

Опять норматив?



Вот и прошел очередной летний Чемпионат Мира в Норвегии. Сколько усилий было затрачено, сколько пролито пота на тренировках. А результат? Выступили "как всегда", то есть плохо. Предлагаю на страницах журнала выступить всем заинтересованным лицам: руководителям Федерации, тренерскому совету, спортсменам и провести "разбор полетов". Возможно в этом разговоре и появятся новые идеи, которые позволят российскому ориентированию сократить отставание от мировой элиты.

Оценивая работу тренерского совета перед Чемпионатом Мира, скажу, что были допущены небольшие ошибки, но они не оказали существенного влияния на общее выступление команды. На предварительном этапе были выявлены действительно сильнейшие спортсмены России. Федерацией организованы сборы, в том числе в Норвегии. Сами спортсмены реально представляли себе характер местности и условия соревнований, нарабатывали оптимальную для такой местности технику ориентирования. Такие известные ориентировщики, как В. Алексеев, В. Козлов, постоянно выступающие за свои клубы "на камнях", были готовы к сложному ориентированию. То есть этим я хочу сказать, что в ориентировании у команды не должно было быть проблем. Так что, по моему мнению, основными причинами неудачного выступления на летнем Чемпионате Мира в Норвегии являются:

1. Слабая физическая подготовка спортсменов.

2. Плохое фармакологическое обеспечение тренировочного и соревновательного процессов.

Попробую обосновать свое мнение. По физической подготовке. Давайте проанализируем известные всем результаты в легкой атлетике лидеров ориентирования других стран. Далеко ходить не надо. Чемпионат Мира-97. Мартенсон имеет в своем активе звание Чемпиона Швеции на марафонской дистанции. Чемпион Мира-95 в спринте Ю. Омельченко имеет результаты, близкие к нормативу "мастер спорта". Ряд спортсменов-ориентировщиков стран Европы входит в десятку сильнейших кроссменов в своих странах. Что же наши спортсмены? В муж-

ской команде в лучшем случае 2-3 человека имеют результаты в легкой атлетике, близкие к 1 разряду. У женщин вообще полный завал. Идет полное игнорирование легкоатлетических соревнований. Мне могут возразить, что мы занимаемся ориентированием, а не легкой атлетикой. Но эти разговоры идут от нежелания совершенствоваться, работать над собой.

Возьмем для примера наших коллег-"зимников". Половина мужской и женской команды имеют звание "мастер спорта" по лыжным гонкам, другая половина показывает результаты, близкие к "мастеру". А результаты на соревнованиях по ориентированию говорят сами за себя.

В 1985 году в союзном ориентировании был введен норматив по легкой атлетике. До сих пор иногда возникают споры о целесообразности этого новшества. В то время из-за норматива простился с большим спортом ряд известных спортсменов. Были и перегибы с его применением. Например, включение норматива в командную борьбу на Чемпионате СССР-87 в г. Свердловске. Но, несмотря на это, внедрение норматива по легкой атлетике дало хороший толчок для профессионального роста спортсменов-ориентировщиков. В настоящее время опять все успокоилось. Предлагаю ввести норматив по легкой атлетике для кандидатов и членов сборной команды России и проводить его на Чемпионате России в год между Чемпионатами Мира. Норматив должен быть достаточно жестким. По моему мнению:

Эти предложения, конечно же, подлежат обсуждению. Не исключаю, что норматив должен влиять на показатели российского ранга сильнейших спортсменов.

Вторая причина слабого выступления на Чемпионате Мира — слабое фармакологическое обеспечение тренировочного и соревновательного процессов. Всем известно, что современный спорт, и ориентирование в том числе, требуют высокой интенсивности тренировочной работы. Но на одной морковке и капусте хорошее восстановление не проведешь. Назрела острая необходимость привлечь в команду врача-специалиста по фармакологии. Медицина в вопросах обеспечения тренировочного процесса развивается интенсивно. Но тренеры на местах, к большому сожалению, многое не знают и не применяют медицинские знания в работе со своими учениками. Имеет смысл организовать при Федерации медицинскую комиссию или принять на работу специалистов, которые занимались бы сборными командами России. По медицинским аспектам пора проводить семинары, рассылать по региональным федерациям методические указания, как для спортсменов-профессионалов, так и для любителей и детей, помогать централизованно поку-

пать витамины и средства восстановления. Говоря о фармакологии, я не имею в виду запрещенные к использованию в спорте препараты. Кроме них существует множество препаратов, неизвестных даже специалистам. Этот вопрос надо решать как можно быстрее.

Кроме вышелечисленных проблем, повлиявших на результаты Чемпионата Мира, есть еще одна. Это массовый уход хороших тренеров в зимнее ориентирование. Я понимаю, что каждый тренер мечтает вырастить высококлассного спортсмена. Подготовить "зимника", конечно же, легче. Результаты Чемпионата Мира в Австрии это наглядно показали. И тем обиднее становится за этих людей, которые хотят удовлетворить свои тренерские амбиции более легким путем, за их творческий потенциал. А отсутствие хороших тренеров будет постоянно сказываться на результатах.

На Чемпионате Мира в Норвегии в составе женской команды выступали две спортсменки, которым я помогаю в планировании учебно-тренировочного процесса. Моя оценка выступления сборной команды была бы неполной, не коснусь я выступления своих подопечных.

Мая Чернушка на Чемпионате Мира бежала спринт — не хватило нескольких секунд до финала. Считаю, что на этом Чемпионате Мира больших результатов от нее ожидать было рано. Выступление можно рассматривать как обкатку с дальнейшей перспективой. Тяжелое восстановление после появления ребенка, затянувшиеся проблемы социальной адаптации в России дают о себе знать и сказываются на результатах. Но, зная характер и потенциал М. Чернушки, уверен, что ее лучшие результаты еще впереди.

Ирина Михалко попала в финал классической дистанции, но на старт не вышла. Трудно оценить поступок Ирины однозначно. К большому сожалению, меня не было рядом. Спринт — 19 место (лучшая из россиянок). Существовало несколько проблем в период подготовки. Самая главная — проблемы со здоровьем. Постоянные простуды не позволили Ирине выйти на пик нагрузок. Мы не смогли справиться с этим вопросом. Неправильно спланировали летнюю подготовку — слишком много переездов. Летом, в самый ответственный период подготовки, И. Михалко пришлось срочно решать свои жилищные проблемы. Думаю, что никто из россиян не осудит ее за это. И, конечно же, слабая фармакологическая поддержка. Мне как тренеру просто негде взять эти знания. Возможно, мои размышления и оценки покажутся кому-то спорными. Что ж, из споров рождается истина. Надеюсь, что она позволит нам преодолеть кризис в летнем ориентировании, ибо все-таки душа болит за дело, которому отдал всю свою сознательную жизнь. ■