанию соревнований. Я устала смертельно, но то, что она мне демонстрировала, рассмешило меня до слез. Мы хохотали до упаду, примеряя юбки вместо топов, а топы вместо юбок. Главное, что любая комбинация смотрелась отлично. Мы готовы идти на вечеринку?

26.08. Финал спринта.

Теро, 10.18. Нордберг всегда так старается, но медали ему, наверное, уже не видать. Вот, Матс, вот это молодец! Идет себе уверенно! Жалко только, что в начале все-таки допустил ошибки. Но он действительно делает выступление зрелищным – показывает настоящую борьбу.

Журнал «Сунистая», №8, 2007.
Перевод Марии Куравлевой.

БЕГ ПОЛУНОЧНОГО СОЛНЦА

Чемпионат мира среди ветеранов. Финляндия, Куусамо, 7-14 июля 2007 г.

Сергей Серебряков,
г. Москва.

Финляндия – самая знакомая и доступная из стран дальнего зарубежья для российских ориентировщиков. Не говоря о том, что когда-то она была частью России, сюда и попасть легче всего, и традиционные соревнования FIN-5 давно стали для нас весьма популярными, да и ведущие мастера нашего ориентирования часто выступают за финские клубы. Так что очередной чемпионат мира среди ветеранов, казалось бы, не должен был нести особых сюрпризов и неожиданностей.

Но сюрпризы были, по крайней мере, два. Во-первых, место соревнований: всего 40 км от Северного полярного круга, что означает не просто белые ночи, а незаходящее полуночное солнце. Во-вторых, состав участников: из 4050 человек 2665 – хозяева-финны, а на втором месте впервые оказались мы – 382 человека, опередив Швецию и Норвегию, ранее традиционно доминировавших на этих чемпионатах. Надо сказать, количество россиян, да и близость российской границы (до нее здесь всего 28 км), дали свой результат: все комментарии, помимо финского, шведского и английского, велись и на русском языке, за что мы весьма благодарны организаторам. Приятно и то, что впервые в центре соревнований была реклама путешествия в Россию, в Карелию – полюбоваться дикой природой и старинным крестьянским бытом

Впрочем, красот природы хватало и в самом центре – горнолыжном курорте Рука. Среди бескрайних просторов лесов с многочисленными голубыми озерами возвышается внушительной высоты гора – 493 метра, обильно уснащенная лыжными канатными подъемниками, трамплином и даже металлическим желобом для летнего катания на колесных санках. Вокруг горы по окрестным лесам раскиданы сотни коттеджей, сложенных из могучих бревен без какой-либо отделки, но со всеми удобствами, в том числе с непременной сауной. Зимой здесь раздолье для лыжников, а сейчас – для ориентировщиков. Единственная неприятность – комары, да и погода вначале была весьма неприветливой.

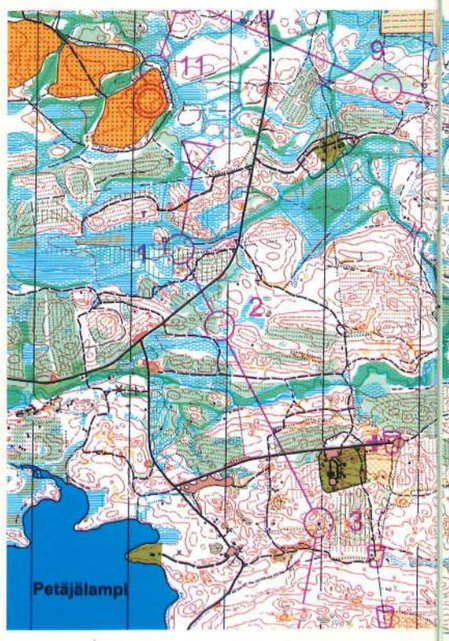
Она добавила романтики в главную «изюминку» предварительных дней – показательные соревнования для всех желающих. Они были необычными – впервые старт давался почти в полночь, при свете полярного солнца, и не где-нибудь, а на самой вершине главной горы Рукатунтури. Кстати, согласно местному путеводителю, в ясную погоду с этой горы видна Россия. Но в эту ночь небо закрыли низкие облака, температура была около 8 градусов, дул пронизывающий ветер. На старт можно было либо пройти пешком по тропам и лестницам, слегка согревшись, либо доехать на канатном подъемнике, выстояв очередь и окончательно продрогнув. Но на самой дистанции согреваешься быстро, тем более что несмотря на расположение финиша на 150 м ниже старта, было несколько внушительных и очень крутых подъемов. Три дистанции – по желанию 6, 4 или 2 км с несколькими вариантами рассеивания доставили участникам массу удовольствия, тем более что по каждой дистанции награждался победитель и двое произвольных участников по лотерее.

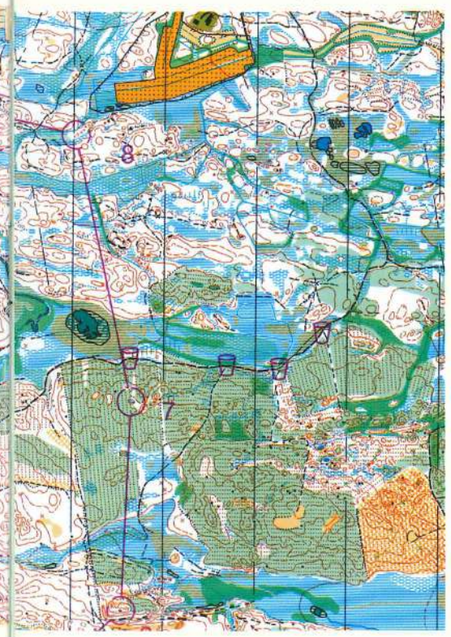
Торжественное открытие состоялось в близлежащем городе Куусамо. Как всегда, шествие по улицам, причем наша команда выделялась обилием флагов, а на стадионе после церемонии открытия во время выступления хореографического ансамбля буквально на несколько секунд выглянуло солнце. Но оно лишь поприветствовало участников, чтобы на следующий день (первый день квалификации) скрыться за плотными дождевыми тучами.

Но дождь для ориентировщика – вещь хотя и неприятная, но естественная и привычная. А вот то, что происходило на старте около полудня, уже ни в какие ворота не лезет. Непостижимо, как аккуратные и педантичные финны могли допустить такой грубейший организационный просчет. Когда я вполне заблаговременно пришел на старт, долго не мог понять, что происходит. Информационного табло со стартовой минутой перед входом на стартовую позицию н е б ы л о. Вернее, оно было где-то в глубине, на второй или третьей линии, и снаружи его почти не было видно. В результате вход на старт напоминал вход в винный магазин во времена горбачевской антиалкогольной кампании. Плотная толпа недоумевающих участников, пробиться через которую почти невозможно. Потом появился какой-то функционер и стал отталкивать всех назад, что-то крича по-фински. Когда я наконец каким-то чудом протиснулся к месту очистки чипов, оказалось, что опоздал на две или три минуты. Хорошо, что хоть правильную карту взял. Когда выбежал на дистанцию, долго не мог из-за стресса войти в карту, лишь ко второму КП все вроде бы встало на свои места.

Местность первого дня не то чтобы слишком сложная, но порой коварная. Скал и камней, столь многочисленных на юге и в центре Финляндии, мало. Зато много «зеленки» (даже «белый» лес порой «зеленоват»), болот и сложного плывучего рельефа. Словом, надо быть предельно внимательным.

Во второй день погода улучшилась, выглянуло солнце. И местность была, так сказать, повеселее – более четкий рельеф, меньше «зеленки», хотя добавилась река с болотистой поймой. А организаторы осознали свою ошибку первого дня и неоднократно приносили извинения участникам, предлагая пострадавшим, вроде меня, подать протест. Но это имело смысл только для претендентов на главный финал А, мой же результат был весьма далек от этого. Старт же на этот раз был организован идеально, с огороженной зоной ожидания и информацией как на табло, так и устно, в том числе по-русски.





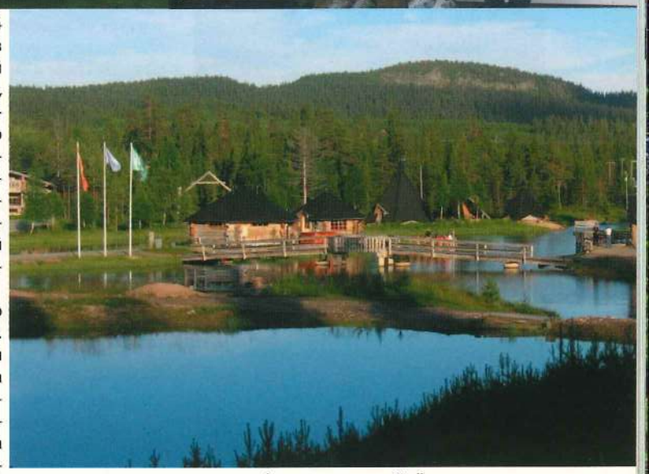
Результаты квалификации были для нас в основном обнадеживающими – довольно много российских спортсменов неплохо выступили и попали в финал А, а Алексей Павилайнен (М35), Александр Афонюшкин (М40), Игорь Захаров (М50) и Светлана Березина (Ж45) даже лидировали в своих подгруппах. Но были и неожиданные провалы явных фаворитов: Владимир Васильев (М60), бывший третьим после первого дня, опустился после второго на 25-е место, Вячеслав Горелов (М55) неудачно выступил в оба дня, но главный «сюрприз» преподнес чемпион Италии-2004 Николай Павлов (М50): заняв в первый день лишь 19-е место, во второй он пропустил КП, приняв за него пункт питания (по-видимому, из-за слишком высокой скорости). Результат – дисквалификация и самый низший из утешительных финалов.

Перед финалом по традиции день отдыха. Его украсила теплая солнечная погода, а для нашей группы – экскурсия в национальный парк Оуланка примерно в 20 км к северу. 12-километровый маршрут «Малое медвежье кольцо» – пожалуй, самый красивый во всей Финляндии. Он идет по берегу реки Киткайоки с великолепными скальными каньонами, бурными порогами, подвесными мостами и 15-метровым водопадом. На всем кольце полно народу, в том числе, конечно, ориентировщиков.

В ветеранских чемпионатах все решает финал. Лидерство в квалификации никоим образом не означает победу, возможны любые неожиданности. Они и случились.

Финальная местность бывает разной. Иногда она значительно сложнее квалификационной, как в Литве-2001, но чаще наоборот. Здесь же она была примерно такой же, разве что добавился участок мелкого сложного рельефа в зеленке. Но увы – для большинства наших финалистов она оказалась роковой. Только двое российских спортсменов поднялись на пьедестал. Единственной нашей чемпионкой стала Ирина Степанова, выигравшая группу Ж55. Серебро по М35 завоевал Игорь Горбатенков. Оба – из Санкт-Петербурга, в прошлом сильнейшие мастера, члены сборной. Ну, а как остальные? Четвертые места достались Наталье Наумовой (Ж35) и Светлане Березиной (Ж45). В десятку сильнейших попали Александра Войтенко (Ж35), Нина Леканова (Ж50) и Светлана Курченкова (Ж55). А у мужчин, кроме Горбатенкова, никто не попал даже в десятку. Уверенно лидировавший по М40 Александр Афонюшкин, единственный призер прошлогоднего чемпионата в Австрии, – лишь 17-й.

В центре победитель по группе ж–55 Степанова И.



Среди победителей надо отметить супружескую пару Янне Салми и Фрони Кёниг-Салми, выигравших группы М35 и Ж35. Впрочем, и у нас такое было в Литве-2001, когда вторые места заняли Иван и Лидия Шороховы. Ну, а вообще больше всего на пьедестале было, разумеется, хозяев-финнов во главе с бессменным старейшиной Эркки Лунтамо, которому исполнилось 93 года. К сожалению, второй «прокол», хоть и не столь серьезный, как первый, хозяева допустили на награждении – оно было невероятно затянуто, несколько раз прерывалось, группы следовали не по порядку, и не в конце, а где-то в середине незаметно прошла церемония передачи флага чемпионата следующему хозяину – Португалии. Кстати, португальцы весьма активно рекламировали свои планы и уже принимали заявки от желающих, которых было много, в том числе россиян.

Чемпионат завершён. Несмотря на погодные и организационные трудности, на неудачи наших ветеранов, он произвел в целом приятное впечатление и надолго останется в нашей памяти. Теперь – до встречи в Португалии!

Фото автора.

ПУТЬ К СОВЕРШЕНСТВУ

Первенство России среди юниоров, юношей и девушек, Пенза, 7-14 августа 2007 г.

Валериан Каленов, Пензенская область, Директор СДЮСШОР № 7

В последние годы Пензенская область нередко становилась местом проведения всероссийских соревнований по спортивному ориентированию. Это обусловлено не только уникальным природным ландшафтом, но и высоким уровнем организации соревнований.

Вот и в начале августа в районе села Никоново проходило первенство России по спортивному ориентированию среди юниоров, юношей и девушек. Организаторами соревнования являлись Федеральное агентство по физической культуре и спорту, федеррация спортивного ориентирования России, Комитет Пензенской области по физической культуре и спорту, ФСО Пензенской области, СДЮСШОР № 7 г.Пензы.

Побороться за победу приехало около 1000 участников со всей страны — от Белгорода до Хабаровска. 56 команд представляли 42 субъекта Российской Федерации. Добрая половина регионов выставила сразу по два, а то и по три коллектива, что подразумевало достаточно серьезный уровень подготовки. Это, в первую очередь, Москва и Санкт-Петербург, а также Башкортостан, Воронеж, Самара, Челябинск, Тамбов, Кемерово, Рязань… Хозяева соревнований тоже решили выступить несколькими командами, в некоторых возрастных группах выставив даже четыре коллектива. Причем, забегая вперед, можно отметить, что порой резервные составы показывали результаты лучшие, нежели основной состав, и это свидетельствует о высокой конкуренции.

Многие региональные федерации позаботились о своих подопечных в финансовом плане, и 400 человек удалось разместить в прекрасно оборудованных корпусах детского лагеря отдыха «Строитель». Расположен он в живописнейшем месте, вокруг грибные и ягодные места, а в центре лагеря находится естественное озеро, что создает неповторимый колорит. Причем не только для отдыха, но и для занятий спортивным ориентированием.

Вторая половина участников разместилась в палаточном лагере. 200 человек также питались в столовой, те же, кто присоединился к палаточному лагерю самостоятельно, готовили еду по-походному, на костре, что придавало дополнительный колорит. Ну, а каждый вечер для тех, у кого после изматывающих тренировок и соревнований еще оставались силы, в «Строителе» устраивались дискотеки.

На церемонии торжественного открытия соревнований организаторы также постарались не ударить в грязь лицом. Сотни разноцветных воздушных шаров создавали праздничную атмосферу, выступали детские творческие коллективы, и конечно же не обошлось без традиционного подношения хлеба-соли.

К слову, место проведения Первенства России было выбрано не случайно. Окружающий ландшафт как нельзя более подходил для соревнований. Использовались два типа местности: пойма с участками микрорельефа в хвойном лесу и склон с участками микрорельефа в смешанном лесу.

Участники соревновались в различных дисциплинах –«кросс», «спринт», «классика», «выбор», «эстафета». Учитывался как командный, так и личный результат. На соревнованиях этого уровня первый раз была программа такой сложности. В личные дни пришлось проводить сразу два старта в один день - выбор и спринт. А первые три дня проводились разноэтапные эстафеты. И самая трудная, порой незаметная работа легла на плечи пензенской судейской бригады СДСШОР № 7 г. Пензы. Организация старта и финиша, открытие соревнований и награждение победителей, компьютерное обеспечение, – все это выполняли сотрудники спортшколы.

Что же касается карт, то здесь организаторам пришлось даже допечатывать тираж: участников приехало куда больше, чем предполагалось изначально. Но и с этой задачей удалось справиться.

Соревнования проходили в бескомпромиссной, напряженной борьбе. В первый день спортсмены бежали смешанную эстафету, четыре этапа. Организаторы постарались сделать ее интересной, проложив по территории лагеря. Вообще все эстафеты и кросс проходили по территории лагеря. В итоге за всеми перипетиями борьбы могли наблюдать и другие участники, и их тренеры, и обслуживающий персонал «Строителя», для которого все это было в диковинку.

Приятной неожиданностью стала победа Тюменской команды по группе МЖ14, в той же дисциплине по группе МЖ16 победителем стала команда Московской области. В группе МЖ18 доминировали спортсмены из Москвы, а в группе МЖ20 – команда из Татарстана.

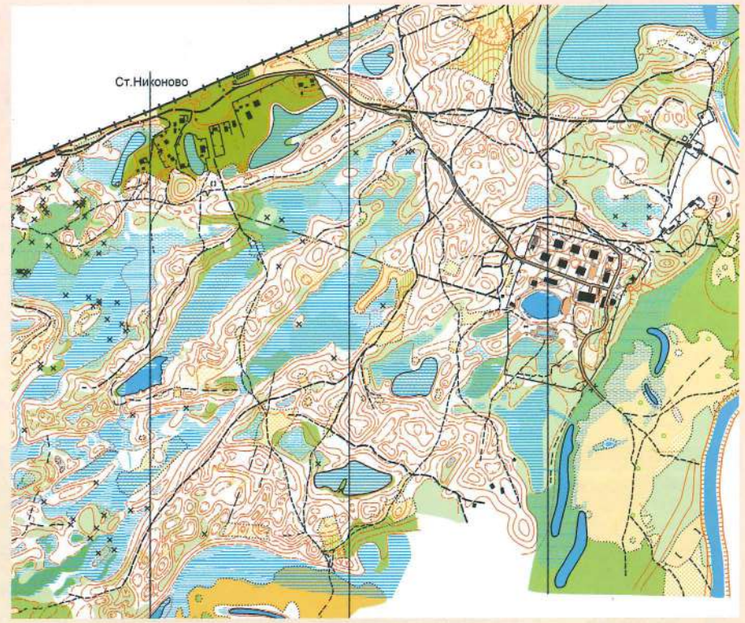
Интересно проходили соревнования и в двухэтапной эстафете. В М14 первой стала команда Пензенской области, в М16 — Краснодарского края, в М18 опять первенствовали хозяева соревнований – пензенцы, а в группе М20 — ребята из Приморского края.

У девушек команда Москвы была первой в группае Ж14 . В Ж16 победа досталась хабаровским спортсменкам. Добавим, что сборная команда 16-летних пензенских ориентировщиц (Родионова Ксения, Дарья Масленникова) сумела занять третье место. В группе Ж18 первой стала команда Ленинградской области, в ж20 – девушки Московской области.

Драматично складывалась борьба в трехэтапных эстафетах. Здесь хочется рассказать о девчонках из Республики Татарстан (группа Ж16), которые не вошли в число призеров, а заняли почетное четвертое место. Буквально с самого начала дистанции Сабирова Алина потеряла кроссовок и всю дистанцию, преодолевая боль, изнуряющую жару, боролась за результат и сама с собой. Преодолев финишную черту, слезы огорчения и отчаяния полились из глаз Алины. Ведь всего 3 секунды проиграла она спортсменкам из Смоленской области. Но такой достойный проигрыш иногда бывает лучше любого призового места. Именно из таких девчонок и мальчишек вырастают настоящие спортсмены – гордость нашего российского спорта.

Спринт — самая скоростная дисциплина. Незначительные ошибки отбрасывали далеко назад в протоколе. В группе Ж18 на финише все решали секунды. Первой закончила дистанцию представительница Москвы Жердева Ольга с результатом 15 минут 22 секунды. Всего одну секунду уступила ей Сухова Надежда из Московской области, а той, в свою очередь, проиграла Третьякова Ксения из команды Пермского края, занявшая третье место. В группе Ж20 финишный спурт принес победу Попович Екатерине из Новгородской области, а второе место разделили две спортсменки – Терехова Екатерина (Москва) и Трапезникова Алена (Хабаровский край), которые пришли к финишу с одинаковым результатом 19 секунд 12 минут.

В группе М16 первенствовал Нелюбин Александр из Орловской области, а у девушек в



этом возрасте победу одержала представительница Санкт-Петербурга Яковлева Мария.

Не стал неожиданным результат в дисциплине «выбор» в группе М14. Здесь первое место занял хозяин трассы Танцерев Максим с результатом 9 минут 28 секунд. А в группе М20 так же победил воспитанник пензенской школы Романов Александр, который выполнил норматив Мастера спорта. Достойно с ним боролся Памеев Александр из Рязанской области, ставший вторым в этой дисциплине.

Многие дисциплины оказались сложными для участников из-за очень жаркой сухой погоды. Особенно нелегко приходилось стартовавшим второй половине участникам списочного состава. Ведь столбик термометра доходил в дневное время до 38 градусов. Но самых отчаянных ничто не останавливало.

После каждого соревновательного дня проходило награждение победителей. Спортсменов награждали дипломами и медалями Росспорта. По инициативе организаторов (СДЮСШОР № 7 г. Пензы) всех «золотых» победителей наградили призами. А занявших первые места во всех эстафетах — кубками.

Но еще большим успехом является то, что организаторам удалось провести эти соревнования на высоком уровне. А хотелось бы также отметить, что молодежный спорт, и спортивное ориентирование в частности, — это не только секунды, очки, медали, но и путь к физическому совершенству подрастающего поколения. Именно это обозначено в проекте развития ориентирования в Пензенской области, который разработали ещё в 2000-м году председатель ФСО Пензенской области Овчинников Николай Сергеевич, вице-президенты ФСО России Елизаров Виктор Леонидович и Янин Юрий Брониславович. Этот проект успешно воплощается в жизнь.

Анализ проведения официальных юношеских соревнований

Все мы – и организаторы, и судьи, и спортсмены, и тренеры, конечно же хотим, чтобы соревнования (особенно всероссийские) проходили на самом высоком уровне. Организаторы всегда стараются, но не всегда все получается,– по разным причинам. Хотя часто можно избежать проблемы, заранее проведя анализ прошедших соревнований, разобрав ошибки и недочеты прошлых лет.

Основным источником для анализа вроде бы должен стать отчет о соревнованиях, поступающий в ФСО России. Однако за три года в должности председателя коллегии судей ФСО России я убедилась, что они не служат таким источником. Даже вовремя сданные отчеты не содержат реального анализа возникавших проблем, ошибочных и положительных решений, а написаны очень формально. Из этих отчетов невозможно вытянуть другой информации, кроме состава участников (и то не всегда). Да и ни у кого из организаторов не возникает желания познакомиться с официальным отчетом аналогичных соревнований за предыдущие годы.

Но ведь, как у спортсмена на дистанции, так и у организаторов соревнований ошибки и проколы есть всегда. Иногда крупные, иногда мелкие, иногда – по независящим причинам. Мне кажется, будет правильным анализировать и обсуждать эти ошибки. Не только в укор организаторам, проведшим соревнования – им всегда хочется сказать спасибо уже за то, что они берутся за столь тяжелое и неблагодарное дело. А для того, чтобы последующие организаторы могли учесть негативный опыт и не «наступать на те же грабли».

В этой статье хочется рассмотреть некоторые проблемы проведения трех соревнований примерно одного уровня, прошедшие во второй половине лета.

А. Тремпольцев, Москва

В. Мендель, Московская область

О. Мухина, Москва

В. Урванцев, Санкт-Петербург

С. Слободник, Москва

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ,

ВОРОНЕЖ, 23–29июля 2007 г., 644 участника из 33 субъектов Российской Федерации

Александр Свирь, Воронежская область, организатор Первенства России среди учащихся

Вадим Георгиевич Урванцев:

Что удалось организаторам – праздничная атмосфера на соревнованиях, чему способствовала и хорошая, солнечная погода.

Что не удалось (но это и не зависит от организаторов) – местность, которая очень непростая для младших групп. Здесь умение читать рельеф должно быть достаточно специфическим. Рельеф низкий, плоский, плохо виден, хотя и хорошо нарисован. Старшие после первого дня вырабатывают свой стиль работы на такой местности, а младшие чувствуют себя очень неуютно, ведь в 14 группе бегут и 13-ти и 12-ти летние ребята.

Сокол Гершевич Слободник:

Общая организация судейства соревнований в Воронеже хорошая, замечаний нет. А.В.Свирь умеет проводить соревнования. Но по дистанциям есть небольшие замечания. Некоторые точки пунктов в Воронеже (в «зеленке») слишком сложны для детей, особенно для младших групп. Незначительное отклонение от азимута при отсутствии привязок и в ограниченной видимости приводит к хаотичному поиску пункта и в итоге – к лотерее. А лотерея (когда один долго не может взять КП, а другой берет по спине первого) – это одно из проявлений спортивной несправедливости службы дистанции по отношению к спортсменам.

Владимир Николаевич Мендель:

Если сравнить с тем, что было в Тамбове два года назад и в предыдущие годы здесь же в Воронеже, то мне показалось – сделан маленький шажок назад. В организационном плане много мелких неувязок. Явно не дорабатывала комендантская бригада. Например, стартовый коридор эстафеты плохо продуман и неподготовлен.

Основную проблему можно сформулировать так: при хорошо спланированных дистанциях **не продумана система стыковки зоны дистанций с зонами расположения и прохода участников и зрителей.** Обычно на крупных соревнованиях очень тщательно расписывается и заранее просматривается на месте – откуда и куда будут проходить и пробегать участники, где можно и где нельзя находиться тренерам и зрителям, откуда и что видно и так далее. Чтобы все было и не в ущерб дистанции, и удобным для участников, и зрелищным для болельщиков. Здесь, к сожалению, этого сделано не было.

Общее впечатление – слабовато для такого уровня соревнований. Может быть, это из-за того, что судейская бригада – молодежная, они ее обкатывают. Это правильно, но вот подстраховочных вариантов, чтобы вовремя прикрыть огрехи, не было.

О квалификации и о выборе

В.У.: На этих соревнованиях очень неровный состав участников (и новички, и опытные спортсмены) – разброс в протоколах значителен, это показывает, что не все справляются с дистанцией. Вероятно, должны быть **две группы после квалификации:** одна для сильнейших, другая – для тех, кто не прошел квалификацию, с маленькой лазеечкой, например для призеров второго дня, перейти в группу «А» хотя бы на последний день. И дистанции должны существенно отличаться по классу.

Ольга Николаевна Мухина: Если проводить деление на группы «А» и «В» на основании соревнований в первый день, насколько реальна и справедлива квалификация именно «по выбору»? Ведь выбор – это самая сложная дистанция, особенно для детей, потому что к обычной работе по нахождению и реализации варианта на перегонах добавляется необходимость быстрой оценки оптимального порядка прохождения.

В.У. При раздельном старте – вполне нормально проводить квалификацию по выбору. Правда, должна быть специфическая планировка. Здесь на выборе, кстати, планировка была неплохая, но для младших групп получилось маловато. Жалко тратить целый день на 8-10 минут бега. Да и цена ошибки в этом случае сильно возрастает. Если же победители всех групп будут бежать по 23-25 минут, тогда почти все достойные отберутся и по выбору. Еще, для справедливости соревнований, может быть, **стоит отказаться на «выборе» от электронной отметки 21 века** и вернуться к карточкам и компостерам. Многие участники либо не добирают КП, либо берут лишние.

Также надо подумать об утечке информации, иначе уже после часа старта все участники знают об оптимальном выборе, и стартуют уже с заранее намеченным порядком прохождения.

В.М.: На «выборе» в Воронеже, в отличие от спринта, участники беспрепятственно могли выходить в зону дистанции до и после своего старта, имели возможность даже пройти дистанцию со спортсменами своей команды, стартующими ранее. Да и сплиты дистанции по выбору, выданные сразу на финише, это прямая утечка информации.

О.М.: В отличие от других видов программы, когда для каждой группы можно поставить абсолютно разные КП, на «выборе» – на любой пункт могут прибежать все участники (от 600 и более). Тропы на выборе образуются между каждой парой пунктов, задача у стартующих в конце – всего лишь на КП развернуться в нужную сторону и встать на подходящую тропу. Да и утечка информации идет не только внутри группы.

В.У.: Возможно, стоит проводить квалификационные забеги с разными пунктами. Если карта имеет достаточную площадь, можно разделить ее на части, немного перекрывающие друг друга, чтобы старт и финиш был на каждой.

В.М.: На своих (городских, районных) соревнованиях мы часто делаем по-другому. В лесу стоит много КП, а на картах конкретной группы нанесены не все. Участник должен выбирать именно из своих контрольных пунктов, а не просто метаться по лесу и собирать все КП, которые увидел.

О.М.: Интересный вариант, но как быть с нарушением правил? По п.10.3. «На карту, выдаваемую участнику, наносят: старт, **все КП, имеющиеся в районе** с их обозначениями, финиш».

В.М.: Если этот пункт правил обойти нельзя, тогда можно разрезать карту и одни группы пустить в один район, другие – в другой. Еще хотелось бы, чтобы на «выборе» старт был как можно ближе к центру (финишу), тогда у спортсменов значительно больше вариантов и оптимальный сразу не просчитывается. Здесь в этом плане был хороший выбор.

О.М.: Предлагаемое деление на группы «А» и «В» можно проводить или по итогам первого дня соревнований, или для каждой дистанции (как на ЧМ). Как более правильно?

В.У.: Конечно, идеально было бы по всем дистанциям проводить квалификацию. Но это колоссальная дополнительная нагрузка на организаторов.

В.М.: Мне кажется, что несправедливо будет делить спортсменов на группы «А» и «В» только по одному общему «выбору». Слишком велика вероятность утечки информации. Лучше, если и «выбор», и «спринт» проводятся с полуфинальными забегами и финалом. Финалы можно проводить во второй половине дня. Тогда на «классику», более длинную дистанцию, финал «А» можно сформировать, учитывая, как финал «выбора», так и финал спринта.

Про эстафеты

В.У.: А вот эстафету не надо делить на группы, но делать ее надо под слабейших! Здесь (в Воронеже) получились интересные дистанции в эстафете, с удачным рассевом (кстати, рассев редко бывает таким хорошим). Однако заметно желание спланировать «посложнее». Сейчас разрывы очень велики в эстафете – даже у старших, опытных. Мало у каких территорий есть ровный состав участников, достаточно одного послабее – и команда вываливается из борьбы иногда уже после первого этапа. Эстафета должна быть проще, за счет 3-х этапов сильнейшие все равно выиграют.

В.М.: Эстафеты должны быть короткими и простыми. Надо более жестко подходить к планированию и инспекции дистанций для них. Эстафета интересна, когда она быстрая, борьба команд должна быть очной. А если между командами разрыв 10-15 минут, смысл борьбы пропадает.

О.М.: А насколько правильна **нынешняя система проведения эстафет?** Сейчас организаторы стараются запустить в лес все группы как можно быстрее и компактнее. Даже когда финиш принимается чипом – часто в зоне передачи образуется толпа. Может, стоит проводить эстафеты раздельно – делить всех участников хотя бы на две части. Например, делать эстафету для старших – с 10 до 12, а для младших с 12. Ведь на чемпионатах мира (ЧМ) – эстафеты всегда проводят в разное время для мужчин и для женщин.

В.М.: Действительно, в эстафетах зрелищность низкая, да и по номеру неудобно вычислять, из какой группы подбегающий участник. Считаю вполне целесообразным раздельное проведение эстафет, но это возможно, если дистанции будут короче и проще.

В.У.: Только эстафету надо делать не в последний день. В этом случае – вариант хороший. Получаем дополнительных зрителей, да и дети заняты дольше, что немаловажно.

О спринте

С.С.: Отдельно хочется сказать **о постановке дисциплины «спринт».** Ведь на первенстве Европы в Венгрии наша команда его проиграла. В Пензе была неплохая, нормальная дистанция – но это не спринт, а просто укороченная «классика». А в Тольятти – слишком примитивно: чуть-чуть пробегаешь по направлению, и следующий КП уже виден. (Сам я не бегал в Тольятти, но говорю это со слов А.Г. Тремпольцева.) В Воронеже был хороший «спринт», поставленный уже с учетом международного опыта, хотя идеология не до конца выдержана. Дистанции были интересными, с резкой сменой направления, с отвлекающими элементами, от спортсменов требовались концентрация внимания, скоростное мышление. Но с другой стороны – несколько раз заводили во вторую «зеленку» и в ней ставили КП в микроямки. Все та же лотерея!

Воронеж. Тренеры и судьи оберегают участников в стартовом коридоре.

фото О. Мухиной

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ СРЕДИ ЮНИОРОВ, ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК,

ПЕНЗА, 7-15 августа 2007 г., 835 участников из 41 субъекта Российской Федерации

Валериан Каленов, Пензенская область, организатор Первенства России среди юниоров, юношей и девушек

Александр Геннадьевич Тремпольцев: Соревнования в Пензе – главные лично-командные юношеские соревнования сезона, самые значимые и престижные. На этих соревнованиях было два блока: эстафетная и личная части программы. Для эстафетной программы была предложена довольно интересная и разнообразная местность: две ландшафтные зоны, пойменная с «зеленкой», сосновый лес, много болот с довольно тяжелой проходимостью.

Но вот для индивидуальной программы местность выбрана не совсем удачно. Хотя специально для соревнований был нарисован новый кусок карты – местность слабенькая, делать там особо нечего. Молодой сосновый лес почти весь проходился напрямую. Пути победителей (которые, кстати, в Пензе все время вывешивались – **это большой плюс организаторам!**) практически совпадали с красными линиями. Скорости у участников сумасшедшие, даже мелкие погрешности влияли на результат. Все-таки, местность на первенстве России **должна соответствовать ориентированию, а не просто кроссу!** Если элементы случайности не компенсируются ориентированием, то увеличивается лотерейность дистанции.

Еще хочется сказать о командном зачете, хотя непосредственно к организации это отношения не имеет. В командный зачет должны идти не только эстафеты, но и результаты индивидуальной программы.

С.С.: Организаторам (и Пензы, и Тольятти – особенно!) хочется пожелать – проверяйте сами те дистанции, которые предлагаете детям. Причем проверять надо не только точки КП (как это обычно делается), а проходить именно перегоны! В Пензе одну девочку за руки из болота вытаскивали – разве это нормально?

О.М.: А кто должен проверять дистанции? Ведь по действующим правилам – «дистанции классов КМС, 1-го разряда и массовых разрядов, как правило, не инспектируются» – п.39.4. Кроме того, ни инструкция, ни методика инспектирования не требуют от инспектора обязательного прохождения всех перегонов.

С.С.: Не знаю, кто, но надзор должен быть. Я говорю с позиции тренера и человека, а не с формальной позиции документа. Инспектировать (проверять) нужно все соревнования, включенные в календарь, детские в первую очередь, с точки зрения безопасности и здоровья.

Не могу также не отметить проявление спортивной несправедливости – на длинном перегоне одной из групп была явная провокация. Оптимальный путь проходил по узкой тропе через болото, но мимо хутора. По требованию жителей этот район закрыли. Поставили судью – но он не смог записать всех нарушителей, поэтому никого не сняли и результаты не аннулированы, несмотря на поданные протесты. В итоге, те команды, кто нарушил запрет, оказались в выигрышном положении! Результаты необъективны. Как же можно детей воспитывать на таких примерах?

Наверняка можно было придумать другие решения. Например, маркированный участок для обязательного прохождения, с дополнительным КП (и, соответственно, станцией) в конце участка.

А.Т.: Но в целом соревнования в Пензе организованы очень хорошо. **Работа секретариата** (главный секретарь Е.Н.Чеснокова) **была идеальной.** Подобной организации работы даже не припомню. Все делалось своевременно, четко, быстро и доброжелательно! Обязательства, взятые на себя, выполнялись именно в то время, когда назначено, по всем вопросам секретари старались идти навстречу. Все судейские бригады были укомплектованы с запасом, работало много молодых судей, воспитанников Пензенской спортшколы.

И вообще, надо отдать должное В.В.Каленову, как организатору. Он создал очень хороший как тренерский, так и организаторский блок в спортивной школе. Все знают свои функции, занимаются своей работой, а в итоге школа не только тренирует спортсменов, но и проводит много крупных соревнований (и не только по ориентированию).

О.М.: Московской «Ориенте» есть что позаимствовать?

А.Т.: Да, конечно. Многим, и нам тоже, стоит позавидовать и поучиться такой организации.

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ СРЕДИ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ,

ТОЛЬЯТТИ, 17–25 августа 2007 г., 695 участников из 28 субъектов Российской Федерации

Сергей Лысенков, Самарская область, Тольятти, организатор Первенства России среди спортивных школ

А.Т.: Местность в Тольятти выбрана удачно, она была намного серьезней, чем второй блок в Пензе. Все шесть дней соревнований было разнообразие: и пойма, и большой склон, и пологий склон с висячими лощинами. Для проведения соревнований – это большой плюс.

Но вот в плане планировки – большой жирный минус: в Тольятти заместителем главного судьи по СТО был Г.Яшпатров, который в первую очередь – составитель карт, а здесь выполнял явно не свою работу. У него нет достаточной практики работы именно как зам. по СТО. Были очень большие проблемы с планировкой, очень много проколов именно в службе дистанции.

В Тольятти был и завышенный километраж, и неправильные параметры дистанций, и существенные отличия от ожидаемого времени победителей, и необоснованное количество пересечений болот (почти непреодолимые, с абрисом, но везде провокация на прямое прохождение), и жуткие склоны по вырубкам в 30-40 – градусную жару. Сокращение и перепланировка дистанций в процессе проведения соревнований привели к грубым ошибкам. Два старта были просто сорваны, из-за того, что не стояли контрольные пункты. В итоге у многих участников сложилось мнение, что местность совсем не подходящая, что нельзя на ней проводить соревнования. Хотя местность тут ни при чем, а есть существенные недостатки планирования дистанций.

С.С.: Хочется сказать о планировании дистанций с учетом возрастных особенностей. Об этом часто говорят но обычно на всех соревнованиях (как на рассматриваемых трех) дистанции для детей выглядят просто как укороченная элита. Даже на нулевых дистанциях (заявленных как новичковые) используются контрольные пункты, предлагаемые и остальным группам. Только в Тольятти предложены **наиболее удачные** и соответствующие возрасту **дистанции для групп МЖ 12.**

А вот по поводу болот – это просто безобразие. **Женщин НЕЛЬЗЯ заводить в такие болота!** Всегда должен существовать разумный вариант обхода, чего здесь не было. Как можно заставлять девушек преодолевать болота по грудь? (Особенно в критические дни – **О.М.**)

У болот с открытой водой есть еще одна опасность: на болотной траве живут микроорганизмы, вызывающие кожные заболевания в случае даже незначительных повреждений кожи. У нескольких наших ребят в Тольятти возникли проблемы с кожей, и только в Москве, у специалистов, мы выяснили причину.

А.Т.: К сожалению, со стороны общей организации в Тольятти было много проколов. Основная проблема Тольятти – это, по сути, проблема С.И.Лысенкова: он не очень умеет привлекать судей, в итоге заметна **недостаточная укомплектованность судейских бригад.** Существенная характеристика любого главного судьи – как ты умеешь организовать работу, договориться с кадрами и «повесить» на них эту работу. Понятно, что в Тольятти мало своих судей. Но даже с учетом приглашенных из других регионов их было недостаточно. Нельзя провести первенство России бригадой в 10 человек. Здесь не спасало даже то, что в бригадах были судьи высокой квалификации, большие работяги, – их просто не хватало на такое количество участников.

С.С.: Из-за нехватки судей в Тольятти постоянно были и задержки стартов, и задержки награждения, и запаздывание текущей информации.

А.Т.: Сергей Иванович, конечно, молодец, он всегда вкладывает душу в соревнования, всегда хочет провести хорошо для участников, учреждает дополнительные призы, кубки. В этом ему надо отдать должное: как человек, который болеет за ориентирование, он делает все от чистого сердца, переживает, если что-то не получается. Но этого маловато. Пробелы взаимоотношений с судьями и их недостаток заканчиваются обычно тем, что он сам начинает «влезать» в работу конкретных служб, а это в свою очередь, приводит к ошибкам, задержкам и негативным эмоциям. Такая система работы часто складывается и у нас в Москве, и в других регионах России, и никогда ничем хорошим не кончается, ведь главный судья не может все сам успеть.

Но, тем не менее, я не считаю, что в Тольятти «все плохо и не надо туда больше ездить», как некоторые говорят. Мы ездили в Тольятти и раньше, и дальше будем ездить. Сейчас были определенные сдвиги по сравнению с прошлым годом: и функции судейские лучше распределены, и судей несколько больше. Но пока этого не достаточно, кадровый вопрос надо решать.

Про спортивную справедливость

А.Т.: Еще о спортивной справедливости. Надо отдать должное Лысенкову, он не побоялся взять на себя ответственность, извинился и аннулировал результаты соревнований там, где были грубые ошибки службы дистанции (в один день не было КП, в другой – КП стоял не там).

К сожалению, в последнее время сложилась практика, когда организаторы редко признают свои ошибки. Обычно говорят: «Пишите протест». А потом еще придираются к формальностям, отклоняют его потому, что протест неправильно составлен. Ведь бывают очевидные моменты: есть прокол, результаты не справедливы, их нельзя включать в командный зачет, учитывать в отбор, просто нельзя награждать. Но результаты остаются. А Лысенков правильно все сделал: признал ошибки, извинился, аннулировал результаты.

С.С.: Вообще-то правильным было и взносы вернуть, как это принято за рубежом.

О.М.: Наверное, в первую очередь из-за таких претензий о возврате взносов организаторы и не идут на аннулирование результатов – даже в очевидных случаях.

А.Т.: Да, конечно. Участники пострадали – но ничего взамен не получили: ни места, ни разряда, ни возврата денег, причем не получили все. А если не аннулировать – некоторые останутся довольными. Но это просто «замазывание», а не решение проблемы. Если дистанция стоит неправильно, нечестно – справедливости не может быть.

О.М.: Действительно, справедливость – базовое понятие любого вида спорта. Но ведь есть другие варианты. Электронная отметка позволяет выкинуть (вычесть) перегоны до и после неправильно стоящего пункта из результатов всех участников. Будет такое решение справедливым?

А.Т.: Перегон можно отнять, но как учесть потраченные силы, когда участник пять, или десять, или двадцать минут лазил по болоту (по склону), в жару. Некоторые спортсмены просто перестают или уже не могут бежать дальше.

О.М.: А если считать финиш на данной дистанции на последнем правильно стоявшем пункте (искусственно укоротить дистанцию). Так сделали в Уфе в прошлом году. Будет ли такое решение более справедливым, чем аннулирование дистанции? Ведь участники бежали, старались – не обидно разве, когда совсем уж зря?

С.С.: Ну, может быть, если спортсмены прошли более половины дистанции.

А.Т.: Это более справедливый вариант, более разумный. Все, что идет после неправильно стоящего КП, не должно учитываться. Но и такое решение все равно несправедливо. Кто-то рассчитывает и раскладывает силы на всю дистанцию, а кто-то бежит ва-банк, изо всех сил со старта, не думая о том, что до финиша их может не хватить.

Единственный справедливый вариант, хотя и неприятный – аннулирование результатов.

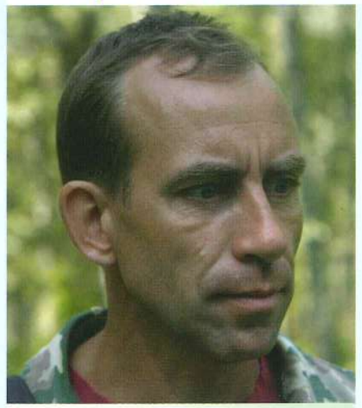
О.М.: Но тогда в правила надо включить пункт такого содержания: «Если на дистанции не стоит пункт или пункт стоит неправильно, то результаты на этой дистанции должны (или могут быть) аннулированы». Ведь сейчас нет никакого основания для принятия такого справедливого решения.

А.Т.: Ну конечно! **Если пункт не стоит или стоит не там, то дистанции нет!** Организаторы не должны иметь права утверждать результаты, классифицировать, награждать. И для этого не должно требоваться никаких протестов Это обязательно надо добавлять в правила! Надо за этот пункт бороться.

А пока такого пункта в правилах нет – хорошо, что есть хотя бы прецендент. В будущем в аналогичных случаях (не дай Бог!) организаторам есть за что «цепляться»: вот Лысенков честный мужик, правильно поступил, признал свои ошибки, принял справедливое решение.

Материал подготовила
Ольга Мухина.

Игорь Леонтьев: о картах, об ориентировании, о себе



Игорь Леонтьев,
Тамбовская область,
составитель спортивных карт

Игорь Васильевич Леонтьев начал заниматься спортивным ориентированием в 1981 году, в секции при заводе «Алмаз» г. Котовск Тамбовской области у тренеров Александра Михайловича Андреев и Зои Ивановны Локтионовой. Деятельность в спортивной картографии начал в 1991 году. В настоящее время на проведение полевых работ по подготовке спортивных карт в течение года тратит до 200 дней, за это время успевает нарисовать карт на площадь до 20-25 квадратных километров. В остальное время занимается подготовкой и проведением зимних и летних соревнований. Начиная с 1995 г., принимает участие в подготовке и проведении чемпионатов и первенств России. В 2002 г. был инспектором ФСО России на Финале Кубка Мира по спортивному ориентированию в г. Кыштым Челябинской области, в 2007 г. работал в бригаде службы дистанции на чемпионате мира в Московской области. Спортивные карты готовил в следующих местах: Тамбовская , Воронежская, Липецкая, Орловская, Белгородская, Брянская, Курская, Рязанская, Московская, Псковская, Тверская, Новгородская, Челябинская, Самарская, Пензенская области, Республика Башкортостан, Ставропольский край, Италия.

То, что оставило впечатления навсегда

Летом 1991г. Тамбовской областной федерации спортивного ориентирования поручили проведение Всесоюзных соревнований ветеранов 1992 г. Нас не испугали ушедшие в историю события августа 1991 г., а лишь огорчили – статус соревнований изменился со Всесоюзных на Всероссийские соревнования ветеранов – «Азимут -92». И вот наша бригада в составе: Александр Михалев, Игорь Леонтьев, Владимир Головачев, Андрей Баранов, Владимир Комбаров (все из города Котовска), Виктор Дьячков (Тамбов) приступила к работе. Вооруженные новыми знаниями о построении ходов съемочного обоснования (планового и высотного), которые были привезены с семинара в Алоле 1989 г., мы ринулись в окрестности села Тулиновка. Руководитель бригады Александр Михалев ходил со скломером и вел высотные измерения, а Владимир Головачев и я составляли план.

Все работы проходили с душевным подъемом. Дружеская обстановка в бригаде позволяла делиться опытом и помогать друг другу во всем. Большинство из нас были студентами, и когда наступила пора учиться, мы выбирали: ехать в лес или на учебу. Два-три дня в неделю отдавали лесу, остальное учебе. Несколько раз меня на автовокзале во время занятий видел заместитель декана факультета. Он отправлялся за грибами, а мы на работу. Так как я хорошо справлялся с учебными нагрузками, то проблем с преподавателями не было. А во время осенних школьных каникул мы всем составом заехали в Тулиновку на базу и работали от зари до зари. Зимой мы с Александром Михалевым чертили издательские оригиналы рапидографами, которые для нас специально в Тамбов передал Виктор Трунов, за что мы были ему очень благодарны. Чертить пером крайне затруднительно, и кто знает, как чертить пером или рапидографом, тот поймет.

Как начинал рисовать спортивные карты

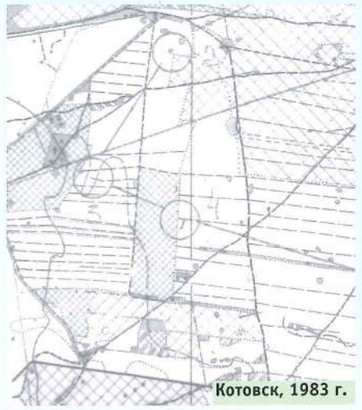
Первые опыты по подготовке спортивных карт у меня начались в 1983 г. Моими наставниками стали опытные ориентировщики города Котовска: Юрий Данильшев, Александр Андреев, Александр Михалев. Первая моя работа увидела свет весной 1984 года. По чернобелому фотоотпечатку 20х15 сантиметров провели первенство города Котовска – «Приз «Подснежник». В том же году я закончил школу.

Толчком к сознательной деятельности стал ряд событий, которые я считаю отправными точками в своей работе. Весной 1989 года города Тамбов и Котовск посетил Юрий Янин, он смотрел местность и наши первые карты. После общения с ним, руководитель городской федерации Сергей Щукин нашел возможность отправить Михалева Александра и меня на семинар в Псковскую область на туристическую базу «Алоль». Мы ехали и переживали – ответственное мероприятие, справимся мы или нет. Там же собираются лучшие специалисты со всей страны. И вот приехали…

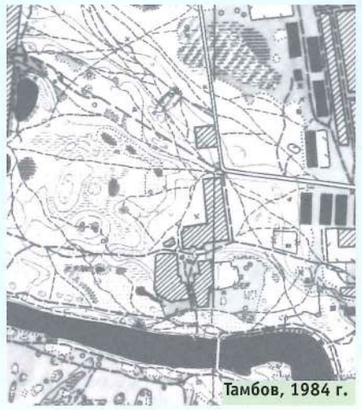
К сожалению, на семинар не захотел приехать В.Алешин, книгу которого – «Карта в спортивном ориентировании» я, студент геофака, читал с большим интересом. Участники семинара привозили свои работы для анализа. Посмотрев наши карты, руководители семинара приняли решение не читать нам лекций, а сразу отправить нас в лес на практику. Мы делали работу в лесу, а они каждый день проводили разбор, нас критиковали, подсказывали, в конце концов заставили все переосмыслить и переделать. Великолепные, а со временем я убедился, что и очень правильные педагогические приемы, такое глубокое погружение в практику. На этом семинаре мы знакомились и работали бок о бок с замечательными людьми: Валерием Киселевым, Василием Голованом, Сергеем Гурьевым, Юрием Митиным, Вильямсом Поповым, Виктором Беловым, Геннадием Яшпатровым, Александром Свирем, Владимиром Сычевым. После «сотрясения мозгов» на семинаре в Алоле я понял, как надо грамотно работать, чтобы готовить спортивные карты. Затем пошли работы на территории Тамбовской области при активной поддержке Вячеслава Горелова. После чего нас стали приглашать в другие места для подготовки карт и проведения соревнований.

Как и с кем мы проводили чемпионаты России

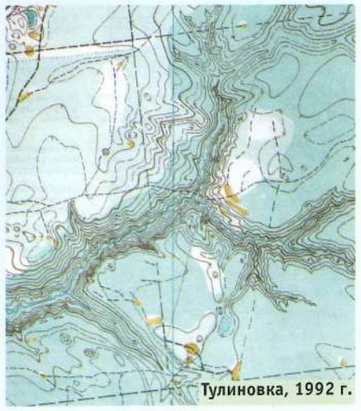
Первым моим чемпионатом России стал чемпионат 1995 г. в городе Кыштым Челябинской области. Руководителем и организатором данных соревнований был клуб «Роза ветров» во главе с Андреем Акимовым. Как оказалось, встреча с членами клуба и Андреем Акимовым была не случайна, и теперь нас связывает уже многолетнее знакомство и дружба.



Котовск, 1983 г.



Тамбов, 1984 г.



Тулиновка, 1992 г.

Хочется несколько теплых слов сказать и в адрес друзей из Башкортостана Владимира Капитонова и Владимира Прохорова, из-за усилий которых мы периодически встречаемся на гостеприимной башкирской земле. Практически каждый год я бываю на Урале и в Башкортостане, готовлю карты и помогаю в проведении соревнований. Но вернемся в Кыштым, в 1995 год. Не постесняюсь сказать, что путевку в большую картографию мне дали в Алоле именно Виктор Трунов и Юрий Янин, а мой первый чемпионат России запомнился тем, как долго мы с Александром Пашкиным (город Котовск), Сергеем Кокориным (город Миасс) шлифовали дистанции спринта в карьере Каолиновом.

В 1996 г. на чемпионате России в Псковской области, в Алоле, я впервые возглавил работу службы дистанции, в которую входили: Виктор Трунов (Белгород), Игорь Фомин (Москва), Юрий Митин (Пермь). Здесь, благодаря помощи старших товарищей, я научился планировать и организовывать работу службы дистанции. В феврале 1997 г. в городе Кыштым Челябинской области, на чемпионате России, прошел очень хорошую практику в проведении зимних соревнований. Добрыми наставниками стали Сергей Несынов (Оса), Владимир Воробьев (Каменск-Уральский), Сергей Солдатов (Чебаркуль), Сахий Губайдуллин (п. Новогорный). В сентябре 1997 г. в городе Железноводске на чемпионате России я был назначен инспектором. Великолепные места, прекрасные карты, которые готовили Михаил Замота, Виктор Трунов, Анатолий Лихневский и Юрий Янин. Ничего не предвещало осложнений, однако на эстафете мы допустили ошибку, неправильно написали легенду КП и перепутали его номер. Для меня это послужило хорошим уроком. Было стыдно смотреть спортсменам в глаза. Из-за данной ошибки мы (Леонтьев, Трунов и Замота) были дисквалифицированы на год. За этот период Федерация спортивного ориентирования России в качестве реабилитационных работ обязала каждого из нас подготовить карты для всероссийских соревнований общей площадью не менее 10 квадратных километров безвозмездно, что и было сделано на следующий год. На мой взгляд, именно такая нужная и поучительная практика должна существовать и среди составителей карт, и среди начальников дистанций, судей, тренеров и организаторов, да и к спортсменам такой подход не повредит. Прокололся – отрабатывай.

Что понравилось, когда рисовал кары и проводил соревнования

Приходилось работать и за рубежом. Октябрь 1997 г. мы (Виктор Дьячков, Константин Волков и я) провели на севере Италии в Альто-Адидже. После этой поездки остались самые радужные впечатления, огорчило только то, что заказчики не приняли работу Константина Волкова, и на следующий год мне и Виктору Дьячкову пришлось бесплатно переделывать всю его площадь.

При подготовке спортивных карт и дистанций соревнований мне посчастливилось работать вместе с большинством ведущих российских составителей карт и начальников дистанций. Я благодарен судьбе, что свела меня под одной крышей с сибиряками Сергеем Скрипко и Сергеем Поздеевым. Работая одной бригадой, я многое узнал в плане показа горных ландшафтов, пересмотрел свои взгляды на отражение некоторых объектов растительности. Интереснее всего были работы в маленьких итальянских городах по подготовке исторических центров этих городов. Где, не зная языка, ходишь по узким улочкам (некоторые проходы до 0,5 метра) и улыбаешься, а местные жители берут за руку и выводят на центральную площадь, думая что я заблудился, но через некоторое время я снова прохожу мимо них, так как надо завершить работу.

Что не очень понравилось, когда рисовал карты

Пожалуй, одной из самых напряженных работ была подготовка карты в Москве на Планерной осенью 1998 г. сразу после дефолта, когда ценники в магазине переписывались два-три раза в день. Каждый вечер, вернувшись из леса, мы (Владимир Сычев, Максим Екишев и я) считали копейки и думали, хватит ли нам сегодня на хлеб и консервы на ужин или нет. В 2007 г. по этой карте провели чемпионат мира по спортивному ориентированию на лыжах, и было обидно, когда наши фамилии с карт чемпионата мира были стерты кем-то из организаторов.

Про то, как проходили семинары

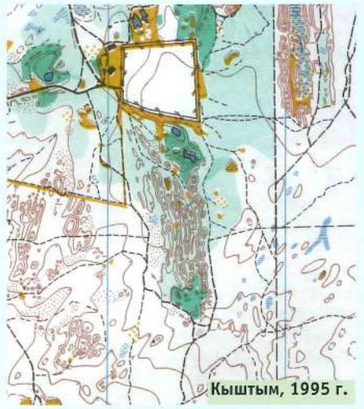
Считаю одним из знаковых событий российского ориентирования Всероссийский семинар составителей спортивных карт в феврале-марте 2001 г. в Кисловодске, который был организовывал впервые после 1989 г. Тогда впервые после распада Советского Союза была предпринята и осуществлена попытка по наведению порядка в спортивной картографии, по восстановлению лучших традиций и продолжению подготовки новых кадров. На этот семинар съехались почти все ведущие специалисты. По моему мнению, все последующие семинары не собрали такого количества квалифицированных специалистов в одно время и под одной крышей. Итогом семинара стала карта центра спортивного ориентирования «Кисловодск». В 2002 г. эта карта стала использоваться для подготовки сборной России, а с 2004 г. наши спортсмены начали завоевывать медали на летних чемпионатах мира.

Про спортивный клуб «Синтез»

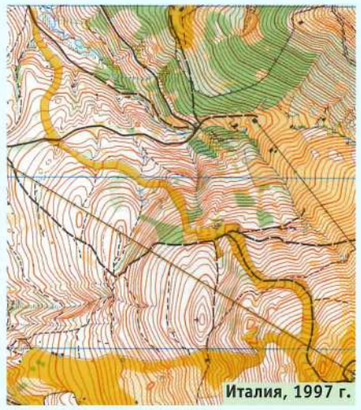
Вот уже несколько лет подряд очень многие работы по подготовке карт и проведению соревнований находятся на территории действия спортивного клуба «Синтез». Надо отдать должное людям, которые смело взвалили на себя такую обузу. Они планомерно и методично поднимают картографическую базу в регионах «Синтеза» и реально помогают целому ряду областей Центра России и Черноземья. Это Воронежская, Тамбовская, Рязанская, Орловская, Курская, Белгородская, Тульская и Пензенская области. За годы работы в «Синтезе» мы лучше узнали друг друга, составляя карты и проводя соревнования в разных уголках. Я надеюсь, что будет еще немало хороших встреч и за работой, и за столом со своими коллегами и друзьями. Друзья из Сибири (Сергей Скрипко, Сергей Поздеев) говорят, что я зарылся в своем черноземе, как червяк, и никуда не выезжаю за пределы «Синтеза», и это правда, так как на этой территории для работы картографов созданы очень хорошие условия. А самой работы тоже очень много.

Как надо рисовать спортивные карты

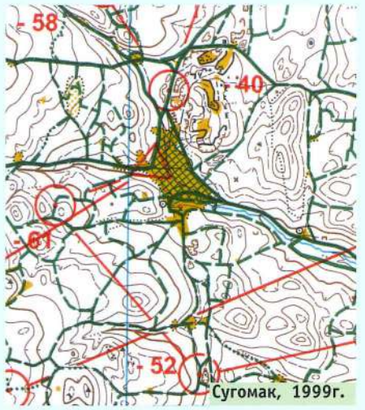
Для того чтобы научиться составлять спортивные карты нужно много времени. У некоторых это получается достаточно быстро, а кому-то необходимо 5-7 лет. Главное уметь пользоваться не только персональным компьютером, но и приносить из леса материалы, которые при последующей обработке смогут понять спортсмены на дистанции. Очень хорошо, что сейчас появилась возможность работать с топоосновами, с аэрофотоснимками, с топокартами. Они очень облегчают работу, позволяют значительно повысить точность, однако, как говорит Виктор Трунов: «Качество любой карты в первую очередь зависит от аккуратности и количества измерений на местности».



Кыштым, 1995 г.



Италия, 1997 г.



Сугомак, 1999г.

Психологическая помощь спортсменам-ориентировщикам на всех этапах многолетней спортивной подготовки

Сергей Казанцев,
г. Санкт-Петербург
кандидат педагогических наук

В спортивной психологии рассматриваются различные модели психологической помощи спортсменам (Н.Б.Стамбулова), две из которых представляют наибольший интерес.

Первая модель исходит из понимания психологической помощи как способа решения проблем человека, попавшего в трудную ситуацию. Нуждающемуся в помощи это решение предлагается в виде готового рецепта, инструкции, совета или рекомендаций как прямых руководств к действиям. То есть, всю работу помогающий берет на себя, оставляя другому лишь роль исполнителя. Эту модель можно условно назвать **«Замещение».**

Вторая модель основана на понимании психологической помощи как «поддержки в личностном росте и развитии». Помогающий пытается мобилизовать внутренние резервы другого человека на поиск самостоятельных решений возникших проблем. Эту модель можно назвать **«Мобилизация».**

Первая модель чисто управленческая. Тренер говорит спортсмену, что и как нужно делать, и тот выполняет. Вторая модель предполагает необходимость самостоятельного принятия решения. С психологической точки зрения эта модель способствует развитию индивидуальности спортсмена, оказывает ему помощь в самосовершенствовании.

Особенно продуктивна модель «Мобилизация» в таком виде спорта как спортивное ориентирование, где осознанное принятие решений на «вербальном уровне» составляет основу соревновательной деятельности.

Рассмотренные модели называются базовыми, так как они имеют основополагающее значение для всех видов психологической помощи (обучения, воспитания, психодиагностики, психокоррекции и психопрофилактики и др.).

Воспитание и обучение как виды психологической помощи спортсмену

Спортивное ориентирование, в силу особенностей этого вида спорта, непреднамеренно решает и задачи воспитания. Помимо чисто спортивных качеств, которые способствуют физическому и интеллектуальному развитию личности, спортивное ориентирование расширяет мировоззрение и восприятие «картины мира», поскольку «пространство», в котором происходит соревновательная деятельность, не ограничивается рамками спортивной карты. Ориентировщикам часто приходится выезжать на соревнования в другие регионы страны и за рубеж.

Обстановка, в которой проходят занятия ориентированием, способствует формированию стереотипов «социально-экологического» поведения спортсменов, а именно: культуры взаимоотношений в социальной среде и бережному отношению к природе.

Таким образом, если считать, что целью воспитания является формирование личности воспитанников, то спортивное ориентирование можно рассматривать как вид психологической помощи, способствующей достижению этой цели. Поскольку воспитание средствами спортивного ориентирования, рассчитано на «здравый смысл» и «самостоятельное мышление» воспитанников, то психологическая помощь здесь реализуется в виде модели «Мобилизация», хотя в отдельных случаях необходима психологическая помощь и в виде модели «Замещение» с четкой регламентацией обязанностей внутри группы и указаниями в виде: «Что такое хорошо и что такое плохо».

Процесс обучения также можно рассматривать как вид психологической помощи спортсмену.

В настоящее время в обучении широкое распространение получила **концепция поисковой активности.** Поисковую активность человека стимулирует проблемная ситуация, характеризующаяся неопределенностью прогноза и конечных результатов. По сути это процесс творческого мышления, в ходе которого анализируются несколько альтернативных вариантов решения проблемы и принимается окончательное решение.

Типичным примером решения проблемных ситуаций в процессе соревнований является спортивное ориентирование. Здесь всегда присутствует фактор неопределенности из-за дефицита времени и информации. Само же принятие решений происходит в условиях интеллектуального риска.

Концепция поисковой активности позволяет сформулировать, по крайней мере, три положения, важных для обучения в спортивном ориентировании.

* В процессе обучения необходимо создавать ситуации, в которых спортсмен готов к проявлению поисковой активности при решении любых проблем.

* В учебно-тренировочном процессе важно осуществлять профилактику «обученной беспомощности», т.е. создавать ситуации искусственного ограничения информации. В ориентировании известны такие упражнения как «рельефная карта», «коридор» и др.

* Необходимо помочь спортсмену в самореализации и построении своей системы отбора информации для принятия решений в соответствии с его индивидуальными психологическими особенностями и индивидуальным стилем деятельности.

Исходя из этих положений, определяемых концепцией поисковой активности, можно сделать вывод, что для обеспечения процесса обучения в спортивном ориентировании модель психологической помощи «Мобилизация» является более продуктивной.

Психодиагностика в системе психологического сопровождения спортивной деятельности

Психодиагностика в спорте – это исследование психологических особенностей спортсменов в связи успешностью их спортивной деятельности. С точки зрения психологического сопровождения многолетней спортивной деятельности, психодиагностику можно определить как помощь тренеру в познании спортсменов и помощь спортсменам в самопознании. Обычно думающий тренер в процессе многолетнего общения со своими учениками и сам может делать суждения об психологических особенностях их поведения, как в условиях соревнований, так и в жизненных ситуациях.

В спортивном ориентировании ведущими психическими процессами, с которыми связывают успешность соревновательной деятельности, являются особенности внимания, памяти, мышления и эмоциональной устойчивости. С помощью «батареи» специально подобранных диагностических тестов можно построить «профиль личности» для конкретного спортсмена и сравнить его с эталоном, соответствующим «идеальному ориентировщику».

Психопрофилактика и психокоррекция в системе психологического сопровождения многолетней спортивной деятельности

Психопрофилактика в спорте нацелена на предупреждение нежелательных отклонений в состоянии деятельности, поведении и развитии спортсменов и, в конечном счете, сохранение их соматического и психического здоровья, продление их жизни в спорте.

Можно рассматривать два вида психопрофилактических мер:

* Срочные, ситуативные, основанные на прогнозировании поведения спортсменов в ходе учебно-тренировочного процесса и на соревнованиях;

* Психопрофилактические меры общего характера, базирующиеся на знании тренером психологических основ обучения и воспитания, понимании и реализации им норм педагогической этики.

В спортивной деятельности спортсмен, в силу своих индивидуальных особенностей свойств нервной системы, иногда применяет не вполне рациональные технические приемы, которые необходимо скорректировать. Это одно из назначений **психокоррекции в спорте.** Другое назначение психокоррекции – это исправление «пробелов» в обучении и воспитании спортсменов, корректировка мотивационной сферы и другие вопросы общего характера.

Наибольшее внимание в психологии спорта уделяется психокоррекции неблагоприятных психических состояний, связанных с соревновательной деятельностью. Профилактика и коррекция неблагоприятных психических состояний составляет важное направление работы со спортсменами тренера и психолога. В настоящее время существует большое количество литературы по вопросам психорегуляции психических состояний спортсменов. Следует отметить, что овладение приемами психорегуляции требует от спортсмена больших волевых усилий. При этом затраты энергии здесь сопоставимы с затратами энергии в процессе соревнований.

Профилактика и коррекция психологических барьеров

В основе психологического барьера лежит страх неизведанного или повторения однажды случившейся неудачи. На начальном этапе подготовки новички, особенно девочки, панически боятся в одиночку бежать в лес. Однажды провалившись в болоте, многие затем долгое время обходят на соревнованиях все болота стороной. Психологический барьер возникает и в процессе адаптации к физическим нагрузкам.

Задача тренера состоит в том, чтобы предотвратить неблагоприятные психические состояния. Чтобы избежать нервных срывов, особенно у детей, нужно не усугублять ситуацию, вызывающую страх, а терпеливо объяснить им, в чем состоит проблема. Например, можно на практике показать, чем отличается топкое болото от обычного болота и как это отражено на карте.

В спортивной деятельности встречаются и другие психотравмирующие ситуации, вызывающие психологические барьеры. Психологическая помощь тренера и психолога заключается в том, чтобы разобраться в причинах, вызывающих эти ситуации и подобрать «психологические ключи» для их устранения.

Профилактика и коррекция межличностных конфликтов

Это одно из направлений спортивной психологии, которая занимается изучением, систематизацией и способами разрешения конфликтов.

Психологическая помощь со стороны тренера и психолога заключается в создании комфортного психологического климата в группе, а в случае возникновения конфликтных ситуаций – в предотвращении конфликта на самых ранних стадиях его возникновения. Нельзя допустить, чтобы межличностный конфликт перерос во внутригрупповой конфликт, а внутригрупповой конфликт, в свою очередь, стал достоянием широкой общественности. Нужно помнить, что любая конфликтная ситуация в группе дестабилизирует рабочую обстановку и не способствует созданию положительного имиджа коллектива.

Психологическое просвещение и консультирование как средство психологической помощи спортсменам и тренерам

Обычно после соревнований спортсмены тщательно анализируют свои ошибки на дистанции и пытаются установить причины этих ошибок. Анализ дистанции «на холодную голову» всегда приводит к одному и тому же выводу: «О чем я думал, если смог сделать такую элементарную ошибку». Попытки разобраться «в лабиринтах» своей психики выявляют недостаток у спортсмена психологических знаний.

Безусловно, психологические знания нужны любому человеку, а тем более спортсмену, который рассчитывает на стабильный прогресс в своей соревновательной деятельности. Нередко психологическая некомпетентность тренеров ограничивает их возможности в организации воспитательного и учебно-тренировочного процесса, а также в поддержании благоприятного психологического климата в коллективе.

Психологическое просвещение – это повышение психологической компетенции людей. Психологическое просвещение способствует развитию и самосовершенствованию, как тренера, так и спортсмена. Самосовершенствование можно рассматривать как один из видов проявления «поисковой активности». Чем выше психологическая компетентность спортсмена, тем меньше он допускает ошибок, как в процессе принятия решений, так и в процессе их реализации. В жизненных ситуациях таким людям легче справляться с психологическими трудностями и преодолевать психологические кризисы.

Психологическая подготовка, как вид психологической помощи спортсменам

В психологии спорта психологическую подготовку традиционно рассматривают в рамках психологического обеспечения спорта высших достижений. Однако можно рассматривать психологическую подготовку как один из видов психологической помощи спортсменам в период подготовки к соревнованиям.

Наиболее общим эффектом психологической подготовки является **состояние психической готовности спортсмена.** Готовность означает высокую надежность соревновательной деятельности в том смысле, что спортсмен способен действовать эффективно (т.е. реализовывать свою физическую, техническую и тактическую готовность) в любых ситуациях показывать высокие результаты, несмотря на неблагоприятные внешние условия, травмы, плохое самочувствие, помехи и т.п.

Состояние психической готовности к соревнованиям по спортивному ориентированию имеет свою специфику. В спортивном ориентировании это состояние рассматривается не только как готовность к физической работе, но и как готовность к напряженной умственной работе. Спортсмен должен контролировать одновременно «поле местности» и «поле карты», вести учет как можно большего количества информации и принимать осознанные решения.

Суть упражнений и тренингов, направленных на развитие способности к выполнению умственных действий на фоне энергоемкой физической работы, заключается в следующем. Согласно теории А.А.Ухтомского «о доминанте», во время соревнований по ориентированию в голове спортсмена присутствуют два очага возбуждения: один связан с умственной работой, а другой – с физической. Оба этих очага возбуждения влияют друг друга. В общем виде задача состоит в том, чтобы осознанно выполнять умственные действия и подавить отвлекающее влияние физического возбуждения.

Для управления общим психофизиологическим состоянием человека и, прежде всего, орудием его мысли – мозгом, индийскими мудрецами была разработана специальная психологическая система, получившая название раджа-йога. Это своеобразный тренинг, в котором упражнения в концентрации внимания сопровождаются упражнениями физиологического характера – это асаны – специальные положения тела и пранаяма – овладение дыханием. Вероятно, смысл этих упражнений заключается в управлении доминантными состояниями.

Система упражнений, применяемых для психологической подготовки спортсменов-ориентировщиков, также направлена на управление доминантными состояниями психики. Например, в тренировках ориентировщиков применяются такие упражнения:

* Во время бега на тренировочном круге, проложенном на пересеченной местности, спортсменам предлагают решать задачи из набора тестов Г.Дж.Айзенка (или другие интеллектуальные психодиагностические тесты, арифметические задачи и т.п.). При этом оценивается эффективность умственной работы и скорость пробегания круга.

* Спортсмену предлагают принять какую-нибудь неудобную позу, при которой ощущается боль в мышцах, и сосредоточиться на решении тестовых заданий. Оценивается количество правильных ответов за определенное время.

* «На старте» запомнить один или несколько фрагментов спортивной карты, затем пробежать тренировочный круг и «на финише» найти на карте место, соответствующее запоминаемому фрагменту.

В задачи психологической подготовки спортсменов входит также формирование умений противостоять **трудным психическим состояниям.**

Психические состояния – явления исключительно индивидуальные, так как зависят от особенностей конкретной личности, ее ценностных ориентаций и т.д. Оптимальное состояние человека – это состояние функционального комфорта. Такому состоянию свойственна достаточно высокая активность, сопровождающаяся оптимальной по силе мобилизацией нервных и психических функций человека. Однако идеальных условий для любой деятельности не бывает практически никогда. Чаще всего в процессе любой деятельности имеют место большие или меньшие, внешние или внутренние помехи, которые выводят человека из состояния функционального комфорта и формируют «трудное состояние».

Термин «трудное состояние» был впервые введен в научную практику Ф.Д.Горбовым, который исследовал поведение и самочувствие летчиков в напряженных ситуациях. Подобного рода трудные состояния возникают и в процессе соревнований по спортивному ориентированию.

Одним из условий овладения культурой саморегуляции является знание о трудных ситуациях и условиях, при которых они возникают.

Особенности психологической помощи на этапе начальной спортивной специализации

Профессиональная деятельность тренера в

спортивной школе или другом спортивном учреждении регламентируется условиями «социального заказа» на подготовку спортсменов. В этом «заказе» оговариваются **цели** деятельности тренера на каждом этапе многолетней спортивной подготовки, **средства**, предоставляемые администрацией спортивного учреждения, для достижения этих целей, условия и **способы определения результатов**, по которым оценивается деятельность тренера.

С позиции тренера целью начального этапа подготовки является оказание детям психологической помощи в выборе вида спорта, отвечающего задаткам, склонностям и способностям начинающих спортсменов, а также оказание им помощи в адаптации к новому виду деятельности.

В плане психологической помощи спортсменам на начальном этапе спортивной подготовки реализуются обе модели: «Замещение» и «Мобилизация». Первая модель ориентирована на то, чтобы научить начинающего спортсмена конкретным техническим приемам и действиям и проконтролировать правильность их выполнения, прежде чем выпустить его в лес для выполнения самостоятельных заданий.

Однако в дальнейшем, по мере приобретения спортсменом знаний и опыта, более продуктивной становится психологическая модель «Мобилизация», поскольку спортивное ориентирование – это вид спорта, в котором востребованы такие качества как самостоятельное мышление и самостоятельные действия в соревновательной деятельности. Поэтому важно ориентировать спортсмена на интеллектуальный поиск самостоятельных решений в ситуациях неопределенности (иногда и связанных с интеллектуальным риском).

Модель «Мобилизация» направлена на психологическую реализацию внутренних ресурсов спортсмена. Она помогает спортсмену в «самореализации» и успешном преодолении кризисов не только в спорте, но и в повседневной жизни. Можно сказать, что спортивное ориентирование – это вид деятельности, в котором непреднамеренно реализуется модель психологической помощи «Мобилизация».

Эффект от психологического сопровождения спортивной деятельности на данном этапе можно представить в виде комплекса частных эффектов:

* положительная самооценка и уверенность в своих силах;
* желание продолжить занятия спортивным ориентированием, основанное на интересе к этому виду спорта;
* положительное отношение к тренировкам и соревнованиям;
* доверительные отношения с тренером;
* дружеские отношения в спортивной группе.

Особенности психологической помощи на этапе «Развитие спортивных качеств»

На этом этапе акцент переносится на достижение спортивных результатов. Новые цели требуют приобретения знаний, умений и навыков, необходимых в соревновательной деятельности, а также формирования психической готовности к новым тренировочным нагрузкам. Отношение к спорту как к игре и развлечению сменяется необходимостью определенных самоограничений и «жертв» в других сферах жизни. Например, возникают трудности в совмещении спорта и учебы.

Источником психических нагрузок являются:

* мотивационная составляющая, где установка на избежание неудачи сменяется установкой на достижение успеха;
* взаимоотношения с тренером (особенно авторитарного типа);
* взаимоотношения с родителями из-за ухудшения успеваемости;
* обострение конкуренции внутри команды (борьба за лидерство);
* особенности возрастного развития в подростковый период (здесь детерминантами являются формирующееся «чувство взрослости», потребность в самоутверждении, зависимость от «мнения группы».

Целью психологического сопровождения спортивной деятельности на данном этапе является помощь спортсмену в адаптации к новым условиям и преодолении кризиса перехода к целенаправленной спортивной подготовке.

В реализации задач психологической помощи спортсмену на данном этапе должна преобладать модель «Мобилизация». Здесь проблемы возникают как со стороны тренера, так и со стороны спортсмена. Тренеру, который вел группу на этапе начальной подготовки и постоянно опекал своих спортсменов, трудно поменять стиль руководства и заставить спортсменов самостоятельно решать свои проблемы. Спортсмены, которые уже привыкли к роли «иждивенцев», также с большим трудом воспринимают необходимость «жить самостоятельно». На этой почве между тренером и спортсменами нередко возникают конфликты.

На данном этапе желательно углубленное психодиагностическое исследование спортсменов психологом, дополняющее данные тренерских наблюдений. Предметом исследования должна стать структура личностных особенностей спортсмена, а также структура способностей в связи с функциями спортивной деятельности.

Особенности психологической помощи на этапе кульминации спортивной карьеры

Этот этап многолетней спортивной подготовки включает в себя три кризиса-перехода:

* переход в спорт высших достижений;
* переход из юношеского спорта во взрослый спорт;
* переход в профессиональный спорт.

Основное, что характеризует этот этап спортивной деятельности, – это то, что спорт становится одной из самых важных составляющих жизненной карьеры и определяет весь образ жизни спортсмена.

Кризисы перехода в спорт высших достижений и перехода из юношеской группы во взрослую, как показывает практика, являются самыми трудными для спортсменов.

Переход на уровень спорта высших достижений требует резкого увеличения самоотдачи, как в связи с увеличением объема тренировочной работы, так и увеличения числа самоограничений в других сферах жизни.

Для юниоров, которые переходят во взрослый спорт, возникает проблема адаптации к новым условиям функционирования в спорте, в связи с изменениями в их жизни. Этот период совпадает с окончанием как общеобразовательной, так и спортивной школы и поступлением в ВУЗ. Если в спортивной школе спортсмен постоянно ощущает опеку со стороны тренера, который не только осуществляет учебно-тренировочный процесс, но и участвует в решении жизненных проблем, то при новых жизненных обстоятельствах он лишается такой опеки. Можно сказать, что психологическая помощь спортсменам в спортивной школе осуществляется в рамках модели «Замещение». С переходом во взрослый спорт, спортсмен испытывает дефицит внимания со стороны своего бывшего тренера, который, если и имеет возможность оказать психологическую помощь, то только в виде консультаций, т.е. в виде модели «Мобилизация».

Наибольшие потери контингента спортсменов на этом этапе испытывают неолимпийские виды спорта, к числу которых относится и спортивное ориентирование. В этих видах спорта, как правило, отсутствуют возможности для продолжения занятий в группах высшего спортивного мастерства, и спортсмены испытывают значительные организационные и финансовые трудности при переходе в спорт высших достижений. Отдельные спортсмены, которые хорошо зарекомендовали себя в юниорском возрасте, ищут возможность для продолжения занятий в армейских или иностранных клубах (главным образом в скандинавских странах).

По мере обретения спортсменом спортивной и личной зрелости, помощь извне «сворачивается» и сменяется самоорганизацией спортсмена. Этому способствовала психологическая помощь в виде модели «Мобилизация» на предыдущих этапах спортивной подготовки. Теперь инициатива продолжения своего спортивного роста полностью принадлежит самому спортсмену, теперь он сам является «заказчиком» психологической помощи и сам определяет степень ее необходимости.

Таким образом, на уровне спорта высших достижений и профессионального спорта ведущей формой психологической помощи становится индивидуальное психологическое консультирование на основе модели «Мобилизация».

Особенности психологического сопровождения спортивной деятельности на этапе завершения спортивной карьеры

В спортивном ориентировании проблема «выхода» из спортивной деятельности не стоит так остро, как в других видах спорта. Для «ветеранов» проводится много соревнований, на которых спортсмены имеют возможность подтвердить свой статус (вплоть до звания чемпиона мира).

Однако не все спортсмены «элитного уровня» испытывают потребность в продолжении занятий ориентированием на любительском уровне.

Целью психологического сопровождения на завершающем этапе спортивной деятельности является помощь спортсменам в преодолении кризиса перехода от кульминации к финишу спортивной карьеры и адаптации в новой жизненной ситуации, где спорт является уже не целью, а средством поддержания жизненного тонуса – спортом для здоровья.

Литература по туризму и спортивному ориентированию

Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения издает учебно-методическую литературу по туризму, спортивному ориентированию и краеведению в помощь педагогам дополнительного образования, руководителям детских объединений, тренерам.

Издания Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения

Программы детских объединений нового поколения для системы дополнительного образования детей, рекомендованные как типовые Министерством образования Российской Федерации:

Воронов Ю.С., Константинов Ю.С. Спортивное ориентирование (для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва).
2000. 38 стр. 20 руб.Программа для ДЮСШ и СДЮШОР по спортивному ориентированию содержит научно обоснованные рекомендации по построению учебно-тренировочного процесса юных спортсменов на различных этапах многолетней подготовки. Программа предназначена для тренеров-преподавателей и руководителей спортивных школ и специализированных школ олимпийского резерва.

Константинов Ю.С. Юные судьи туристских соревнований.2001. 64 с. 20 руб.

Маслов А.Г. Юные инструкторы туризма. 2002. 54 с. 20 руб.

Константинов Ю.С. Туристы-проводники. 2004. 60 с. 20 руб.

Дрогов И.А. Юные туристы-спасатели. 2004. 64 с. 20 руб.

Талызов С.Н., Константинов Ю.С. Юные туристы-спелеологи. 2004. 72 с. 20 руб.

Самарина И.А. Юные туристы-экологи. 2004. 44 с. 20 руб.

Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г. Юные туристы-краеведы. 2006. 64 с. 20 руб.

Лазутенков Н.Н. Юные туристы-рыболовы. 2006. 64 с. 20 руб.

Маслов А.Г. Программа детского объединения участников движения «Школа безопасности». 2007. 72 с. 30 руб.

Казанцев В.В. Юные велотуристы. 2007. 68 с. 30 руб.

Махов И.И. Юные туристы-многоборцы. 2007. 60 с. 30 руб.

Воронов Ю.С. Основы подготовки спортивного резерва в ориентировании: Учебное пособие. 2001. 72 с. 25 руб.
В учебном пособии содержится материал об организационно-методических основах подготовки юных ориентировщиков. Даются практические рекомендации по методике проведения учебно-тренировочных занятий в группах различного уровня подготовленности. Приводятся сведения о критериях отбора и прогнозирования перспективности в ориентировании, обосновываются показатели комплексного педагогического контроля за специальной подготовленностью юных спортсменов-ориентировщиков.

Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. Учебно-методическое пособие. 2005. 328 с. 100 руб.
Пособие адресовано педагогам дополнительного образования, школьным учителям, тренерам, родителям, желающим вовлечь детей в занятия спортивным ориентированием. Даны основные сведения о данном виде спорта, об организационно-педагогических условиях подготовки юных ориентировщиков и принципах организации учебно-тренировочного процесса.

Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. 2006. 600 с. 190 руб.
Пособие адресовано работникам системы дополнительного образования детей, учителям, родителям, студентам, общественному туристскому активу. Даны основные сведения о педагогических свойствах и технических особенностях детско-юношеского туризма, об организационно-педагогических условиях развития туристско-краеведческой деятельности в образовательных учреждениях. Основные главы: «Из истории детско-юношеского туризма», «Педагогический потенциал детско-юношеского туризма», «Формы туристско-краеведческой деятельности», «Организация, подготовка и проведение туристских походов», «Топография и ориентирование», «Безопасность в туризме», «Туристские слеты и соревнования учащихся», «Полевой туристский лагерь», «Доврачебная медицинская помощь», «Туризм и школа». В приложении опубликованы действующие нормативные документы.

Константинов Ю.С., Шур Г.В. Ориентирование как образ жизни, или с улыбкой об ориентировании. Сборник. 2007. 296 с. 100 руб.
В сборнике собраны рассказы, стихи, песни, рисунки, рассказывающие о спортивном ориентировании, о случаях, произошедших на дистанциях соревнований. Адресован любителям бега и ходьбы с картой и компасом от детского до ветеранского возраста.

Новиков А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии. Учебное пособие. 2002. 72 с. 20 руб.
Пособие содержит разнообразные игры, тренажеры, головоломки с элементами топографии, разработанные как самим автором, так и переработанные для использования на занятиях юных туристов и ориентировщиков. Адресовано тренерам, педагогам дополнительного образования.

Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодежи. Составители – Константинов Ю.С., Усков С.В. – 2006. 388 с. 80 руб.
В сборнике представлены официальные документы, регламентирующие деятельность образовательных учреждений в сфере дополнительного образования, детско-юношеского туризма, физкультуры и спорта, организации отдыха детей и молодежи. Документы даны по состоянию на 1 января 2007 года.

Разрядные книжки для спортсменов массовых разрядов. Цена за 1 экземпляр – 5 руб.

Для получения книг отправьте заказ по адресу: 111033, Москва, ул. Волочаевская, 38А, ФЦДЮТиК, тел. 362-82-33, 362-89-71, факс 362-89-90 (библиотека), E-mail: biblioteka26@rambler.ru. Вам будет выставлен счет на литературу и почтовые услуги, после оплаты которого книги будут высланы.

В издательстве «Советский спорт» можно приобрести следующие книги:

Спортивное ориентирование. Программы для системы дополнительного образования детей. 2005. 212 стр. Цена 110 руб.
В сборнике опубликованы 3 программы нового поколения, рекомендованные Министерством образования России: «Спортивное ориентирование» для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Авторы: Воронов Ю.С., Константинов Ю.С.; «Спортивное ориентирование» для объединений дополнительного образования детей. Авторы: Лукашов Ю.В., Ченцов В.А.; «Спортивное ориентирование» для объединений дополнительного образования детей. Авторы: Глаголева О.Л., Иванов А.Д. В сборник включены методические рекомендации к программам.

Спортивное ориентирование. Правила соревнований. 2005. 128 с. 90 руб.
В приложении к правилам даются нормативные документы: «Требования к организации спортивно-технического обеспечения соревнований по спортивному ориентированию бегом. Подготовка дистанций и карт участников», «Инструкция по инспектированию дистанций вида программы по спортивному ориентированию», а также образцы документов.

Туризм и краеведение. Программы для системы дополнительного образования детей. 2005. 324 с. 150 руб.
В сборник вошли программы нового поколения, рекомендованные Министерством образования России как типовые.

Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. 2003. 64 с. 60 руб.

Чешихина В.В. Современная система подготовки в спортивном ориентировании 2006. 232 с. 160 руб.

Вяткин Л.А. Сидорчук Е.В. Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование. Учебное пособие. 208 с. 90 руб.

Для получения литературы отправьте заказ по адресу: 105064, Москва, ул. Казакова, 18, издательство «Советский спорт» или по факсу: 267-94-35, 267-95-90. Вам будут выслан счет на литературу и почтовые расходы. Издательство выполняет также заказы на поставку книжной продукции наложенным платежом.

СЛУЧАЙ НА ДИСТАНЦИИ

Компостер и фонарь

В романе «Как закалялась сталь» есть такой эпизод: Павел Корчагин лезет через окно в переполненный вагон поезда, а какой-то спекулянт-мешочник кричит ему оттуда: «Эй, ты, проваливай, покуда я тебе компостер не поставил!» Сказано, конечно, в переносном смысле, а вот мне однажды досталось в самом что ни на есть прямом.

Было это на одном из «Новогодних стартов» в Измайлове. Зимой до появления чипов компостеры вешались на веревочках между деревьями или на ветки. Уходя с очередного КП, я неловко задел палкой веревочку, ветка спружинила, компостер отлетел и с размаху заехал мне прямо по лицу. В результате финишировал с фонарем под глазом и воспоминанием о цитате из Николая Островского.

Закон крапивы

Ветеранский чемпионат России 1998 года под Белгородом надолго запомнится участникам – прежде всего из-за почти сорокаградусной жары, стоявшей во все дни соревнований. В последний день проводилась эстафета, причем команды формировались на месте произвольно, по четырем возрастным группам: «Ветераны», «Суперветераны», «Старейшины» и «Патриархи» в зависимости от суммы возрастов участников. Мне выпало бежать первый этап по группе старейшин.

Как-то так повезло, что к смотровому КП я оказался в числе лидеров. Ободренный успехом и подбодренный друзьями, бегу на второй круг. Очередной КП на берегу речки. Выбираю прямой путь через пойму. Выбегаю из леса и – о ужас! – вижу перед собой сплошную стену крапивы, мощной, двухметровой. Но раздумывать некогда – за мной бегут соперники. В отчаянии вламываюсь в эту стену, десяток метров прокладываю коридор, но тут меня настигает «паровоз». Охотно уступаю лидерство, в дальнейшем пути с ужасом думаю: что же со мной будет? У меня в памяти «Спортивное долголетие» 1995 года, когда попал в похожую ситуацию и потом сутки страдал от нестерпимого зуда.

Но вот и финиш. С наслаждением погружаю горящее тело в прохладные воды речки. Потом, на пути в лагерь, вдруг чувствую, что особых неприятностей нет – пощипало и прошло. Так я понял основной «закон» крапивы: она страшна только в холодную погоду. В жару весь крапивный яд быстро выходит с потом. Да и речка помогла, недаром у нее такое нежное название – Нежеголь.

Пять ночей

С тем же белгородским чемпионатом связан еще один феноменальный случай: я не спал (вернее, почти не спал) пять ночей подряд. Как такое произошло?

Во-первых, я очень плохо сплю в поездах, так что две ночи уже гарантированы – дорога туда и обратно. Ночевать в палатке для меня дело привычное, но тут в первую же ночь начались неприятности: спонсоры чемпионата – торговцы пивом и кока-колой, жившие в лагере, устроили грандиозный банкет с песнями и танцами. Часам к двум ночи я понял, что это всерьез и надолго, и решил спастись романтическим образом: вылез из палатки, захватив спальный мешок и коврик, и пошел куда глаза глядят, подальше от шума. Расстелил спальник среди луга, вот, думаю, благодать – тишина, да еще звездное небо. Не тут-то было. Сначала меня атаковали комары, которых я растревожил. Минут через десять комары успокоились, но тут вдруг рядом раздалось чье-то частое прерывистое дыхание, даже с каким-то легким стоном. Ночь темная, ничего не видно, но вскоре я понял, что это ёж, которого я наверное тоже напугал. Но вот и ёжик ушел, можно бы и заснуть, однако тут я увидел нечто посерьезнее: от лагеря идут двое с фонарями, как раз в мою сторону. Попадаться на глаза в таком виде неохота, так что быстро сворачиваю спальник и пытаюсь уйти, но поздно: лучи скрестились на мне. Засекли! Преследуют! Бежать бесполезно, надо сдаваться. Это оказались охранники лагеря. Мой рассказ о причинах бегства оставил их равнодушными, они искали какую-то пропавшую автомашину. А я уныло побрел обратно в лагерь, где банкет закончился и слышался звон убираемых бутылок. Но было уже пять утра, так что выспаться не удалось.

Следующую ночь банкета не было, но все время играла музыка, хоть и негромкая, но спать не дающая. Когда я, не выдержав, вылез и пошел выяснять источник, хозяин музыкального заведения сказал мне, что здесь, оказывается, ночное кафе. Вот и еще одна испорченная ночь.

Оставалась последняя ночь. Вечером прошел сильный ливень, и он вселил надежду на тишину. Но вот дождь закончился, и я с ужасом услышал снова звон бокалов и тосты – на этот раз за успешное окончание чемпионата. Тут я решил действовать радикально: выдернул из земли колышки палатки и перетащил ее со всеми вещами к опушке леса. Кое-как в темноте поставил ее, но нормально заснуть и на этот раз не удалось. Выспался только дома.

Это несладкое слово – утешиловка

Всем вроде бы удались «Гран При – будущие звезды» 2003 года – новое интересное место в районе станции Вялки, оригинальная местность, хорошие карты, хорошая погода, масса народу да еще «Ориент-шоу» в придачу. Но так было только до финала…

В финале этих соревнований проводится, как известно, гандикап. Не могу особо пожаловаться на свой бег, но во второй день Николай Павлов из Чувашии столь стремительно пролетел дистанцию, что оставил меня пусть всего на 11 секунд, но за пределами заветной черты гандикапа. Пришлось бежать утешительный забег с общего старта.

На огромной поляне выстроились более тысячи неудачников, в основном детей. Вот розданы карты, звучит стартовый сигнал, и… здесь начинается настоящий кошмар. Первый КП всего в сотне с небольшим метров, в ямке, и туда бежит чуть ли не половина всего забега. Что делается в ямке, описать невозможно, здесь надо снимать фильм ужасов. Какая-то каша из людей, рвущих друг у друга компостеры. Какой-то мальчишка орет: «А-а-а! Нога! Пустите мою ногу!» Не помню уже, каким чудом мне удалось отметиться. Бегу на второй КП, и там картина не менее живописная. КП у переправы через речку Вьюнку, единственной для всех – это узенький деревянный мостик без перил, а речка приличная – вброд не полезешь. Несколько добровольцев, пожертвовав своими результатами, взяли роль регулировщиков и сдерживают толпу, выпуская людей равномерной вереницей. Минут пять пришлось дожидаться очереди на переправу, только потом начинается нормальное ориентирование, но оно уже не приносит удовольствия.

После этого даю себе слово никогда больше не попадать в «утешиловку». Пока это удается.

Сибирская романтика

Дважды – в 2002 и 2004 годах – мне посчастливилось участвовать в соревнованиях «Сибириада» под Минусинском на майские праздники. Они оставили самые приятные воспоминания – красивейшая местность, хорошие карты, организация. Вот только романтики сибирской довелось испытать в полной мере.

«Сибириада-2004» проводилась близ озера Малый Кызыкуль в 40 км от Минусинска. Согласно положению, добраться туда можно было на электричке Абакан-Кошурниково до станции Пионерская. Но электричка ходит всего раз в сутки – утром туда, днем обратно, а в первый день старты были во второй половине дня. Подходящих автобусов не оказалось, пришлось воспользоваться такси, благо оно здесь недорого. Во второй день старт давался утром, и я решил воспользоваться электричкой. Надо сказать, что почти все участники жили в лагере прямо на месте соревнований или имели собственные машины, а я жил в Абакане.

Итак, покупаю билет до Пионерской, сажусь в поезд и еду. Вот проехали предыдущую станцию, и тут я слышу объявление: «Следующая остановка – станция Жерлык!» Как так Жерлык? А как же Пионерская? Ведь поезд единственный, должен останавливаться по всем пунктам. Гляжу в окно – и вот мимо проскакивает пустынная платформа Пионерская, а электричка мчит меня в некий неведомый Жерлык. Позднее я узнал, что Пионерская – остановка по требованию, надо было предупредить машиниста по вагонной связи, но что делать сейчас? К счастью, в первый день директор соревнований Александр Черемных подарил мне замечательную карту, полуспортивную, полутуристскую, хотя и несколько устаревшую, но охватывающую весь район соревнований и этот самый Жерлык. Выхожу там, гляжу на карту и вижу, что назад мне идти восемь километров. Слава богу, запас времени есть. Быстрым шагом, иногда с короткими перебежками, вдоль железной дороги, затем по карте добираюсь вовремя до места старта.

Но тут начинается новая порция романтики. Время – второе мая, погода холодная, градусов пять выше нуля. С началом стартов вдруг холодает, начинается снегопад, все сильнее, и к моему старту метет настоящая метель. А карты негерметизированы, и пакета у меня нет. Дистанция короткая, но и бумага непрочная – к финишу у меня лишь обрывок карты с финишным перегоном. И сразу после финиша снег прекращается, погода теплеет. Через два дня, кстати, было плюс 25 градусов.

Об этом я написал стихотворение, помещенное в последнем издании сборника «Лесной стадион» Юрия Переляева. Оно представляет гибрид впечатлений от 2002 и 2004 годов – погодные сюрпризы относятся к 2004, а описание местности рядом с Минусинском – к 2002 году. Тогда погода была прекрасной.

Сергей Серебряков,
г. Москва

Воспоминания легкоатлета

Раз однажды в юности
Я поддался бесу,
Предложили мне побегать
С компасом по лесу.
Погосьян мне говорит:
«Будет все в порядке,
Жить будешь в Михайловке
Ты со мной в палатке.»
Вышел я на старт красивый
Ну, как конь Пегас,
Маечка и трусики
Красный adidas.
Дали старт – рванули дружно,
Быстро, как могли.
Только стал их обгонять,
Вижу все легли.
Я кричу, «Эй, мужики
Надо же бежать»,
А они: «Ложись тут рядом
Карты заряжать».
Полежали минут пять,
Всё нарисовали.
Встали разом – кто куда,
Все как почесали.
Я кричу: «Братва, вы что,
Мне куда бежать?
Вы же все мне обещали
Здесь не обижать».
Я бегу – глаза навыкат,
Сила так и прёт.
Вижу прямо подо мною
Чей-то огород.
Бабка в голос: «Потоптал
Грядки ё – моё»,
Я кричу: «Бабуля тише,
Здесь КП моё».
Вижу я на карте ямка
Там КП – годится,
Кто-то там, как рыкнет, хрюкнет
Я назад ломиться.
В грязь какую-то залез,
Думал - перебрался.
Ногу из грязи достал,
Adidas - остался.
На карачках, босиком,
Вроде не ропщу.
По плечо рукой в грязи
Adidas ищу.

Под деревьями бегу
Мимо знак за знаком,
Но друзья, я не привык
Долго бегать раком.
Долго бегал, уж темно,
И спина болит.
Слышу кто-то далеко
Из ружья палит.
Тут, друзья, я догадался –
Сам я не найду.
Так, на слух, по выстрелам,
К финишу дойду.
Я, конечно, их нашёл.
Пока меня ждали,
Пару ящиков патронов
В небо расстреляли.
Вот пришёл на финиш я,
Грязный весь, холодный.
Злой и поцарапанный,
Страшный и голодный.
Отдышался, посидел.
И сказал я Свете:
«Что бы я ещё поехал,
Ни за что на свете».

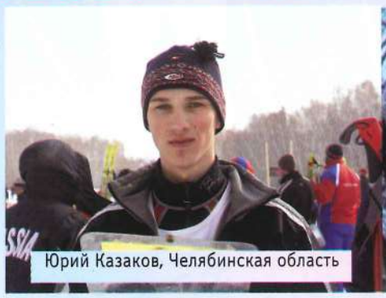
Сергей Пикула,
Республика Калмыкия, с.Садовое,
Тренер по легкой атлетике

Письмо в редакцию

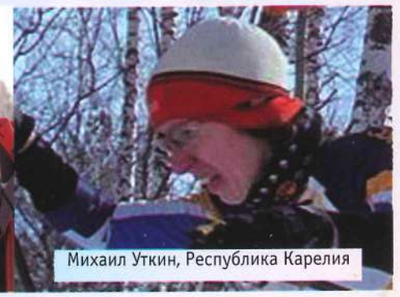
Уважаемая редакция журнала «Азимут» и лично Юрий Константинов!
Пишет вам мастер спорта по спортивному ориентированию, педагог дополнительного образования Петрозаводского Дворца творчества детей и юношества (веду секцию спортивного ориентирования) – Уткина Елена Юрьевна.
В этом году в феврале мой сын в составе сборной России среди юношей выступал в Австрии на Первенстве Европы. Михаил Уткин Привез из Австрии две медали – «золото» в «классике» и «бронзу» на «лонге».
Всегда с интересом и вниманием читая ваш журнал, заметила, что в №2 за 2007 год по итогам выступления нашей сборной в Австрии, написано – Уткин Михаил – «бронза». А где же «золото»?
В только что пришедшем ко мне № 3 за 2007 год, на стр. 42 (цифры и факты) увидела, что в Австрии юноши и девушки не старше 17 лет не завоевали ни одного «золота»!!! А Мишина «золотая» медаль? Грамота? Всё дома. Только читатели «Азимута» этого не знают!
Сыну очень обидно, ведь ему 17 лет, он переживает! Кроме того медалей у юношеской сборной не 2, а 4 !!! Две – «золото» и «бронза» у Уткина Михаила, две – «серебро» и «бронза» у Юры Казакова! И не в 7,5 раз наши ребята выступили хуже, ведь и видов программы было вдвое меньше – не четыре, а два!
Так что только в два раза получается, уважаемая Ольга Мухина!
А если учесть, что это была всё же Австрия, а не Иваново, то и вообще…
Хочется внимания, особенно к детям! Особенно к 17-летним!
Жду от вас ответа на страницах «Азимута», ведь не каждый день наши дети становятся чемпионами Европы! Это ведь на всю жизнь!
С уважением, искренне и горячо любящая спортивное ориентирование Уткина Елена.

Редакция журнала «Азимут» благодарит Уткину Елену Юрьевну из Петрозаводска за это письмо и приносит свои извинения за неточности, допущенные в Азимуте №2 и №3 за 2007 год.

От имени редакции еще раз поздравляем Уткина Михаила и Казакова Юрия с блестящим выступлением на Первенстве Европы 2007 года по спортивному ориентированию на лыжах в Австрии.



Юрий Казаков, Челябинская область



Михаил Уткин, Республика Карелия

www.uventasport.ru

ORBEA
MICHELIN BRIKO
NORTWAVE FORMULA
RUDY PROJECT MARZOCCHI
SELLEITELIA ROCK SHOX
MAVIC BARBIERI
BIEMME RITCHEY
WAVE LOOK
LOOKIN SRAM
DAINESE SIDI
SHIMANO FSA

Магазин и сервисный центр:
Москва, ул. Максимова, д. 10.
Тел.: (499) 196 0497, 196 3127.
E-mail: sl@uventasport.ru

ЕКАТЕРИНБУРГ: магазин – ул. Куйбышева. д. 175, тел. (343) 261 3746, 254 5893;
сервисный центр и магазин – УСБ ДИНАМО, Московский тракт, 12 км
ПЕРМЬ: ул. Орджоникидзе, д. 14, тел. (342) 218 3248 /офис/

ЮВЕНТАСПОРТ
ЭКИПИРОВОЧНЫЙ И СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР

надежный партнер
профессиональный подход

FISCHER
ATOMIC
ROSSIGNOL
SALOMON
TOKO
KNEISSL
SWIX
START
KV+
BRIKO
RODE
REX
STAR

SPORTident.RU

SPORTIdent – система электронной отметки, созданная специально для видов спорта, где требуется фиксация времени участника на контрольных пунктах, например, спортивное ориентирование, cross-country в гонках на велосипедах, в ралли и т.п.. В систему входят следующие составляющие: карточка участника (ЧИП), станция отметки на КП.

ПРОДУКЦИЯ ЧИП SI-5

Технические параметры
36 отметок: отметка старта, финиша и проверки время отметки - 0.2 секунды.

ЧИП SI-6, SI-7(с дисплеем)

64 отметки:
отметка старта, финиша
и проверки время;
отметки – 0.07 секунды.

Станции BS8

особенный дизайн
(напоминает сотовый телефон)
работает с ЧИПами SI-5, 6, 7.
Масса 62 гр, резервная память
об отметках 25000 ЧИПов.
Размеры 101x51x19. Особенности –
есть дисплей с нижней стороны,
который позволяет
контролировать состояние
батарей, текущее время в
станции и функцию.

Станции BS7

работают с ЧИПами SI –5, 6,7.
Масса – 137 гр. Резервная память
об отметках 25000 ЧИПов.
Размеры 115x62x32.
Особенности – есть дисплей
с нижней стороны, который
позволяет контролировать
состояние батарей, текущее время
в станции и функцию (старт /
финиш / очистка / КП / проверка).

SPORTident + Pal

Вес станции + КПК 190 гр.
Время работы КПК
на аккумуляторе – 6 часов.
Возможности программы для КПК:
до 1000 участников, сохраняет содержимое до 1000 ЧИПов, возможность "перекачки" информации в настольный компьютер, провека отметки, !подбор" дистанции
для участника, проверка отметки для соревнований по выбору,варианты – снят/штраф за "недобор".

Printout – станция BS7-P

Работает с ЧИПами SI – 5, 6, 7
масса BS7-P - 140 гр. память
об отметках 12500 ЧИПов.
Возможность печати результатов на термопринтере. Аккумулятора принтера хватает на 400 распечаток по 20 КП. Вес принтера с аакумулятором – 240 гр.

Призма
www.sportident.ru