



ВФП

Всероссийская
федерация плавания



ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР



«Достигнутое – это уже история. О ней нужно помнить, но все силы, талант и умения тратить на достижение новой цели. Вот тогда понимаешь, что живешь правильно!»

**Анатолий Владимирович
ТАРАСОВ,
заслуженный тренер СССР**

В Ф П п р е д с т а в л я е т первую общероссийскую газету о плавании

ПЛАВАНИЕ

№50 2018

ДЛЯ ВСЕХ

**Колонка
главного редактора**

**ИТАК, МЫ
ПРОДОЛЖАЕМ...**

50-й номер, пожалуй, единственной в мире полнокровной газеты, посвященной, в первую очередь, массовому и детско-юношескому плаванию, как ни крути, а юбилейный. Поэтому и позволю себе кое-что сказать по этому поводу. Хотя сначала о том, о чем точно говорить не буду. Например, как трудно и непросто начинали шесть лет назад и какими стали, придя к нынешнему наполнению газетных полос. Всё это перед вами на двенадцати страницах каждого выпуска, нынче выходящего раз в полтора месяца.

Но вот что обязан озвучить, так это слова благодарности. Потому как без помощи и участия людей, заинтересованных в развитии «Плавания для всех» (заметьте, за всё время бесплатной газеты для читателя), этот проект не просуществовал бы и года. Поверьте, я знаю, о чем говорю.

Так вот, низкий поклон Всероссийской федерации плавания и Высшему наблюдательному совету ВФП. Нет, не за сам – как если бы оторванный от всего прочего – факт существования газеты. Ведь факт этот, если вдуматься, не что иное, как логическое следствие истинно государственного отношения к проблемам жизнеобеспечения деятельности и здоровья россиян. И разве не обучение плаванию в своей прикладной и оздоровляющей роли главенствует в этой «линейке»? А тут ведь и плавание «физкультурное» – для поддержания себя в надлежащей физической и психологической форме; и «врачебное» – помогающее не только сохранить здоровье, но и успешно бороться с различными недугами; и, наконец, «просто плавание», чтобы тот же летний отдых стал для детей и взрослых максимально полноценным.

Заодно не будем забывать, что умение плавать (а значит, и обязательное обучение плаванию) – базовый элемент для любого водного вида спорта. Вот почему всё это, плюс многое другое, и есть газета «Плавание для всех».

Безмерно благодарен и вам, уважаемые читатели. За неравнодушие к тому, что делаем. Независимо от того, благодарность слышим или же критику в свой адрес. И то, и другое – пища для редакционного ума и повод стать полезнее нашему общему плавательному делу.

Впрочем, сегодня о критике умолчу. Сами понимаете, праздник. И настроение под стать. С непроходящим желанием сеять разумное, доброе, вечное. С «вечным» – ладно, немного погорячился. Но разумное и доброе, что называется, в жилу. Даже в самых нелюбимых и жестких материалах. «Плавание для всех» – изначально позитивная газета. В ней нет «желтизны», «клубнички» или «замочных скважин», в которые так любит подглядывать современный мир. Я не говорю, хорошо это или плохо, правильно или неправильно. Но в чем убедился за прошедшие шесть лет: именно такая, как наша, газета в столь разновекторное время, в котором живем, необходима очень многим. «Жизненно необходима». В кавычки эту пару слов поставил лишь потому, что они – цитата из письма-поздравления с выходом 50-го номера. Читательского поздравления. Так что удачи и успехов всем нам; понимания друг друга; настойчивости, таланта и человечности в достижении цели... И, конечно же, здоровья и счастья с помощью плавания!

Александр Елисейкин

Ликвидация плавательной безграмотности в стране была и остается главной темой «ПДВ». Поэтому основным событием, пока готовился к выпуску юбилейный, 50-й номер газеты, стал для нас VII Международный спортивный форум «Россия – спортивная держава», который прошел в Ульяновске. И прежде всего потому, что в рамках Форума громко и конкретно прозвучала тема обязательного обучения юных россиян плаванию, подкрепленная «Открытым уроком» «Всеобуча». Вот и ответ, почему нынешний, знаковый для нас выпуск «Плавания для всех» начинаем репортажем о знаковом для отечественного физкультурно-спортивного движения событии.

Редакция «ПДВ»

Владимир САЛЬНИКОВ:

УБЕЖДЁН, НИКТО НЕ ВОЗРАЖАЕТ ПРОТИВ ТОГО, ЧТОБЫ КАЖДЫЙ РЕБЕНОК В НАШЕЙ СТРАНЕ СМОГ НАУЧИТЬСЯ ПЛАВАТЬ!

Работа VII Международного спортивного форума «Россия – спортивная держава» началась с пленарного заседания «Физическая культура и спорт: новые задачи развития», на котором выступил президент Всероссийской федерации плавания **Владимир Сальников**. Он акцентировал внимание собравшихся на необходимости обучения плаванию с самого раннего детства: «Когда мы говорим о жизненно необходимых навыках, то говорим о плавании. Если говорим о безопасном отдыхе наших детей и наших близких, о долголетию – опять же говорим о плавании. Если говорим о победах – мы вновь говорим о плавании. Попутно отмечу, что в этом году на чемпионате Европы наши пловцы завоевали 26 медалей, из которых 10 золотых, а на проходящих сейчас в Аргентине юношеских Олимпийских играх представители российского плавания уже добыли 5 золотых наград (всего на счету нашей плавательной команды, выступившей на юношеской Олимпиаде, 13 золотых, 4 серебряные и 2 бронзовые медали. – Прим.ред.). Считаю, что каждый человек должен иметь возможность обладать столь необходимым для полноценной жизни плавательным навыком. И здесь мы не являемся первооткрывателями. Древние греки ценили умение плавать наравне с умением читать и писать. Ведь от этого умения зависит жизнь

самого человека и, возможно, чья-то другая, спасенная им жизнь».

Глава ВФП привел печальную статистику гибели в России детей на воде – 14 тысяч только за последние 5 лет; а по данным Всемирной организации здравоохранения, из-за неумения плавать на планете ежегодно погибают более 370 тысяч человек. Но при этом отметил, что программы российского «Всеобуча по плаванию», направленные на обучение младших школьников, уже реализуются в ряде регионов – Ростовской, Пензенской, Липецкой, Калужской областях, Республике Татарстан, Алтайском крае, исходя, разумеется, из местных условий. Тут мне хотелось бы добавить, что условия эти, как понимаете, не везде одинаковы. Поэтому будем реалистами: где-то этапы внедрения программ «Всеобуча» будут происходить быстрее, где-то медленнее. И не забудем о такой главенствующей составляющей, как наличие бассейнов, которых в стране пока что далеко не в избытке. Ну, а таких, где наличествуют условия для работы с детьми, и того меньше. Если же станем рассматривать расположенные близ общеобразовательных школ, как мы говорим, в

шаговой доступности, то эта цифра еще уменьшится. Проблема? Безусловно. Причем не самая простая. И еще один немаловажный вопрос предстоит решить: как по уму распределить часы занятий на воде между «Всеобучем», массовым оздоровительным плаванием и необходимыми тренировками ребят из детско-юношеских спортшкол или спортивных клубов? Ведь взрослым для здоровья тоже необходимо плавание, но заниматься, например, глубокой ночью мало кто согласится. Да и олимпийские чемпионы нам тоже нужны, а их растить и готовить надо опять же по специальным программам, рассчитанным уж точно не на полчаса в день. И еще надлежит думать: как быстро и качественно подготовить дополнительный (и немалый!) отряд квалифицированных тренеров. Заметьте, не инструкторов по начальному обучению плаванию или же школьных учителей «с углубленным знанием предмета», а подчеркиваю, квалифицированных тренеров по плаванию, которые и плавать научат, и кому можно безбоязненно доверить жизнь ребенка. Зато у них во время занятия должны обязательно быть помощники – те же инструкторы или учителя физкультуры.

Главная тема

Окончание на с. 2



Серебряный призер Олимпийских игр в плавании брассом Марина Першина (Юрчя) ведет «Открытый урок» российского «Всеобуча по плаванию».

Окончание. Начало на с. 1

Вы же представляете, что может случиться, если одновременно запустить в обучение целый класс... Даже по столь краткому перечню видно, что первостепенных вопросов по обязательному внедрению «Всеобуча» не так уж и мало, и в одночасье их не решить. Потребуется какое-то время и заодно немало средств и усилий. Но и это решаемо. Главное – поставить цель и четко, продуманно к ней двигаться, возводя поэтапный фундамент, а не бросаясь на амбразуру. Ведь Дело (осознанно пишу с большой буквы), которое задумано, оно из разряда «на века», а не чтобы «прокричать и забыть». Вот почему президент ВФП выразил надежду, что в итоге ни один из регионов России не останется в стороне от этого важного, по-настоящему государственного, еще раз повторю, Дела. Почему государственного? Не поленились, посмотрите статистику, и у вас мороз пойдет по коже –

Владимир САЛЬНИКОВ:

УБЕЖДЁН, НИКТО НЕ ВОЗРАЖАЕТ ПРОТИВ ТОГО, ЧТОБЫ КАЖДЫЙ РЕБЕНОК В НАШЕЙ СТРАНЕ СМОГ НАУЧИТЬСЯ ПЛАВАТЬ!

сколько россиян разных возрастов погибают, казалось бы, из-за такой «мелочи», как неумение плавать.

Программа «Всеобуч по плаванию» была поддержана заместителем Председателя Правительства РФ **Ольгой Голодец**, которая также присутствовала на Форуме в Ульяновске: «Призываю всех поддержать это начинание во всех субъектах Российской Федерации. Мы все здесь согласны, что ребенок в начальных классах должен научиться плавать. Большое спасибо за эту инициативу».

Более того, важнейшее значение вопросов и тем, поднятых нынешним Форумом в свете дальнейшего развития физкультуры и спорта в стране, подкреплено таким фактом, как участие в его работе **Президента России Владимира Путина**, руководителей высшего звена. А «Всеобуч по плаванию», будем откровенны, и есть одна из главных составляющих дальнейшего приложения общероссийских сил в этом плане.

После завершения пленарного заседания, а также во время «Открытого урока» «Всеобуча по плаванию» мне довелось поговорить с людьми, которые в силу своих должностных полномочий да и просто человеческого отношения к столь наболевшей теме, как необходимость искоренения плавательной безграмотности населения, призваны поэтапно внедрять данную программу в нашу повседневную жизнь: распространять опыт передовых регионов по всей стране, заниматься решением именно практических вопросов. И начну, а точнее – продолжу, представление их монологов словами президента ВФП **Владимира Сальникова**: «...Перед Всероссийской федерацией плавания, кроме совершенствования работы сборных команд России, стоит задача максимально способствовать, чтобы в стране создавались предпосылки для реализации таких программ, как «Всеобуч по плаванию». Наша задача совместно с Министерством просвещения включить занятия по обучению плаванию в школьную программу для начальных классов. Причем, заметьте, говорю о реализации проекта именно под эгидой общероссийского начинания «Всеобуч по плаванию», которое однажды станет обязательным для всеобщего исполнения. Уверен, мы к этому обязательно придем. В то же время обучение у нас плаванию учащихся начальных и младших классов общеобразовательных школ далеко не новость и не редкость. Есть немало примеров из разных регионов страны, где эта работа ведется успешно и не один год. Однако всем нам теперь предстоит решение задачи на куда более глобальном уровне, прежде всего, в организационном плане, когда все составляющие процесса – а их немало – должны будут представлять собой как бы единый механизм, не допускающий даже мало-мальского сбоя. Только в этом случае придет настоящий, стабильный успех... Да, умение плавать – жизненно необходимый навык, который невозможно переоценить. Ведь синонимом ему подчас является сохраненная жизнь. Однако не будем забывать и о его спортивном значении. Тем более, что детский спорт выполняет такую важнейшую социальную задачу, как отрыв ребят от уличного ничегонеделания; ассоциирует их в общественную жизнь; в конце концов, позволяет быть физически здоровыми людьми. Поэтому чем больше детей будут обладать навыками плавания, тем больше будет выбор талантливых ребят для обучения в спортивных школах и, соответственно, участников программ ВФП по подготовке резерва сборных команд России «Я стану чемпионом!» и «Переходный состав». Все взаимосвязано. Я убежден, никто не возражает против того, чтобы каждый ребенок в нашей стране смог научиться плавать».

А вот монолог **Игоря Горина**, первого вице-президента Всероссийской федерации плавания, возглавляющего Федерацию плавания Ростовской области с 1998 года. Что примечательно: как раз Горин стал одним из инициаторов программы «Всеобуч по плаванию» в Ростовской области, поддержанной руководством области и местным минобразования. Причем на законодательном уровне. А началось здесь ее движение «вверх и вширь», которое ныне имеет всероссийский резонанс, больше восьми лет назад.

«Программа прежде всего показала свою эффективность на базе бассейна в небольшом поселке Каменоломни, расположенном недалеко от города Шахты. Я пригласил на должность тренера известного пловца **Алексея Филиппа**, участника Олимпийских игр, бронзового призера чемпионата мира 2001 года на дистанции 1500 м вольным стилем. И вот за 8 лет работы поселкового бассейна несколько тысяч детей научились плавать. Если говорить о решении «спортивного вопроса», который, как понимаете, напрямую вытекает из возможностей и достижений местного «Всеобуча», то **Алексей и его супруга Лилия подготовили семь мастеров спорта, пятнадцать кандидатов в мастера и около сотни разрядников. Я человек бизнеса, поэтому прекрасно понимал, что всё как раз-то и начинается с бассейнов. Если базы нет, то нет и программы. Построили мы бассейн и в Ростове. Программу поддержал губернатор Ростовской области **Василий Юрьевич Голубев**. К слову, всего в Ростовской области за шесть лет**

области. Мы же все прекрасно понимаем, что данная система необходима. Это и массовое закаливание детей. Это и обучение их плаванию в целях снижения риска несчастных случаев на воде. Это и раннее выявление спортивно одаренных ребят, которые могут в будущем стать профессиональными спортсменами. Это и вовлечение родителей, которые, видя успехи детей, будут стремиться держать и себя в хороших спортивных кондициях. А в итоге получается мощнейшая оздоровительная программа не только для подрастающего поколения, но и для взрослых».

Вела «Открытый урок» заслуженный мастер спорта, серебряный призер Олимпийских игр 1976 года на дистанции 200 м брассом **Марина Першина (Юрченя)**: «Мы сегодня проводим показательный мастер-класс по начальному обучению плаванию. Кто-то из детей уже освоил первые азы; кто-то лежит на воде, кто-то нет; у кого-то проблемы с правильным дыханием... Группа очень «разношерстная». Похожая по составу, когда на занятия придёт обычный школьный класс. Поэтому моделируем ситу-



Сразу представлю, кто изображен на этом снимке (слева-направо): президент ВФП **Владимир Сальников**; первый заместитель Председателя Законодательного Собрания Ульяновской области, президент федерации плавания Ульяновской области **Василий Гвоздев**; помощник Президента Российской Федерации **Игорь Левитин**; президент федерации плавания Ростовской области **Игорь Горин**. Я не профессиональный фотограф. Поэтому специально «кадр» не выстраивал, а что увидел на бортике «Открытого урока», то сиюминутно и запечатлел на камеру телефона. Так что прошу не судить строго. А то ведь обязательно кто-нибудь спросит: но почему Гвоздев как бы на заднем плане? Отвечу: он только что подошел после общения с тренерами и преподавателями «Открытого урока». Дел-то и новой информации много, а времени, чтобы лично во всем разобраться, не очень...

удалось обучить базовому уровню плавания 111 тысяч учеников начальной школы.

Плавание – жизненно важный навык. Для всех народов и всех стран. Поэтому «Всеобуч по плаванию» координируется с созданной FINA единой глобальной программой «Плавание для всех – Плавание для жизни». Наша программа в соответствии с федеральным государственным стандартом рассчитана на 36 часов. Реализуется по принципу государственно-частного партнерства. Необходимо, чтобы публичный партнер выступал заказчиком исполнения социальных программ, а профессиональный оператор (например, региональные федерации) реализует программу, обеспечивая эффективную эксплуатацию объектов и их окупаемость. И здесь наша программа идет в общем направлении с программой ВФП «Я стану чемпионом!». Заслуженному тренеру страны и отличному организатору **Виктору Борисовичу Авдиенко** нужно памятник при жизни поставить за практическое воплощение этой великолепной идеи. Спорту высших достижений, конечно же, нужна постоянная подпитка, и она обеспечивается развитием массового и детского плавания. В том числе «Всеобучем», в реализации которого важны три момента. Это профессиональное управление, кадровый потенциал и материально-техническая база на принципах государственно-частного партнерства. Нужно именно участие государства, а не просто поддержка. И очень здорово, когда президент Олимпийского комитета России **Станислав Поздняков** говорит, что «плавание должно стать обязательным видом общеобразовательного процесса».

Первый заместитель председателя Законодательного Собрания Ульяновской области, президент федерации плавания Ульяновской области **Василий Гвоздев**: «Открытый урок «Всеобуча» в рамках программы форума «Россия – спортивная держава» состоялся в бассейне СК «Торпедо». Для нас увиденное – уже опыт, и заодно – понимание, каким образом обучать плаванию детишек в рамках школьной программы уроков физической культуры. Надеюсь, что наше региональное министерство образования изучит материалы «Открытого урока», возьмёт их на вооружение и со следующего года «Всеобуч» начнет свою работу в Ульяновской

области, когда промежуточный итог обучения приводится к единому знаменателю при помощи разучивания базовых упражнений. И уже в дальнейшем на базе этих упражнений мы будем обучать ребят стилям спортивного плавания. Приятно, что дети все стараются, у кого-то получается лучше, у кого-то хуже, но это нормальное явление.

Профессионалов обучения у нас немало. Каждый тренер региональной спортивной школы умеет учить. И каждый тренер учит, чтобы в дальнейшем его дети совершенствовались и становились разрядниками и мастерами спорта.

Программа начальной подготовки известна и апробирована. По ней работает любая спортшкола. Эта же программа пригодна для проведения урока физкультуры в бассейне. Я считаю, что плавать должен уметь каждый. И для укрепления здоровья, и для безопасности на воде. Очень хорошо, что создана программа FINA «Плавание для всех – Плавание для жизни». Но нужно не потерять наш «Всеобуч». И как можно шире внедрять ее по стране. Хотя здесь необходимо помнить, чтобы мастер-классы и плановые уроки обучения плаванию школьников проводили именно профессиональные тренеры. Тогда это станет гарантией успеха».

Ив заключение хочу познакомить вас, уважаемые читатели, с выдержкой из послания президента Международной федерации водных видов спорта (FINA) **Хулио Маглионе** участникам VII Международного форума «Россия – спортивная держава»: «Приветие населению страны, начиная со школьного возраста, устойчивого и жизненно необходимого навыка уметь плавать – одна из благороднейших задач современности... И если мы будем активно действовать вместе, то сможем не только сохранить много жизней, но и обеспечить лучшее будущее нашим детям, давая им возможность заниматься спортом, вести здоровый образ жизни, воспитывая их лучшими гражданами своих стран».

Алексей ЗУБАКОВ
Фото автора
Ульяновск – Москва

Казань вновь оказалась в эпицентре внимания плавательной России. Спортсмены разыграли награды чемпионата страны на короткой воде и места в сборной на декабрьский чемпионат мира, а участники конференции ВФП подвели итоги её работы за два послеолимпийских года.

ПОПУТНЫЙ ВЕТЕР В ПАРУСА НАДЕЖД

Несмотря на несхожесть по форме, события эти взаимосвязаны по сути. Ведь одна из ключевых задач федерации в том и состоит, чтобы дать пловцам возможность проверить себя в борьбе с соперниками. Что и позволяет нам рассказать о чемпионате и конференции в рамках одного материала. А поскольку вторая прошла под занавес первого, с него и начнем.

Дорожки казанского ДВВС подтвердили репутацию быстрых. На сей раз они были задействованы в уполвинном варианте и дали пропуску целой серии рекордов. Вплоть до мировых юношеских в исполнении Климента Колесникова. Молодой, но уже успевший войти в мировую элиту москвич дважды – в полуфинале и финале – обновил высшие достижения на 100 м комплексом, а также на дистанции вдвое короче на спине. Его землячка Розалия Насретдинова проплыла 50 м баттерфляем с рекордом России. Победа в финале далась ей в споре с Ариной Сурковой из Новосибирска, которая днем раньше улучшила рекорд страны трехлетней давности.

Этот рубеж покорился и Марии Каменевой – оренбурженке, переехавшей недавно в Санкт-Петербург. Причем на непростой и престижной дистанции – 100 метров комплексным плаванием. Анастасия Сорокина из Свердловской области трижды преодолела комплексную стометровку с очередным юношеским рекордом России. 14-летняя пловчиха стала рекордсменкой и на дистанции вдвое длиннее. А летом она же, заметив, выиграла первенство Европы в Хельсинки, улучшив старейший юношеский рекорд России на 200 м комплексом в 50-метровом бассейне, который Елена Дендеберова установила аж в 1984 году. Не забудем также назвать Анну Чернышеву, Ольгу Турчину, Дарью Астанину и Анастасию Макарову из Подмосковья, которые дважды поднимали планку национального достижения для юниорок в эстафете 4x200 м вольным стилем.

Градус борьбы повышался, естественно, желание спортсменов пробиться в число соискателей наград предстоящего чемпионата мира в китайском Ханчжоу. Для этого им предстояло выполнить нормативы, соответствующие восьмому результату мирового рейтинга. И это удалось практически всем нашим лидерам. Насретдинова, например, призналась: главным стимулом в наступлении на рекорд страны для неё стало именно то, что отборочный норматив изна-

Промежуточный итог

чально превышал прежний. По мнению главного тренера сборной Сергея Чепика, столь жесткий подход к формированию команды вполне оправдан.

Интриги добавляло и участие компактной группы россиян в розыгрыше Кубка мира. Им была также предоставлена возможность сдать экзамен отбора на двух завершающих этапах. Лучше других с этой задачей справился Владимир Морозов, повторив в Пекине мировой рекорд на 100 м комплексом. Вторая путевка на ЧМ досталась Колесникову. А финишировавший за ним Сергей Фесиков, тоже выполнив норматив, лишился шанса выступить в этом виде программы: правила лимитируют страну двумя участниками. Тем не менее он и его жена Анастасия Фесикова, а также чемпион Европы на короткой воде Евгений Седов, выигравшие чемпионат, но не преодолевшие нормативы, выступят в эстафетах.

Одной из интриг турнира в Казани была дуэль между Евгением Рыловым и Климентом Колесниковым. Бронзовый призер Олимпиады-2016 хоть и уступил многократному чемпиону юношеской Олимпиады-2018, но достойно. Между прочим, Рылову предстоит впервые выступить на чемпионате мира в 25-метровом бассейне...

Мажорный тон состязаний в бассейне не мог не сказаться на атмосфере кулуаров, где прошла конференция ВФП. Предыдущая, заметим, тоже состоялась в столице Татарстана. Выбранное тогда руководство на сей раз просто отчиталось, как реализуются одобренные два года назад планы. Повестка дня была исключительно рабочей, но далеко не рутинной. Потому что этот отрезок времени можно назвать самым продуктивным в истории организации, отвечающей за развитие плавания в нашей стране.

Как справедливо подметил в прениях по содержательному докладу Владимира Сальникова почетный президент ВФП, летчик-космонавт Виктор Савиных, в настроении этих двух конференций ощущалась большая разница. Если домашний, казанский чемпионат мира и Олимпиада в Рио поставили перед федерацией вопросы, то чемпионат мира в Будапеште и недавний европейский в Глазго дали на них ответы. Конечно, уже тогда мало кто из тех, кто причастен к её долгосрочным программам, сомневался, что наше спортивное плавание на верном пути. Однако требовались весомые, отлитые в медали аргументы. И они спортивному, и не только, сообществу предъявлены.

Вот лишь несколько сухих, зато красноречивых цифр. Если на чемпионате Европы 2016 года российские пловцы довольствовались двумя наградами – серебряной и бронзовой, то в этом году записали в актив 26, включая 10 золотых. Если на чемпионате мира 2015 года у них были 4 медали, в том числе одно золото, то из Будапешта они привезли 10, из них три золота. В 2016 году в индивидуальных видах плавания в 50-метровом бассейне в списках 25 лучших значились 28 россиян. Сейчас в этом рейтинге уже 40 наших пловцов. Два года назад в тройках мирового рейтинга было трое наших, при этом первого места не занимал никто. Сейчас таких пятеро, из них все – на первой позиции.

Понятно, что наступление на международном фронте – ключевая, но далеко не единственная задача ВФП. Каждая заслуживает отдельного разговора. Пока же ограничимся резюме. В качестве такового напрашивается аналогия из другого вида спорта, в общем-то тоже водного – парусного. Там залогом успеха, как известно, является умение «поймать» ветер в паруса. Рулевым отечественного плавания удалось их поднять и заручиться попутным ветром. А горизонт чист от преград, способных сбить его с курса на олимпийский Токио...

Евгений АЛЕКСЕЕВ
Казань – Москва



ЗНАКОМЬТЕСЬ, АНАСТАСИЯ СОРОКИНА

Продолжаем «крупным планом» знакомить вас с юными и по-настоящему талантливыми российскими пловцами. Причем, не только посредством текстов, но и фотографий. И заодно полностью согласны с мнением наших читателей, что это пока ни что иное, как аванс на будущее. Их чемпионское будущее. На которое все мы, безусловно, надеемся.

14-летняя представительница Свердловской области Анастасия Сорокина 5 раз (!) по ходу этого чемпионата обновляла юношеские рекорды России на дистанциях 100, 200 и 400 м комплексным плаванием. Давно ничего подобного мы не видели в женском комплексе. И хочется верить, что наконец-то начался отсчет реального времени, на финише которого забудутся наши хронические неудачи в этой «гроссмейстерской» дисциплине спортивного плавания.

Фото Алексея Савченко



ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ВСЕРОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ

ОСЕНЬ – ПЕРЕХОДИМ В АКВАТОРИЮ БАССЕЙНА

Практикум от Елены Мехтелевой

Не умеющих плавать взрослых и детей обычно обучают кролю на груди и на спине. Кроль на груди является быстрее и наиболее экономичным способом плавания.

При обучении плаванию упражнения в воде выполняются в следующей последовательности: *упражнения в воде с неподвижной опорой, упраж-*

нения в воде с подвижной опорой и упражнения в воде без опоры.

Все элементы техники плавания разучиваются в следующей методической последовательности: положение тела, движения ногами, согласование движений ногами и дыхания, движения руками, согласование движений руками и дыхания, движения с полной координацией.

ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПО ОБУЧЕНИЮ ТЕХНИКЕ ДВИЖЕНИЙ НОГАМИ В КРОЛЕ НА ГРУДИ

- Упражнения в воде с неподвижной опорой (например, держась за бортик бассейна)

И.п. – сидя на бортике бассейна. Ноги выпрямлены, стопы опущены в воду. Движения ногами кролем (попеременные движения ногами вверх и вниз).



И.п. – лежа на груди, держась за бортик руками (локти упираются в стенку бассейна, подбородок на поверхности воды), движения ногами кролем.



И.п. – лежа на груди, держась за бортик прямыми руками, движения ногами кролем на задержке дыхания, лицо опущено в воду.



УРОК №4. НА ЧТО НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ КРОЛЕМ

- Упражнения в воде с подвижной опорой (например, плавательная доска, круг)

И.п. – на груди, держа плавательную доску в вытянутых вперед руках. Плавание при помощи движений ногами кролем. Сделать вдох, задержать дыхание, опустить лицо в воду.



И.п. – лежа на груди, правая рука вытянута вперед и держит на поверхности воды доску (хват за середину доски – большой палец вниз), левая рука выпрямлена и прижата к туловищу. Сделать вдох, задержать дыхание, опустить лицо в воду. Плавание при помощи движений ногами кролем; повторить это упражнение, поменяв положение рук.



- Упражнения в воде без опоры

И.п. – лежа на груди, руки вытянуты вперед, кисти соединены. Плавание при помощи движений ногами кролем. Сделать вдох, задержать дыхание, опустить лицо в воду.



И.п. – лежа на груди, правая рука вытянута вперед, левая рука выпрямлена и прижата к туловищу. Сделать вдох, задержать дыхание, опустить лицо в воду. Затем выполнить это упражнение, поменяв положение рук.



Методические указания по выполнению движений ногами в кроле на груди:

- ноги выпрямлены в коленных суставах, носки оттянуты – большие пальцы стоп внутрь, а пятки наружу;
- выполнять движения прямыми ногами в высоком темпе, (так как занимающиеся преодолевают сопротивление воды, ноги слегка сгибаются в суставах, в результате этого формируются хлыстообразные ударные движения);
- движения ногами выполнять от бедра, а не от колена;
- пятки ног должны показываться на поверхности воды;
- движения выполняются также с переменным темпом (для определения индивидуального темпа движений).

ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПО ОБУЧЕНИЮ ТЕХНИКЕ ДВИЖЕНИЙ НОГАМИ И ДЫХАНИЯ В КРОЛЕ НА ГРУДИ

- Упражнения в воде с неподвижной опорой (например, держась за бортик бассейна)

И.п. – лежа на груди, держась за бортик прямыми руками. Движения ногами кролем, выполняя выдох в воду.



И.п. – лежа на груди, держась за бортик одной рукой (другая вдоль туловища). Движения ногами кролем, вдох выполнять после поворота головы в сторону прижатой руки, затем опустить лицо в воду, сделать выдох.

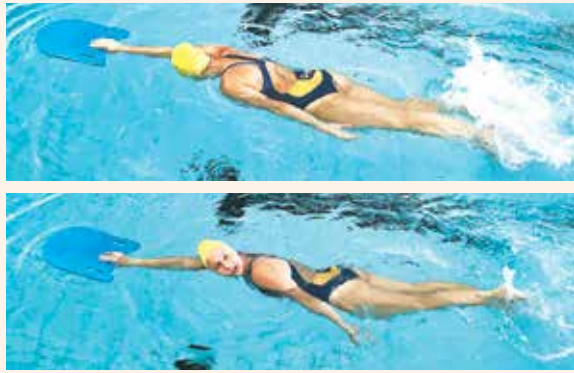


- Упражнения в воде с подвижной опорой (например, плавательная доска, круг)

И.п. – лежа на груди, держа плавательную доску в вытянутых вперед руках. Плавание при помощи движений ногами кролем, опуская лицо в воду и делая выдох.



И.п. – лежа на груди, держа плавательную доску одной рукой хватом за дальний край, другая рука прижата к бедру. Плавание при помощи движений ногами кролем, вдох выполняется после поворота головы в сторону прижатой руки, вернуться в исходное положение, сделать выдох в воду.



Упражнения в воде без опоры

И.п. – лежа на груди, руки вытянуты вперед, кисти соединены. Плавание при помощи движений ногами кролем: вдох выполняется при поднимании головы вперед, выдох – во время опускания лица в воду.



И.п. – лежа на груди, одна рука впереди, другая вдоль туловища. Плавание на груди при помощи движений ногами кролем, чередуя положение рук: вдох выполняется во время поворота головы в сторону руки, вытянутой вдоль туловища, выдох – во время опускания лица в воду.



Методические указания по выполнению движений ногами в кроле на груди в согласовании с дыханием:

- вдох должен выполняться ртом максимально быстро; выдох выполняется медленно (носом или носом и ртом)
- во время вдоха движения ногами должны выполняться более интенсивно;
- при выполнении упражнений с одной вытянутой вперед рукой при повороте головы для вдоха – ухо и щека должны оставаться в воде.

НЕОБХОДИМОЕ ДОПОЛНЕНИЕ.

Упражнения для начинающих, о которых только что рассказали, должны выполняться ОБЯЗАТЕЛЬНО под присмотром инструктора или тренера независимо от возраста обучающегося.

Уважаемые взрослые, даже если вы прекрасно плаваете, не рискуйте примерить на себя роль «учителя», ибо в какой-то момент вам может просто не хватить опыта и умения оказать помощь в критической ситуации. А с водой, как известно, шутки плохи.

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

МЕХТЕЛЕВА

Елена Александровна. Мастер спорта России по плаванию, призёр чемпионатов и Кубков России по плаванию. Доцент кафедры плавания РГУФКСМиТ. Кандидат педагогических наук. Активный участник движения «Мастерс». Чемпион и рекордсмен России, призёр чемпионата мира по плаванию в категории «Мастерс». Автор программы спецкурса «Аква-аэробика» для студентов и слушателей Института повышения квалификации.



Подвиг, какой он есть

КОРОЛЬ СПЕШИТ НА ПОМОЩЬ

В указе президента России Владимира Путина о награждении медалью «За спасение погибавших» Юлии Король уточняется: за «смелые и решительные действия при спасении людей в экстремальных условиях».

Безопасность на воде – одна из постоянных тем нашей газеты. Как и привлекающее к ней обучение плаванию. О трагической истории позапрошлого лета на карельском Сямозере мы тоже написали. А потом еще раз, уже с анализом уроков, которые она преподавала.

Вернуться же к тем событиям побудил недавний пост в Фейсбуке. Меня он зацепил, что называется, за живое. Автор – один из тех, кто благодаря Юле, тогда 12-летней московской школьнице, остался жив. Мальчик мало что помнит о дне, который мог стать для него последним, но эту девочку вспоминает с большой теплотой: «Когда она ребят вытаскивала из воды, они говорили ей «спасибо» и умирали. Она об этом мне рассказывала... А я хочу рассказать всему миру про нее».

Заканчивался пост так, прописными буквами: «В ЗНАК УВАЖЕНИЯ РАССКАЖИТЕ О НЕЙ СВОИМ ДРУЗЬЯМ!».

За весь мир поручиться не могу. Но расширить круг людей, которые наверняка разделят со мной восхищение Юлиным подвигом, за счет аудитории «ПДВ» мне по силам. Что и делаю.

Жертвами трагедии, случившейся исключительно по вине взрослых, стали, напомним, 14 человек, в основном дети. В лагере «Парк-отель «Сямозеро» они отдыхали по социальной программе правительства Москвы. 18 июня группа из 47 ребят с четырьмя инструкторами отправилась на двух каноэ и надувном рафте к острову. Проплыть предстояло 3,7 км. Внезапно разыгравшийся шторм перевернул обе лодки, они шли в одной связке. Детей и двух инструкторов, плывших на рафте, а также часть с каноэ потом нашли на окрестных островках. Лишь Юле удалось самой выплыть на берег озера и добраться до ближайшей деревни.

Юля и ее брат-двойняшка Дима – сироты. Их воспитывает бабушка Галина Гончарова. «Я одна выжила», – сказала она дрожащим голосом по телефону бабушке. Юля думала, что потеряла и брата. Оказавшись в воде, они поначалу держали



лись за руки, а потом удары волн их разделили. К счастью, Дима тоже выжил.

В школе, как выяснилось, девочка посещала уроки «Школы безопасности» и занималась плаванием. Это, несомненно, и помогло ей выдержать испытания штормом. И конечно, проявились не по-детски твердый характер, готовность протянуть руку помощи нуждающимся в ней.

Иначе поведение Юли не объяснить. Чудом спасшись сама, обессилев, она несколько часов спешила к людям, чтобы сообщить о случившемся. По дороге свалилась в реку, снова выплыла. А потом, едва успев переодеться и согреться, вместе с местными жителями вернулась к берегу. Где лезла в воду, помогая доставать детей. Один парнишка, когда она его обнаружила, еще подавал признаки жизни. Но на берег вынесла уже мертвое тело. Среди спасенных девочкой был даже один из лагерных инструкторов...

Резонанс эта трагедия имела громкий. В память о жертвах футболисты сборной России вышли на матч чемпионата Европы в траурных повязках. Соболевания выразили главы правительств нескольких государств. Спасатели получили награды. Семьи погибших – компенсацию. Виновных наказали. Был принят закон об ужесточении требований к организации детского отдыха.

Юля тоже получила медаль. И подарок от МЧС – несколько томов... «Энциклопедии безопасности жизнедеятельности». Именно их ей после тяжелой психологической травмы, видимо, и не хватало для полного счастья. И еще скромной девочке с громкой фамилией Король досталась мимолетная «минута славы». Но слава ей, пожалуй, ни к чему. А вот уважение, которое Юля Король заслужила, точно не помешает ей достойно преодолеть оставшуюся часть дистанции под названием «жизнь».

Алексей МОСКВИН

Фото из twitter.com

БЛАГОДАРИМ ИМ ТРАГЕДИИ НЕ СЛУЧИЛОСЬ ВСЕГО НЕСКОЛЬКО ПРИМЕРОВ ИЗ СОТЕН ПОДОБНЫХ

Еще одну беду на воде предотвратили спасатели ВОСВОД Московской области. Трагедия могла произойти 17 июля днем на Корневском обводненном карьере – излюбленном месте купания не только местных жителей. Так получилось, что девочка выбилась из сил и начала тонуть. Дежуривший в составе смены спасатель ВОСВОД Сергей Балашов моментально кинулся в воду и уже обессилевшую девочку вытащил на своих плечах, оказал доврачебную помощь. В этом ему помогли отдыхающие здесь же Нина Андреевна и Виктор Степанович. Спасенная оказалась немногословной, сказала только что сама с Лефортово (видимо, района Москвы). И как только оправилась от шока, быстро ушла.

В Вятских Полянах на городском пляже чуть не утонул подросток, который пришел сюда вместе с друзьями. Но во время купания стал тонуть. Это заметила женщина, которая находилась рядом. Она вытащила парня из воды и оказала ему первую медицинскую помощь. После этого ребенок был передан прибывшим на место происшествия спасателям.

В Курской области двое подростков – Андрей Зудов и его друг Антон Алмосов – спасли тонущего ребенка. Об этом рассказывает газета «Курьер».

Всё произошло в мае в городе Льгове. Ребята переходили реку через пешеходный мост и вдруг заметили, что невдалеке в холодной воде барахтаются и зовут на помощь трое маленьких детей. Андрей и Антон, не раздумывая, лишь сняв обувь и футболки, прыгнули в реку

и вплавь добрались до ребятшек, один из которых уже захлебывался. Они подхватили тонущего и дотащили его до торчащих из воды железобетонных опор. Двое других детей подплыли туда сами. Спасенный был сильно испуган и не сразу признался, что он не умеет плавать, однако «за компанию» прыгнул в воду вслед за приятелями.

Это спасение можно назвать настоящим чудом. Дело в том, что бросившись на помощь подростки живут в 20 километрах от Льгова – в селе Банищи. В город они прибыли в составе волейбольной сборной на торжественное открытие спортивного сезона. После выступления ребята направились на автостанцию и решили пройти именно этой дорогой.

Возможно, и об их подвиге мало кто узнал бы, однако процесс спасения увидела сотрудник администрации Галина Козина, которая тоже возвращалась по этой дороге со стадиона.

На торжественной линейке, посвященной окончанию учебного года, Андрей и Антон получили благодарственные письма, а теперь началось оформление документов для представления ребят к награде за спасение утопающих.

Лысьвенские школьники Кирилл Бродников (9 «Б» класс, школа № 7) и Алексей Корякин (7 «Б» класс, школа № 11), которые спасли тонущего рыбака, были награждены медалями «Юнармейская доблесть» I степени и благодарственными письмами МЧС по Пермскому краю, сообщает администрация города.

Таковыми медалями в России награждены всего 40 человек.

Напомним, 2 мая школьники увидели, как мужчина провалился под лёд. Они бросились спасать рыбака с помощью подручных средств. Им на подмогу пришли взрослые. Дотолкав лодку до полыньи, взрослые помогли забраться в неё и пострадавшему мужчине, и школьникам, которые не дали ему уйти под воду.

Житель села Первомайское Нижнесергинского района Свердловской области 42-летний Алексей Автух спас из воды детей. Это произошло 2 мая. Две сестры 6 и 8 лет и их подружка 7 лет спустились к реке Утка, чтобы помыть руки. Одна из девочек упала в воду и начала тонуть. Ее сестра поспешила на помощь, но тоже сорвалась в воду. Тогда третья девочка стала звать на помощь. В это время мимо на велосипеде проезжал Алексей Автух.

– Еду у реки, слышу – дети кричат «Спасите!», смотрю – в воде барахтаются двое. Бросил велосипед, скинул куртку, сапоги и в воду. Первой схватил младшую из сестер, Дашу, сказал, чтобы она меня за шею обхватила, руки надо было освободить, чтобы спасти вторую – Лену. Так с двумя девочками с трудом выбирался из воды, течение было очень сильным, пытался встать, но сила воды не давала, сносило. А девочки – молодцы, мужественно держались, – рассказал мужчина.

За свой поступок Алексей Автух представлен к медали МЧС России «За спасение погибающих на водах».

(Информация с официального сайта ВОСВОД России)

АКВААЭРОБИКА – НЕ ТОЛЬКО ДЕЙСТВЕННОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ВАШЕГО ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ С ПОМОЩЬЮ ВОДНОЙ СРЕДЫ, НО ВОДАВАОК ОТЛИЧНЫЙ ПОМОЩНИК В ДЕЛЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ!

С «ЛАПШОЙ» НА ПЕРЕВЕС

В заголовке к этому уроку позволили себе небольшую шутку, чтобы лишний раз настроить вас на одну необходимую для достижения итогового положительного результата психологическую волну. А это означает, что не надо относиться к предлагаемым упражнениям как к некому тяжелому и рутинному труду: мол, надо, и всё тут. Так «каша» не сварится. Ибо без хорошего настроения и, если хотите, праздничного настроения даже не стоит пробовать. Кстати, именно этот факт неоднократно подчеркивался нашими читателями (если точнее, то в основном читательницами), которые нынче не представляют свою жизнь без аквааэробных уроков «ПДВ». Сразу скажем: спасибо всем, кто

с нами. Значит, не зря стараемся. И, соответственно, расширяем горизонты наших занятий. О тренировках с помощью нудлса и других вспомогательных средств мы однажды уже рассказывали. И вот сегодня, опять же, по вашей просьбе, решили не просто напомнить, а дополнить новой, полезной и главное – практической составляющей тот урок. Но прежде, по нашей традиции, небольшая вводная часть от автора занятий.

Акванудлс (происходит от двух слов: aqua – вода и noodle – лапша) применяется в качестве инвентаря для занятий аэробикой в воде и на суше. Нудлс бывает разных цветов, поэтому вы можете подобрать себе инвентарь по настроению или под цвет купального костюма. Изготавливается нудлс из вспененного полиэтилена или вспененного каучука, что позволяет аквапалке быть гибкой, легкой и отлично выталкиваться из воды. Стандартные нудлсы имеют длину от 100 до 160 см и 8-10 см в диаметре. Обычно одного нудлса стандартного размера хватает для того, чтобы удержать человека на плаву. А значит, они годятся не только для занятий аквааэробикой, но и для обучения плаванию или просто отдыха на воде. Нудлс идеально подходит для выполнения всех упражнений (даже в бассейне небольшой глубины и площади).

Итак, теория завершена, приступаем к практике.

1 И.п. – руки согнуты в локтях, быстрый бег с максимальной амплитудой.



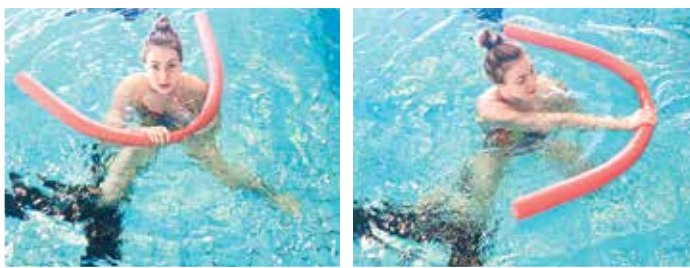
2 И.п. – сидя на нудлсе, руки и ноги разведены в стороны, скрещивание рук и ног перед собой. Спина прямая, держим равновесие.



3 И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, прямая рука с нудлсом вытянута в сторону. Выполняем движения вытянутой правой рукой под воду в сторону левой ноги, левая нога выполняет одновременно мах в сторону. Вдох – рука в сторону. Выдох – движение руки под воду.



4 И.п. – руки согнуты перед собой, выпрямление поочередно рук в диагональ, скручивая туловище, ноги работают произвольно.



7 Перекаты. И.п. – лежа на груди, руки с нудлсом вытянуты вперед. Выполняем сгибание и подтягивание ног к груди с дальнейшим переходом в положение на спину и выпрямление руки (вдоль туловища) и ноги, при этом плечи видны из воды. Далее выполняются сгибания и подтягивание ног к груди с дальнейшим переходом в положение на грудь с выпрямлением рук и ног.

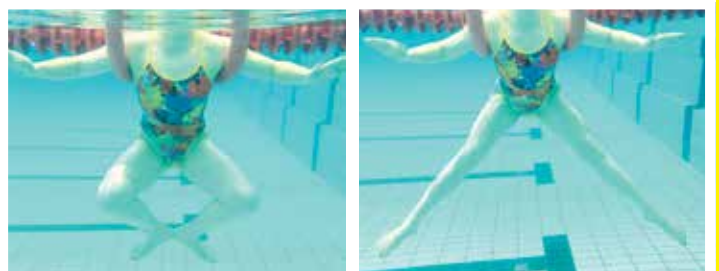
8 И.п. – нудлс за спиной, ноги разведены в стороны, соединяем стопы вместе.



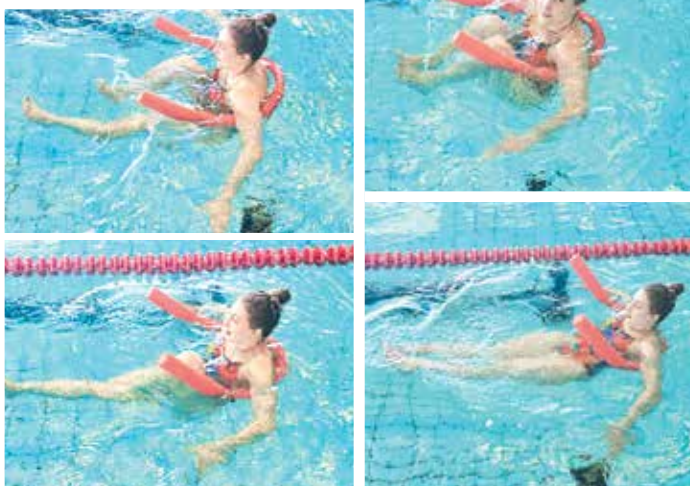
5 И.п. – опираясь на нудлс, который находится за спиной. Поднятие прямых ног вверх. Стопы при этом оказываются над водой. Мышцы пресса напряжены. Выдох при поднимании ног вверх.



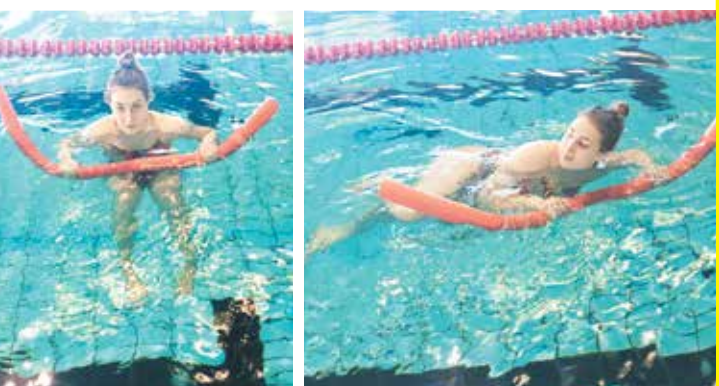
9 И.п. – нудлс за спиной. Бедрa согнуты и разведены, пятки вместе, мах от коленей в стороны.



6 И.п. – нудлс за спиной. Жим двумя ногами, жим левой, жим правой ногой.



10 И.п. – бег, лежа на боку, руки держат нудлс перед собой, принять вертикальное положение и продолжить бег на другом боку.



Для выполнения следующей группы упражнений вы можете подстраховать себя аквапоясом.

11 И.п. – сед в группировку, колени не касаются груди. Имитация езды на велосипеде, руки работают, как удобно. Выполнять это упражнение на боку, с перемещением, с вращением вперед, назад.



12 И.п. – руки в стороны, ноги опущены вниз и работают брассом, выпрыгивание вверх из воды как можно выше.



13 И.п. – ноги опущены вниз, руки вдоль туловища. Удар ногой вперед через сгибание в коленном суставе.



14 И.п. – ноги выполняют движение как при ходьбе, руки согнуты и прижаты к груди. Удары руками как в боксе: вперед, в диагональ, по одной, двумя одновременно.



15 И.п. – сед, ноги прямые вместе, руки в стороны. Одновременный удар двумя ногами вперед и вверх через сгибание в коленном суставе и возвращение в и.п.



16 И.п. – ноги опущены вниз. Группировка (подтягивание согнутых ног к груди) и возвращение в и.п.



17 И.п. – ноги опущены вниз. Попеременное подтягивание ног к груди.



18 И.п. – ноги опущены вниз. Подтягивание ног в группировку с поворотом. Руки выполняют опорную функцию (движение восьмеркой). При необходимости в качестве опоры тут можно использовать аквагантели.



И завершаем тренировку тремя упражнениями с нудлсом.

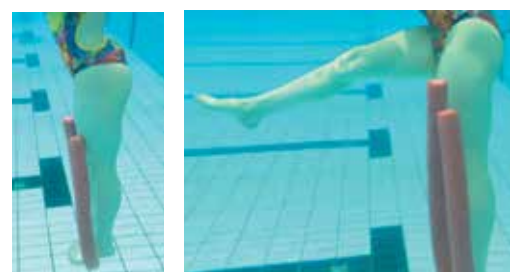
19 И.п. – стоя, подтянуть одну ногу к груди и задержаться на 5-10 счетов в этом положении. Поменять ногу.



20 И.п. – держа нудлс за спиной прямыми руками, медленно поднять руки и задержать в этом положении.



21 И.п. – стоя на нудлсе, одна нога поднята вперед, держать баланс.



Как всегда в конце занятия хочу напомнить: выполнение всех предложенных упражнений и именно в такой последовательности – отнюдь не догма. Еще во время первых уроков я подчеркивала, что главное – это необходимость постоянно прислушиваться к себе, правильно оценивая свои сегодняшние возможности и общее самочувствие. Отсюда выбор не только упражнений, но и интенсивности их выполнения. Не забывайте об этом. Ведь основное условие любой тренировки – не только получение необходимой физической нагрузки, а чтобы эта самая нагрузка шла исключительно на пользу, а не во вред.

Елена МЕХТЕЛЕВА
Фото автора

Две серебряные медали Светланы Чимровой на чемпионате Европы в Глазго были восприняты как прорыв. До неё никто из дельфинисток, включая советских, ни разу не поднимался индивидуально на международный пьедестал. И все же Владимир Ермаков остался недоволен ученицей: по его убеждению, одной из наград следовало стать золотой.

Удовольствие познакомиться поближе с Чимровой я имел пару лет назад. После олимпийского сезона, в котором она переписала всю таблицу рекордов страны в баттерфляе. Правда, в Рио не смогла доплыть даже до полуфинала на «сотне». Но настроена была оптимистично: «Я знаю свои сильные места и не сомневаюсь, что способна на большее».

На этой ноте я и завершил интервью, тоже не испытывая сомнений по части светлого (а как иначе, если человеку по имени Светлана чуть за 20?) будущего лучшей российской дельфинистки. В развитие темы напрашивался разговор с наставником. Он состоялся недавно там же, в бассейне СК «Олимпийский». На подходе к нему вспомнилось, как в начале 70-х не раз бодро шел тем же маршрутом от метро, а возвращался, пошатываясь от усталости.

– Знаете, Владимир Михайлович, а ведь здесь и я когда-то тренировался.

– Здесь многие тренировались, бассейну-то скоро сорок.

– К плаванию это отношения не имело. Я не сказал, что в бассейне. На этом самом месте был манеж, переделанный из старой конюшни... А как давно вы начали обживать «Олимпийский»?

– Практически с самого начала, после Олимпиады-80. Когда я вместе с тремя первыми учениками, ребятами 1967 года рождения, подключился к сборной СССР.

– Для вас, тогда совсем еще молодого специалиста, это стало, очевидно, хорошей школой?

– В сборной тех времен было у кого поучиться. Многое мне дало общение, например, с Борисом Дмитриевичем Зеновым, Игорем Михайловичем Кошкиным, Генрихом Владимировичем Яроцким, Вячеславом Николаевичем Перегудовым. И естественно – с Сергеем Михайловичем Вайцеховским, главным тренером.

– Ваши первые «ласточки» чего-то добились?

– Как-то не сложилось. Не по моей вине. Ребят забрали в армию, где у меня не было возможности их контролировать, и они перестали расти. Мне же пришлось начинать с нуля, набрать группу из молодых. Один из них уже в 1986 году выступал в составе сборной на «Дружбе». Был тогда такой турнир с участием команд соцстран. Алёша Кудрявцев на Олимпиаде-92 в Барселоне плыл на предварительном этапе кролевой эстафеты 4x200 метров, которая победила в финале.

Между прочим, у меня три года занималась Дендеберова. Не знаю, что стало причиной её разлада с Петровым. Когда Лена обратилась за помощью ко мне, я прежде всего посоветовался с Глебом Георгиевичем. Тот не возражал. На Олимпиаде-88 в Сеуле Дендеберова стала второй на 200 метров комплексом. Позже в моей бригаде тренировался и Роман Щеголев, двукратный серебряный призер чемпионата мира-94 в эстафетах.

– Любопытно, что золотом Барселоны вклад Кудрявцева в олимпийскую копилку не ограничился. Его дочь Яна завоевала серебро турнира по художественной гимнастике в Рио. А четырьмя годами раньше на Играх в Лондоне блеснул ваш бывший ученик Евгений Коротышкин, проиграв стометровку баттерфляем лишь непобедимому Майклу Фелпсу. После неудачи на пекинской Олимпиаде он уехал в Италию к Андреа ди Нино. По какой причине вы расстались?

– Разошлись мы, прямо скажем, далеко не мирно. В том числе и по моей, не исключая, вине. Но точно не по моей инициативе. И вообще это отдельная история. Я ведь взял его не потому, что связывал с ним какие-то планы, а по просьбе родителей. Хорошо их знал: мама выступала за сборную еще при Вайцеховском, а с отцом мы вместе учились в институте.

Однажды Людмила призналась, что сын, которого она тренировала, стал выходить из-под контроля – покуривать, хулиганить, связался с дурной компанией. Ну, я и предложил: приводи, будем работать. Тогда у меня уже были перспективные ребята его возраста, некоторые попадали в юношескую сборную. Женя мне понравился: упорный, стойкий, никогда не жаловался. А когда стал выступать на соревнованиях, мог, не особо напрягаясь

Владимир ЕРМАКОВ:

НЕ ЛЮБЛЮ ПЛЫВУЩИХ ПО ТЕЧЕНИЮ



ЛИЧНОЕ МНЕНИЕ

на тренировках, выиграть на одних амбициях. Но я чувствовал, ему не нравится место в общем строю, он считает, что заслуживает отдельного внимания.

И чем выше он поднимался, тем больше укреплялся во мнении о своей «особости». Когда у меня подросли более молодые, он чуть ли не ультиматум ставил: вы, мол, должны ездить по сборам со мной одним. А на кого мне было оставить остальных? В конце концов пришлось сказать прямо: если тебя что-то не устраивает, нужен другой тренер, возражать не стану. До сих пор не уверен, правильным ли был мой выбор. А сделал его, видимо, еще и потому, что сомневался, способен ли Коротышкин, которому тогда было уже 25, серьезно прибавить.

– Светлана Чимрова влилась в вашу группу вскоре после того, как Коротышкин её покинул. Насколько мне известно, тогда она не была дельфинисткой. Как получилось, что вы определили ей именно эту, самую трудоемкую, по вашему же определению, и наименее успешную для нашего женского плавания специализацию?

– Когда Света пришла ко мне в 14 лет, она была вполне сложившейся, технически грамотной спринтеркой, мастером спорта. За что большое спа-

сибо её первому тренеру Ирине Гайдей. Года через два с половиной мы решили попробовать что-то новое. Кроль ей не понравился, да и не отвечал конституции. Но когда я предложил проплыть полтинник баттерфляем, она сделала это достаточно быстро и главное – правильно, не выпрыгивая, легла на воду. Было над чем задуматься. В итоге мы сменили ориентацию. А потом я убедил Чимрову, что есть смысл сосредоточиться на 200 метрах: в отличие от сотни, где ей не хватает габаритов, на этой дистанции именно легкость дает преимущество.

Когда Света в Глазго проиграла 200 метров, я был злой, как собака. Подчеркиваю: не венгерка Капаш выиграла у нее всего 0,2 секунды, а она потеряла гораздо больше. А все из-за того лишь, что неправильно разложилась по дистанции. На первой половине следовало делать вдох не на каждый цикл, а через один. Это позволило бы уменьшить сопротивление и добавить скорости. Тем более досадно, что в тот же вечер она блестяще решила свою задачу в микст-эстафете. Очевидно, не смогла справиться с эмоциями. Будь я рядом, не исключая, все было бы нормально.

– По итогам прошедшего сезона результат, показанный Чимровой на 200-метровке в Глазго, – четвертый среди призеров континентальных чемпионатов. Чтобы претендовать на пьедестал мирового чемпионата, надо вплотную подойти, видимо, к рубежу 2.06, то есть сбросить более секунды. Это реально?

– Реально все. И дело не в очередном рубеже. При том условии, что ей удастся технически и тактически грамотно распорядиться своим потенциалом. Света умеет учиться, в том числе на собственных ошибках. Надеюсь, научится подавлять и азарт, когда жажда победы мешает побеждать.

Когда я увидел, в каком состоянии она вышла на старт в Глазго, то понял: готова на все сто. Еще в мае, на сборе в Болгарии, я сказал: «Деточка, мне не нравится, что мы с тобой плетемся в арьергарде Европы. Давай выиграем 200. Здесь у тебя все шансы». А когда она удивленно на меня уставилась, то разложил все по полочкам и доказал, что это вполне реально. Как же она расстроилась после финала! А я даже звонить не стал, настолько был подавлен...

– В одном из интервью вы сказали, что тренер, когда к нему попадает классный материал, должен не только им распорядиться по максимуму, но и из себя выжать максимум возможного. Последнее вам удается?

– Скорее, да. 45 лет рабочего стажа – вполне достаточно, чтобы научиться. Конечно, есть и побочный эффект – накапливается усталость. Главным образом от соревнований. Где ты не просто переживаешь за ученика, а вместе с ним получаешь оценку проделанной до старта совместной работы.

– За Чимрову вы переживали на сей раз дистанционно. Что помешало поехать в Глазго?

– После инфаркта, потом легочной эмболии и двух операций был не в лучшей форме. Когда в разговоре с главным тренером сборной Сергеем Чепиком (а мы с ним в давней дружбе) зашла речь о моем здоровье, он сказал: «Володя, тебе лучше остаться дома. К тому же, если там, не дай бог, что-то случится, мне придется разрываться между тобой и соревнованиями». А для Чепика этот чемпионат стал первым, по сути, боевым крещением в новой роли. Я остался больше потому, что не хотел нагружать его еще и своими проблемами.

– Как сейчас складываются ваши отношения с Евгением Коротышкиным?

– Никак. Знаете, очень не люблю конформистов. Людей, лишенных принципов, пассивных, плывущих по течению обстоятельств.

– Да, но вы же член президиума федерации плавания Москвы, которую именно Коротышкин возглавляет. То есть вы оба в одной лодке. А положение, как известно, обязывает.

– Меня мое положение обязывает делать своё дело. И других я оцениваю прежде всего по результатам их работы. Этой лодкой Коротышкин рулит (или делает вид) уже третий год. А она ни с места и даже дает течь. По мне, человек, к тому же молодой и амбициозный, обязан рогом упираться на таком посту. Тем более, что у Москвы проблем невпроворот. Непонятно, зачем его занял...

– О каких проблемах речь в городе – флагмане российского плавания?

– То, что московские пловцы стабильно лидируют в командном зачете, создает лишь иллюзию благополучия. Которая заслоняет реалии – нехватку бассейнов, устаревшую и слабо оснащенную базу. Об этом говорится уже много лет, но под лежащий камень, понятно, вода не течет. К слову, хотелось бы более современного оснащения и на базе сборной «Озеро Круглое». При том, что она – единственная в своем роде. А о собственной в среднегорье мы может только мечтать.

В прошлом году на одном высоком собрании по итогам чемпионата мира я выразил признательность за поздравления, а потом, воспользовавшись случаем, поделился своими соображениями по поводу барьеров на пути нашего прогресса. Меня терпеливо выслушали, после чего министр спорта Павел Колобков подытожил: «Ну, вы чересчур сгустили краски!». Может и сгустил немного, но ведь суть проблемы от этого не изменилась.

– А в каких красках вам рисуются ближайшие перспективы Чимровой?

– На чемпионате мира наша цель – подняться на пьедестал. Место особого значения не имеет, главное – проплыть 200 метров с достойным результатом. Постараемся подготовить для этого почву. Потому что нас, признаюсь, больше интересует Олимпиада.

Евгений МАЛКОВ

На снимке: Владимир Ермаков со своей ученицей Светланой Чимровой. Фото из архива С.Чимровой

Рынок труда, как и любой другой, живет по закону «спрос рождает предложение». Однако специалистов по плаванию у нас хронически не хватает. Почему?

Вопрос, как говорится, интересный. И актуальный, поскольку касается не просто одного из самых массовых и медальёвких видов спорта, но и жизненно важного навыка. По мере развития плавательной инфраструктуры, расширения сети спортшкол этот дефицит только обостряется. Не стоит забывать также о растущем интересе частного бизнеса к этой сфере услуг.

Одна из причин заключается в том, что вузы, где готовят тренеров-преподавателей, не считаются с потребностями спортивного рынка. К тому же далеко не все (по экспертным оценкам, не более двух выпускников из десяти), получив диплом, трудоустраиваются по профилю.

Но, если разобраться, это не причина, а следствие. Народ, даже не посвященный в тонкости рыночной экономики, верно подметил: рыба ищет, где глубже, а человек – где лучше. Корень зла – в уровне мотивации.

Низкая зарплата тренеров, в первую очередь, детских – системная проблема для всего спортивного сообщества страны. В некоторых регионах они получают 10-12 тысяч рублей, что ненамного превышает прожиточный минимум. А средний ежемесячный заработок составляет 35 тысяч.

В целом по России можно отметить большой разброс тренерских зарплат. В Москве средний уровень – 45 тысяч. Региональный лидер – Республика Тыва (60 000). Следом идут Чукотка (42 500), ХМАО (37 500), Ямало-Ненецкий АО (около 37 000), Владимирская область (около 37 000). За несколько последних лет оплата труда детских тренеров выросла лишь на 10-12 процентов, да и то далеко не во всех регионах. Рост этот явно недостаточен, чтобы успеть за инфляцией и повышением цен на товары и услуги.

По данным интернет-портала Trud.com, который специализируется на проблемах трудоустройства, в России сейчас почти 350 вакансий по профессии «тренер по плаванию». Для трети открытых вакансий работодатели указали зар-

ботную плату в размере 14 000 – 28 000 рублей, 30 % объявлений с зарплатой 28 000 – 42 000 и 18 % с зарплатой 42 000 – 56 000. Вакансии касаются преимущественно детских спортшкол и бассейнов, находящихся в муниципальной собственности.

По количеству свободных мест прочно лидирует Московская область. При том, что в плавательном рейтинге она занимает третье место в России, её потенциал реализуется далеко не в полной мере. На без малого 200 бассейнов –

тина, когда местные власти в целях экономии задают спортшколам курс на самофинансирование. Выгоднее всего ввести платные занятия плаванием. И тем самым попутно чуть поднять зарплату тренерам. Однако при этом падает наполняемость бесплатных групп: не все родители готовы оплачивать тренировки.

Плавание с его спецификой и особой социальной ролью вообще плохо уживается с рыночным принципом «за все надо платить». Тем более – в

область, еще недавно гордившаяся своими пловцами, неумолимо скатывается в разряд середняков. Здесь даже Пенза с её устоявшимися традициями и прочной базой испытывает кадровые проблемы. В том числе и потому, что маститые специалисты, отработав свой ресурс, уходят, а заменить их некем и не с кем поделиться опытом.

По той же причине, скорее всего, здесь пробуксовывает программа тотального обучения детей плаванию. Для её реализации условия есть: бассейны построены почти во всех районах. Тем не менее глава регионального минспорта Григорий Кабельский сетует на то, что хорошая идея порой воплощается лишь на бумаге. Согласно отчетам, в некоторых районах доля обученных плавать ребят достигла 70-80 процентов. А проверка показала, что лишь 23-28 процентов способны преодолеть 25-метровый бассейн.

Наивно полагать, что кадровые проблемы спорта – новость для высших эшелонов власти. Сейчас в Госдуме вынашивается очередной проект. Вот что сказал о нем глава комитета по физкультуре, спорту, туризму и делам молодежи Михаил Дегтярев: «Мы провели лучший чемпионат мира по футболу в истории... Следующим не менее масштабным должен стать национальный проект, который будет работать на развитие массового, детско-юношеского спорта и внутреннего туризма в России». Остается надеяться, что при реализации этого проекта не окажутся забыты и уязвимые места упомянутого детско-юношеского спорта. И плавания – не в последнюю очередь. Уместно напомнить, что чемпионат мира по плаванию 2015 года в Казани тоже был признан лучшим в истории. Да, мы умеем проводить соревнования любого масштаба на уровне, отвечающем самым высоким международным стандартам, а то и выше. При этом не особо считаясь с затратами. Но почему-то до сих пор не можем хотя бы приблизить к этому уровню оплату тренерского труда...

Александр МАРТЫНОВ

ТРЕБУЮТСЯ... ТРЕНЕРЫ

Приглашаем
к обсуждению

всего 211 тренеров. Эти цифры назвал главный тренер ЦСП МО Виктор Коршунов в интервью корреспонденту «ПДВ», опубликованном в предыдущем номере.

Кадровый дефицит в бюджетной сфере часто вынуждает прибегать к услугам тренеров, не имеющих профильного образования, а то и вовсе без должной квалификации. О какой конкуренции между претендентами на вакансии в такой ситуации можно говорить?

Гораздо меньше предложений, относящихся к частной плавательной инфраструктуре. Главным образом потому, что здесь можно заработать как минимум вдвое больше. В Москве, например, до 80 тысяч. Доходы же специалистов по индивидуальным водным программам или персональных тренеров для клиентов категории VIP могут достигать 120 тысяч. Но частные фирмы предъявляют и больше требований. Квалификация – на уровне мастера спорта, а опыт работы – не меньше трех лет.

Понятно, что спортшколы, финансирующиеся за счет бюджета, ничего подобного предложить не могут. К тому же большинство относится к системе Министерства просвещения или содержится муниципалитетами. Типична кар-

образовательных учреждений. Но специалисты, в них работающие, зачастую просто вынуждены «искать, где глубже». В смысле, подработку на стороне. И, как правило, в ущерб профессиональным задачам – отбору, обучению и пестованию талантов.

Для большинства субъектов РФ плавание считается одним из базовых видов спорта. Согласно положению, утвержденному Министерством спорта, на их развитие регионы могут получать субсидии из федерального бюджета. В том числе – на повышение профессионального уровня тренеров. К сожалению, там нет ни слова по поводу оплаты тренерского труда. Хотя связь между уровнем квалификации и материальными стимулами очевидна.

Конкурентная среда – залог успеха не только в спорте. Тем более в плавании. Политика ВФП и регионов в этом направлении заметно её оживила. Но только среди спортсменов. А среди тренеров конкуренция начинается лишь на подступах в сборные команды. И чем ниже по ступеням условной пирамиды мастерства, тем острее кадровый голод.

От него страдают даже регионы, имеющие репутацию успешных. Скажем, Пензенская

Официальную сувенирную продукцию
Всероссийской федерации плавания
вы можете приобрести на сайте
ASTRASPORT.ru
в разделе **ВФП**

СУВЕНИРНАЯ ПРОДУКЦИЯ ВФП



ВФП Всероссийская федерация плавания



Спасибо, ребята!

На недавней юношеской Олимпиаде в Буэнос-Айресе Климент Колесников и Андрей Минаков по шесть раз поднялись на высшую ступень пьедестала. Супер-достижение! И без экспресс-интервью этих юных талантливых пловцов, о спортивном становлении которых газета рассказывала не один год, юбилейный номер «ПДВ» явно что-то потерял бы. А этого, как понимаете, мы допустить не могли.

– Климент, поздравляем с золотым аккордом вашей юношеской плавательной поры.

– Спасибо! Очень доволен успешным заключительным стартом юниорской карьеры: шесть золотых и одна серебряная медаль. Рад, что смог принести в копилку сборной России свой вклад.

– Если ваши результаты в Буэнос-Айресе на профильных дистанциях в плавании на спине были похуже личных рекордов, то в кроле, наоборот, вы установили юношеский рекорд России и даже Европы.

– Это здорово, что получилось так выступить именно в кроле, что дает неплохие перспективы в комплексе. Буду его пробовать.

– Когда, если не секрет?

– Уже на ближайшем старте – чемпионате России в 25-метровом бассейне.

– Готовы ли, по своим ощущениям, к конкуренции на взрослых Олимпийских играх? Или нужно ещё прибавлять?

– Конечно, впереди еще много всего, что предстоит сделать. Со стороны четырехлетнего олимпийского цикла подготовки, то время, что осталось до Олимпийских игр в Токио, это, конечно, немного. Но... работу ещё можно проделать колоссальную. Любой спортсмен скажет сейчас, что он ещё не готов к Олимпиаде. За год с небольшим можно во многом добавить.

– Сейчас какие планы?

– Тренировки в обычном режиме. Подготовка к чемпионату России.

Климент КОЛЕСНИКОВ:

СЕЙЧАС КОНЦЕНТРИРУЮСЬ НА КОМПЛЕКСЕ И КРОЛЕ

– Юношеские Олимпийские игры – это завершающий старт сезона или начало нового?

– Начало нового.

– Получается, ЮОИ были втягивающими соревнованиями для вас?

– Не совсем. Поскольку участвовал в таких

масштабных соревнованиях впервые, то подготовка специально проходила и под эти Игры. Потому что в Буэнос-Айресе был уже в хорошей форме.

– На ноябрьском чемпионате России в 25-метровом бассейне что будете плыть?



– Сейчас концентрируюсь на комплексе и кроле. Буду стараться улучшать свои результаты и показывать всё, что могу.

– Знаю, что вы скромный человек. Но у вас, в отличие от других участников юношеских Игр, уже есть достижения на мировом взрослом уровне. Ощущали в Аргентине свою «звёздность»?

– Старался не обращать внимания. Хотя и чувствовал к себе повышенное внимание. И это усиливало ответственность, так как необходимо было соответствовать своему уровню.

– Вы решили оставить свою уже знаменитую бородку? Не мешает во время заплывов?

– Она стала частью имиджа. Когда плыву, внимания не обращаю.

– Кто автор идеи обошедшего многие спортивные медиа-средства вашего общего снимка с Андреем Минаковым с 12 золотыми медалями Игр-18 на двоих?

– Андрей предложил отклониться от общепринятой традиции вешать медали на шею и сделать такой вот креативный снимок. Я его подержал. Получилась хорошая фотография.

– Многие читатели «ПДВ» отмечают буквально идеальную слаженность в работе тандема Лазарев – Колесников...

– Так оно и есть. Поэтому всегда говорю «огромное спасибо» своему тренеру Дмитрию Геннадьевичу Лазареву – за то, что уже сделано с его помощью; и еще за то, что работает со мной так долго. И, конечно же, благодарю всех, кто переживал за меня, за всех нас, за нашу классную команду.

Тот самый снимок, который срежиссировали Андрей Минаков (слева) и Климент Колесников.

Андрей МИНАКОВ:

ТРЕНИРОВАТЬСЯ БУДУ В РОССИИ

– Перед нашим разговором я общался с вашими друзьями – партнерами по юниорской сборной Владиславом Герасименко и Даниилом Марковым. И Даниил сказал, что у вас хотя и дружеское, но бескомпромиссное соперничество. И он обещал спуска вам не давать.

– Я очень рад соревноваться и общаться с ребятами. У нас нет конфликтов, наша команда – одна из самых дружных, и мы все и всегда друг за друга.

– Как вам юношеские Олимпийские игры в Аргентине?

– Игры в Буэнос-Айресе оставили колоссальные впечатления. Это были мои самые лучшие соревнования. Непередаваемая словами атмосфера стартов, атмосфера Олимпийской деревни. В прошлом году я был в Дьёре на Европейском юношеском олимпийском фестивале. Так вот здесь мне понравилось больше. Да и я уже ощущал себя увереннее. В Венгрии мне не хватало опыта – тогда впервые выступал за сборную России.

– Вы обещали мне рассказать после юношеских Олимпийских игр о вашей коллективной задумке с ребятами по сборной, которую не смогли реализовать в прошлом году.

– К счастью, нам удалось реализовать её здесь – а именно, обновить юниорский мировой рекорд в комбинированной эстафете 4×100 м. Все ребята в Аргентине отработали на сто процентов, и этот рекорд нам покорился.

– Как вы охарактеризуете одним-двумя словами партнёров по команде?

– Знаете, я мог только мечтать о такой. С Климентом у меня ассоциируется сила. С Владом дружба и поддержка. С Даней – братство. Все трое

для меня очень дороги. У нас на ЮОИ была своя фишка. У всех нас. Мы проплывали соревновательный день и тут же старались о нем забыть. Каждый день начинали с новой чистой страницы. Мы старались друг друга поддерживать, подбадривать. Если кто-то загрустит, остальные ребята тут же подходишь, стараясь его отвлечь, развеселить.

– Приходила ли мысль, что ваша команда может в таком же составе выступить и на взрослых Олимпийских играх, если не в Токио, то еще через четыре года в Париже?

– До ближайших Игр ещё почти два года, многое может поменяться. Но я всей душой надеюсь, что наша команда в полном составе выступит если не в Токио-2020, то в Париже-2024 или Лос-Анджелесе-2028.

– Сами для себя решили штурмовать уже взрослый международный уровень?

– Признаюсь, хотелось бы попробовать отобраться и выступить на взрослом чемпионате мира в будущем году.

– Откуда такой значительный прогресс на дистанции 100 м баттерфляем? Практически секунду с личного рекорда в «несезонное время» сбросили, обновили взрослый рекорд России.

– Семь десятых сбросил. Сам был удивлен. Когда приплыл, даже не поверил цифрам на табло. Тре-

нер тоже был шокирован. Никто не ожидал. Хотя Влад Герасименко признался мне, что думал о таком результате, но не говорил мне заранее, чтобы не слазить. Ну а причина... На первенстве Европы и других стартах я очень нервничал и переживал, так как передо мной стояли конкретные цели и задачи. Да, знал, что и как нужно делать, но что-то мешало мне внутри. Ну а то, что много уступил в Хельсинки своему лучшему результату, принесло необходимый опыт. В том числе и в работе с самим собой. Пересмотрел все свои ошибки и в Аргентине попытался их исправить.

– Знаю, что вы отлично владеете английским языком. Общаетесь с пловцами из других стран?

– Да, у меня есть друзья из Швейцарии, Италии, Венгрии, Израиля. Можно сказать, географическая карта моих друзей очень обширна. Поскольку мы были знакомы по Олимпийскому фестивалю в Дьёре и по первенству Европы в Хельсинки, общаться было легко, получая удовольствие от проведенного совместно времени. Отношение было просто фантастически доброжелательным. Когда заходили в деревню, пересекали пропускной пункт, все забывали о своих национальностях и были, как одна дружная семья.

– Что-нибудь удалось посмотреть, кроме плавания?

– Конечно. Мы жили в одной комнате с баскетболистами. И не следить за ними было бы грешно.

– В Аргентине раньше бывали?

– Нет, впервые оказался в Латинской Америке. И удивила погода. По ночам очень холодно. Мы все закуты-

вались в одеяла по шею. А днём было жарко. Представляете картину. Идём на утренние заплывы в жилетках, штанах, костюмах, и всё так плотненько, а после утренней части соревнований выходим обратно в шортах и футболках и говорим, что нам жарко.

– Много было зрителей?

– Желавших посмотреть плавание было колоссальное количество. Все трибуны и утром, и вечером были заполнены. И это придавало еще больше желания плыть быстро.

– А фанаты в Аргентине у вас были?

– Насчёт фанатов не знаю, но за время Игр 3000 человек подписались на мой инстаграм. И большая часть из Аргентины.

– Вы уже не раз бывали в США. Не собираетесь уехать тренироваться в Америку?

– Не вижу в этом смысла. Тренироваться буду в России. Школа, друзья, тренер здесь... Могу уверить, что меня ни за какие деньги не купишь, я буду выступать только за сборную России. У меня есть самая главная мечта – вместе с другими ребятами вывести российское плавание на новый олимпийский уровень.

– Каковы дальнейшие планы?

– На чемпионат России в короткой воде, к сожалению, не поеду. Долго обсуждали с тренером и сделали вывод, что нет смысла ехать в Казань, а лучше отдохнуть после юношеских Игр и планомерно идти к новым достижениям.

– Будете совмещать юниорские и взрослые старты?

– Безусловно.

– Реально ли со временем замах-

нуться на мировой рекорд великого Майкла Фелпса на стометровке баттерфляем?

– А почему нет? Но надо очень усердно работать и улучшать обе половины дистанции. Конечно, это будет сложно. Но вам эксклюзивно скажу: хочу стать не вторым Фелпсом, а первым Минаковым.

– Сейчас занимаетесь ещё и учебными делами?

– Да, нужно наверстать многое, что пропустил в школе. Учусь на пятерки. Допускаю несколько четвёрок. Но тройки и тем более двойки для меня недопустимы.

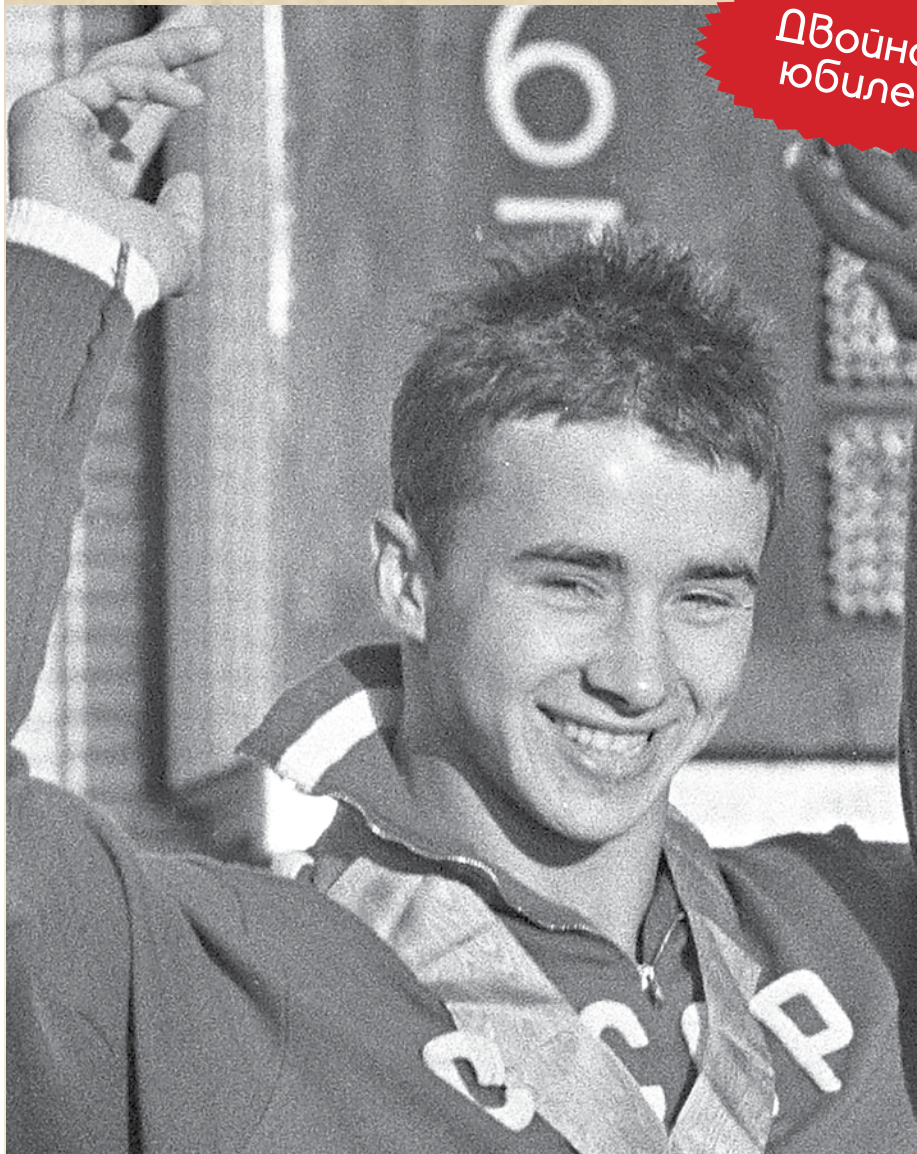
– Я спросил Климента Колесникова, кто автор вашего с ним совместного фото с 12 золотыми медалями. Он указал на Минакова.

– Идея возникла совершенно спонтанно. Мы шли по коридору, и я подумал, что нужно сделать какую-нибудь классную фотку на память именно с Климентом, так как мы оба выиграли по шесть золотых и одной серебряной медали. На повесить их на шею – это обычно. А вот на руку – что-то новое. Климент еще предложил, чтобы друг другу кулачки дали как хорошие друзья. И нам приятно, что эта задумка вылилась во что-то масштабное...

Материалы подготовил Алексей КОНДРАТЬЕВ
Фото Андрея Голованова. Архив ОКР

(Внимание! На 12 странице юбилейного номера «ПДВ» в фоторепортаже Анны Гусевой вас ожидает новая встреча как с героями этих интервью, так и другими пловцами нашей замечательной сборной на юношеских Олимпийских играх в Буэнос-Айресе).

Двойной юбилей



моей плавательной карьере. Хотя он волею обстоятельств не смог себя полностью реализовать как спортсмен, но остался одержим спортом до конца жизни. Своей одержимостью, заряженностью в стремлении к успеху он буквально заражал учеников.

– И когда пришли первые успехи?

– В 1965-м я впервые выступил за сборную СССР. Было это в Ташкенте, на матче с пловцами ГДР. Там был третьим на 200 метров вольным стилем. Через год выиграл чемпионат страны, установил свой первый всесоюзный рекорд, потом и рекорд Европы, а в составе эстафет стал двукратным чемпионом Европы.

– Сложно было отобраться на Олимпиаду? Как к ней готовились?

– С попаданием в команду вопросов не возникло, поскольку в своем виде я был первым номером. А для подготовки в армянском Цахкадзоре на высоте 1700-1800 метров была построена спортбаза. В основном там и тренировались. Однажды нас, правда, вывезли на месяц на высокогорную базу во Францию, в Фон-Ремо. Работалось там хорошо, но было ужасно, помнится, скучно. Кроме того, в 1967-м мы выступили на турнире «Предолимпийской недели» в Мехико – своего рода репетиции предстоящих Игр.

В январе Леониду Ильичёву исполнилось 70. А в октябре ровно полвека – Играм в Мехико. Так что для обладателя трех олимпийских наград этот год – юбилейный вдвойне.

МАСТЕР ОБЩЕГО ДЕЛА

К пловцу Ильичёву у меня интерес, признаюсь, особый. И связан он с его наставником – Валерием Буре. Чтобы стали понятны причины, придется вернуться в конец восьмидесятых.

В ту пору я работал в «Советском спорте», заведовал отделом социологических исследований. Для спортивной газеты название звучит необычно. Но тогда, напомню, был разгар перестройки и гласности. На волне оживления общественной жизни отдел и возник. И мы действительно старались что-то исследовать. Например, провели опрос москвичей по поводу сноса бассейна «Москва» и возведения Храма Христа Спасителя на его исконном месте.

Однажды мне позвонили с Лубянки и предложили у них... поработать. Нет, не о сотрудничестве шла речь. Лишь о знакомстве с материалами так называемого «Дела московских пловцов-динамовцев».

Об этом громком процессе времен «большого террора» я был наслышан. Заканчивая журфак МГУ, тему дипломной работы обозначил так: «Роль «Советского спорта» в реализации политики КПСС в области физической культуры и спорта». Вариант самый, что называется, проходной, к тому же не потребовавший много времени и больших умственных затрат. По ходу работы над подшивками газеты за 1937-1938 годы то и дело наткнулся на гневные филиппики читателей с требованием сурово покарать «врагов народа», окопавшихся в рядах динамовского спортобщества с целью покушения на жизнь «лучшего друга советских физкультурников». Поэтому на предложение заглянуть в архив КГБ откликнулся охотно.

Посвятив перелистыванию почти десятка увесистых томов «Дела» пару дней, я так и не понял его сути. Подробности опускаю. Оно было шито белыми нитками и ничем не отличалось в этом смысле от множества других. Как и приговором фигурантам: десять лет без права переписки.

Одним из них был Валерий Буре, вратарь динамовской ватерпольной команды. Внучатый племянник основателя знаменитой часовой фирмы Павла Буре отбывал срок в норильском лагере, а после освобождения остался работать там же в Норильске, на металлургическом комбинате. Вернувшись в Москву, стал тренером, вырастил, напомню, немало именитых пловцов, включая сына Владимира и Леонида Ильичёва – неоднократных олимпийских призеров. Да и сам дорос до наставника олимпийской сборной СССР. Между

прочим, его старший внук хоккеист Павел как раз в 1989 году был выбран на драфте НХЛ.

Мне хотелось написать не столько о самом «Деле», сколько о том, чего Буре стоило возвращение в спорт, что помогло ему не сломаться, не утратить жизненные ориентиры. Увы, основателя спортивной династии к тому времени в живых не было. Умер Валерий Владимирович в 1974 году. Приступ стенокардии сразил его на соревнованиях, чуть не у бортика бассейна...

Обратился за деталями к Владимиру Буре, с которым встречался в редакции. Он, оставшись без работы в хоккейном ЦСКА, пробовал себя в журналистике. Но Володя ничем помочь не смог: отец о лагерном прошлом не распространялся. Оставалась надежда на Ильичёва: родом тот из Норильска, не исключено, ему что-то известно.

Однако тогда мои изыскания продолжения не имели. Хватало других, более актуальных проблем. Поэтому, познакомившись на Кубке России, где чувствовали ветеранов Мехико, с Леонидом Георгиевичем и договорившись об интервью, я рассчитывал заодно прояснить и эту тему.

И опять безуспешно. Так как моя версия, что в плавании Ильичёва привлек Буре, не подтвердилась. Хотя Норильск все же сыграл косвенную роль в том, что именно он отправил его в большое плавание.

– *Мой отец Ильичев Георгий Васильевич по образованию инженер-металлург. После окончания с красным дипломом института стали и сплавов был распределен в Норильск. Там он проработал 25 лет, после чего был направлен в Москву в Министерство цветной металлургии. А когда вместо министерств были созданы совнархозы, был направлен в Мурманск на должность зампреда совнархоза области. Потом снова оказался в Минцветмете, курировал строительство Надеждинского комбината в Норильске. С мамой они познакомились в Норильске, куда она приехала из Ленинграда в погоне за романтикой.*

– То есть в Норильске ваши с Буре пути не пересеклись?

– Плавать я начал в Мурманске, у Марии Безугловой. С ней занимался с 5 по 8 класс, выполнил второй разряд, близко подошел к первому. До сих пор с большой теплотой вспоминаю Марию Федоровну, а также ребят, с которыми тренировался в одной группе.

А с Валерием Владимировичем мы начали работать уже в Москве. Когда встал вопрос о тренере, отец договорился с Буре, которого знал еще по Норильску. Именно его роль стала определяющей в

Незадолго до них, впрочем, возникла проблема со здоровьем. Откуда ни возьмись, появилась сильная боль в коленном суставе. Не мог нормально ни ходить, ни плавать. Ситуацию спасла легендарный травматолог Зоя Сергеевна Миронова. Один укол снял проблему. Что это было и что мне вколотили, не имею понятия, но после этого даже не вспоминал о травме.

– В Мехико-68 вы стали соавтором трех эстафетных достижений – двух бронзовых наград (4x200 метров вольным стилем и комбинированной 4x100), а также серебра (4x100 вольным стилем). Какая из медалей была самой «трудоемкой»?

– Детали за давностью выветрились из памяти. А вот по ощущениям самой тяжелой оказалась эстафета 4x200. Свой последний этап еле доплывал. После финиша сначала подумал: дело скверно. Но получилось очень неплохо. Даже переместился с пятого места на третье.

– После той Олимпиады вы лишь однажды поднялись на высокий пьедестал. В Барселоне после победы нашей команды в эстафете 4x100 чемпионата Европы-70. Почему Игры-68 стали последними?

– Еще в 1971 году я выиграл первый Кубок Европы. Но отобраться на Олимпиаду в Мюнхен уже не смог. И особых сожалений по этому поводу, признаться, не испытывал. Хотя было мне всего 24 года, за восемь лет выступлений за сборную успел подустать.

– Насколько знаю, вы учились на экономическом факультете МГУ, но вернулись в плавание в качестве тренера. В вашей семье есть еще пловцы?

– Плавал сын, дошел до кандидата в мастера. Окончил Московский институт электронной техники в Зеленограде и работает по специальности. Внуку нет и четырех, он еще не определился. А с женой Татьяной познакомился на экономфаке, где частенько заимствовал её конспекты.

– За выступлениями российских пловцов следите?

– Да, конечно. К сожалению, еще недавно это зрелище доставляло мало удовольствия. Рад, что федерации плавания и тренерам удалось переломить ситуацию. Результаты последнего чемпионата Европы воодушевляют.

– С партнерами-олимпийцами общаетесь?

– Регулярно. Благодаря главным образом Виктору Мазанову, который не дает ветеранам разбегаться по своим углам.

– Как отметили 70-летие?

– Как говорится, в кругу артриты и артроза. А если серьезно, то я сам был приглашен на собственный юбилей. Его организовали бывшие ученики. Все сделали здорово. Видимо, то, что спустя 30 лет мы не потерялись, и есть главный итог моей тренерской работы.

– Мехико часто вспоминается?

– Случается. И не борьбой за медали, а атмосферой великого спортивного праздника. Перед глазами встает прежде всего картина восторженной встречи олимпийцев мексиканцами на церемонии открытия...

Прочитав из предыдущего номера «ПДВ» ответ Виктора Мазанова, четырехкратного призера Игр в Мехико и Мюнхене, на мой вопрос «Почему именно Леониду Ильичёву досталась роль финишера на той Олимпиаде?»: «Лёня обладал ценнейшим качеством – он был стабильным. Мог проплыть так, как требовали интересы команды, независимо от состояния».

Когда я попросил Семёна Белиц-Геймана, давнего друга и коллегу по журналистике, что-то добавить к портрету Ильичёва, тот отреагировал лаконично: «Я все о нем сказал в фильме «Мастер». И прислал ссылку для поиска в интернете.

Посмотрел с интересом и даже с удовольствием от хорошей работы. Фильм снят весьма профессионально по заказу учеников в юбилей учителя. Помимо старой кинохроники в нем фигурируют сами герои водных баталий тех времен. Приведу несколько цитат, дающих объемное представление об этом человеке.

Семён Белиц-Гейман, двукратный призер Олимпиады в Мехико: «Когда я впервые увидел Лёню в бассейне Лужников, то не поверил, что он пловец. Сложением Ильичев больше смахивал на культуриста. Особенно на моем фоне. А вскоре он вышел на старт всесоюзных соревнований и обыграл всех».

Юрий Суздальцев, бронзовый призер Олимпиады в Мехико: «Технику кроля Ильичёва отличала мощная работа рук, а ноги служили лишь стабилизатором. Её так и называли – бег на руках по воде. За что мы, сверстники, прозвали его «шаландой».

Николай Панкин, бронзовый призер Олимпиады в Мехико: «В те годы мы подолгу тренировались на сборах вдаль от дома. И так повелось, что с Лёней нас селили в один гостиничный номер. Благодаря чему я неплохо овладел английским языком. Он возил с собой кучу карточек с новыми словами, выражениями и меня привлекал за компанию».

Александр Тутакаев, участник Олимпиады 1964 года в Токио: «Еще он собирал анекдоты. Когда Ильичёв встречал кого-нибудь из знакомых ребят на очередном сборе, первым делом спрашивал: «Анекдот привез?». Если слышал что-то новое, записывал в тетрадку».

Ахмед Анарбаев, участник Олимпиады в Мехико: «На сборе в Ялте Ильичёв постригся наголо и призвал других сделать то же для пользы дела. Он был в таком авторитете, что вся команда последовала его примеру. Хотя Лёня после этого признался, что пошутил. Потом нас сфотографировали для аккредитации. А тогда в моде были полосатые рубашки. Приезжаем на чемпионат Европы и получаем пропуски: все лысье и в полосатом».

Игорь Гривенников, двукратный призер Олимпиады 1972 года в Мюнхене: «Лёня был бойцом в полном смысле этого слова. Хотя по жизни – добрый, благожелательный. Ему потому и доверяли последний этап в эстафетах. Выходя на дорожку, он преображался и редко кому уступал».

Евгений МАЛКОВ

На снимке: член сборной команды СССР по плаванию 18-летний Лёня Ильичёв. Фото из архива Л.Г.Ильичёва



1

Юношеские
Олимпийские
игры

МГНОВЕНИЯ НАШЕЙ ИСТОРИИ ИЗ БУЭНОС-АЙРЕСА

Российскими пловцами завоевано: 13 золотых, 4 серебряные и 2 бронзовые медали!



3



2



4



10



5



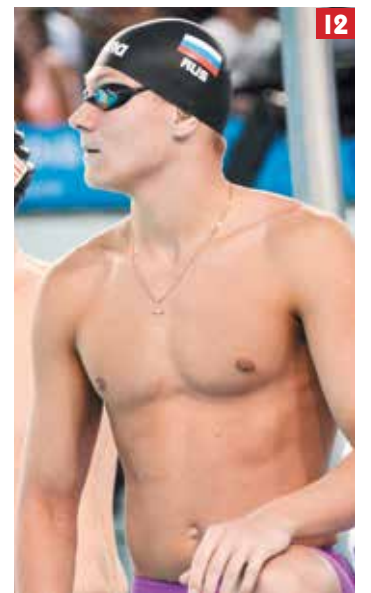
7



9



8



12



13

1. Олимпийская команда по плаванию в полном составе.
2. Клим Колесников стал знаменосцем команды России на торжественной церемонии открытия Игр.
3. Впервые в истории Олимпийских игр церемония открытия прошла под открытым небом прямо в центре города у 6-метрового обелиска, где развернулось захватывающее дух «высотное» театрализованное представление.
4. Самые титулованные спортсмены ЮОИ-2018: 6-кратные победители Игр Андрей Минаков и Климент Колесников, в активе которых еще и по серебряной медали.
5. Несколько дней до старта: Татьяна Ковшикова со своей подопечной Настей Макаровой.
6. Наша первая золотая медаль – в смешанной эстафете 4x100 м вольным стилем. На пьедестале: Колесников, Минаков, Полина Егорова и Елизавета Клеванович. А между тем участниками предварительного заплыва были Даниил Марков, Владислав Герасименко, Дарья Васькина и Анастасия Макарова – другими словами, уже в первый день все наши пловцы стали обладателями золотых

медалей и титула победителя Олимпиады.

7. Трехкратная победительница ЮОИ-2018, в том числе на личной дистанции 100 м на спине, Даша Васькина не прочь лишний раз продемонстрировать свою силу и боевой характер.

8. Елизавета Клеванович настраивается на заплыв, глядя пока что на спокойную гладь своей водной дорожки.

9. Юношеский рекорд мира! Даниил Марков завершает комбинированную эстафету 4 по 100 метров.

Это не просто победа, это наглядная демонстрация силы команды.

10. Вот они, рекордсмены мира!
11. Со стороны прессы к нашим пловцам было особенно много внимания.

12. На старте Влад Герасименко. Еще несколько секунд, и в эстафетный бой – за команду, за Россию!

13. И по старой доброй традиции старшего тренера сборной Лидию Александровну Капкову – тоже в бассейне, в счастливую для нас воду!

Фото и текст
Анны Гусевой



6



11