

МБУДО ДОД ДЮСШ ПО ЗВС ГОРОДА БЕЛГОРОДА

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА ПО АКТУАЛЬНОЙ ТЕМЕ
(тренерская дискуссия)

Выполнил:
Тренер-преподаватель по
фигурному катанию на коньках
Михайлова Светлана Борисовна

Белгород 2019

ОСТОРОЖНО!!!! Тренер или?

В настоящее время очень распространилось понятие «репетиторство» дошло оно в виде «подкаток» и до фигурного катания на коньках! Как правило, решение о дополнительных занятиях на стороне у другого тренера принимают родители, особо не задумываясь, насколько они компетентны в этом вопросе. К сожалению, в нашем обществе принято считать, что учить, лечить, а теперь еще и тренировать может каждый. Вряд ли, принимая решение о подкатке, родители располагают знаниями об основах спортивной тренировки, о тонкостях физиологии спортсмена, о возрастных нагрузках и т.п. Мысль, что один тренер — хорошо, а два — лучше, заставляет искать дополнительные занятия на стороне в надежде на прорыв. Но не всегда «много» равняется «правильно», поэтому, прежде чем принимать такие решения, стоит взвесить все за и против.

Существуют определенные принципы спортивной тренировки: от простого к сложному, от известного к неизвестному. Сегодня многие тренеры, не заложив базовые двигательные качества и технические навыки, начинают штурмовать более сложные элементы: прыжки, вращения и прочее. Например, спортсмен еще нестабильно исполняет двойные прыжки, а его уже начинают обучать двойному Акселю и тройным прыжкам. Можно сказать, сегодня идет не обучение фигурному катанию, а натаскивание, что чревато травмами. Который раз говорилось, что фигурное катание — это сложно координированный вид спорта. Фигурист с самого детства, а затем долгие годы разучивает, шлифует, отрабатывает до автоматизма очень сложные для человеческого организма движения. Придя к другому тренеру на подкатку, он подвергается попытке переучивания усвоенной им техники, так как каждый тренер обладает своим видением, своими нюансами исполнения элементов. Спортсмен начинает следовать замечаниям, подстраиваться под них и тем самым ломает свой двигательный стереотип. Каждый тренер знает, что раздвоение требований в нашем спорте приводит к краху. Основной тренер планирует все нагрузки своего спортсмена в течение сезона, недели, дня, ледовой тренировки. Основной тренер держит под контролем весь режим дня спортсмена, режим питания, возрастные изменения организма, его рост, массу тела и другие индивидуальные особенности. Наиболее типичные ошибки тренеров обычно связаны с переоценкой физических возможностей спортсменов: сверхвысокая интенсивность тренировок, не соответствующая возрасту и подготовленности, приводит к глубокому утомлению или даже к перетренированности. Приглашая специалистов по ОФП, по джаз-классу, по

хореографии и доверяя им участие в тренировочном процессе, тренер должен осуществлять единоличный контроль над всеми входящими нагрузками. Однако в наши дни это практически стало невозможным, потому что «третьи лица» постоянно вмешиваются в тренировочный процесс. Речь идет о родителях, которые за спиной у тренера водят детей на подкаты, выжимая их бегом от тренера к тренеру. Тренер на подкатке может добросовестно начать отрабатывать деньги, нагрузив ребенка на всю катушку, не учитывая, как тот себя чувствует, были ли уже сегодня занятия и прочее. Ребенок, проведя весь день в дороге, не успевает восстановиться, и вся эта усталость, накопившись, приводит не только к снижению результатов, но и к травмам.

Подкатка опасна также по психологическим причинам. В наше время, к сожалению, мало кто из тренеров помнит о возрастной психологии, об индивидуальных характеристиках личности спортсмена, о тренерском стиле работы. Но основной тренер по крайней мере уже присмотрелся к своим спортсменам, знает их особенности, их сильные и слабые стороны, знает их мотивацию к занятиям фигурным катанием. То же самое можно сказать и о детях, которые также изучили своего наставника, привыкли к стилю руководства ими. Ежедневные две-три часовые тренировки, острая конкуренция в группе, борьба за право быть в глазах тренера перспективным спортсменом и без того ввергают детей в стрессовое состояние. Страх, беспокойство, депрессия, тревога приводят к увеличению общего нервно-мышечного напряжения, к снижению координационных способностей, к нарушению техники, к увеличению утомляемости, к снижению внимания, к повышенному возбуждению и т.д. Понятно, что чем выше физиологическая реакция на стресс, тем выше вероятность спортивной травмы. На подкатке ребенок попадает в новые психологические условия, которые могут разительно отличаться от того, к чему он привык. Тренер может оказаться с авторитарным стилем ведения занятий, а спортсмен привык к демократичному, или, наоборот основной тренер предъявляет жесткие требования, а этот слишком либерален. Бывает так, что ребенок, катаясь обычно в группе, где много самостоятельной работы, на подкатках быстро привыкает к индивидуальным занятиям и перестает продуктивно работать в группе, как раньше.

Наивно полагать, что тренеры, работающие постоянно со своими детьми, не заметят изменений в технике своего спортсмена, которая будет меняться под воздействием другого педагога. Как только для основного тренера станет ясно, что ребенок подкатывается на стороне, доверие будет подорвано и отношения испорчены. У ребенка также происходит снижение

доверия к тренеру: один тренер бесплатный и, видимо, «плохой», а другой, надо полагать, «очень хороший», раз к нему ездят и платят деньги.

Мотивация занятий с основным тренером меняется, потому что ребенку становится слишком понятно, кто «настоящий» тренер. Родители свято верят, что нанятый за деньги тренер будет готов выложиться полностью для чужого спортсмена, потому что материальная сторона решает всё. Жизнь показала, что хождение по подкаткам всегда заканчивается плохо. Сколько спортсменов закончили с фигурным катанием просто по причине того, что метались от одного тренера к другому и этим поломали всё: двигательный стереотип, мотивацию к занятиям, свое психологическое состояние.

Может быть, пора задуматься над тем, что подкатчики вообще никакой ни моральной, ни юридической ответственности не несут, ни за что не отвечают. Это – «теневые» специалисты. Вся полнота ответственности будет лежать на плечах основного тренера, которому по воле родителей приходится отвечать за то, чего он не делал. Сложившийся частный сектор услуг абсолютно бесконтролен: нет ни лицензий, ни контрактов, ничего. Опыт последних лет показывает, что, несмотря на многочисленные предложения со стороны «свободных» тренеров, вершин в спорте все равно достигают те спортсмены, которые занимаются у своего основного тренера. Возможно, родителям, бегающим по подкаткам, пора остановиться и задуматься: если с вашим ребенком тренер готов заниматься лишь за деньги, может быть, пора принимать какие-то другие решения?

К сожалению, теперь не только в Москве существует проблема неконтролируемых подкаток. Эта зараза доползла и до регионов, у нас тоже появилась масса таких «шабашников», которые предлагают свои услуги. Спортсмены бегают на подкатки, надеются, что там будут чудеса. Все тренеры и в Москве, и у нас в Белгороде знают, что ничего хорошего не получается, когда спортсмен занимается то у одного, то у другого тренера. Другое дело, когда тренер со своим спортсменом едет к другому на консультацию или за советом, когда есть чему поучиться. А на подкатках родители своих детей только губят, и всё.

Современная тенденция обучения фигурному катанию, к сожалению, только одна: как можно быстрее начать прыгать. Если юный фигурист в первый же год обучения прыгнет Аксель, значит, его тренер — гений, а то, что фигурист ходит пешком по льду, — это мало кого волнует. В основном родители являются катализаторами этого процесса, требующими от тренеров освоения, прежде всего прыжков. Практически любого из пришедших в

фигурное катание детей можно научить прыгать двойные прыжки, примерно четверть из них освоят двойной Аксель, а единицы из них будут прыгать тройные. То есть можно самим подсчитать, каков реальный процент талантливых спортсменов из тех, которые пришли в фигурное катание. Этот процент мог быть выше, если бы мы тщательнее при наборе проводили селекцию спортсменов, а не бесконечно накатывали всех тех, кто готов за это платить. Детям стало сложно справляться с нагрузками потому, что в новой реальности не тренер основной требователь, а мама с папой. Тренер может требовать лишь на занятиях, а родители требуют круглосуточно. Проблема нашего современного социума в том, что бедных в фигурном катании нет: их не любят и не держат, контингент состоит из тех, кто способен платить. Больше нет чистоты эксперимента, ведь если какой-то ребенок без конца подкатывается в дополнительное время, то тренеру при просмотре или при отборе сложно определить, действительно ребенок способный или это просто продукт большого количества работы. Сегодня уже не поймешь по ребенку, он настолько талантлив или просто настолько выкатан, что способен в пять лет прыгать Аксель. Больше нет селекции, потому что накатанный ребенок до какого-то возраста будет в лидерах. Следовательно, он займет место того, который может быть в разы талантливее, но его родители не могли потратить время и деньги на его накатывание на стороне. Таким образом, большое количество детей отсеиваются уже в среднем сегменте, хотя могли бы стать хорошими спортсменами и пойти

Возникает ощущение, что тренеры озабочены не столько обучением своих фигуристов базовым вещам, сколько сиюминутными победами на местечковых соревнованиях в угоду амбициям родителей, для которых важно, чтобы их ребенок начал прыгать Аксель на полгода или на год раньше, чем другие дети. Я думаю, что такое мышление тренеров сформировалось под воздействием бесконечного родительского спроса на подкатки. Подкатки, несмотря на всю разъяснительную работу Федерации, все еще остаются проблемой нашего фигурного катания.

Для меня как тренера всегда важно оставить в группе только тех спортсменов, у кого есть данные. Как бы родителям ни было печально это слышать, но хороший тренер, глядя на детей, практически сразу видит, что из кого получится. Моя задача как ответственного тренера состоит в том, чтобы доступно объяснить родителям, почему я не беру их ребенка или отчисляю из группы. Весь прошлый сезон я активно судила детские соревнования в качестве технического контролера и за это время перед моими глазами прошли сотни юных фигуристов из разных школ. Взгляд судьи на

спортсмена отличается от взгляда тренеров или родителей прежде всего тем, что судьи сравнивают фигуристов не между собой, а с неким эталонным фигуристом, опираясь на представление об идеальном, грамотном фигурном катании. На детских соревнованиях я нередко являлась очевидцем ситуации, когда техническая бригада была в замешательстве в распознавании прыжковых и шаговых элементов у спортсменов, потому что вместо них они делают ногами «кашу». Мне, как техническому контролеру, невыразимо грустно смотреть на все это. Я очень часто вижу у спортсменов ошибки, несовместимые с фигурным катанием, как, например, умение переносить центр тяжести с одной ноги на другую, из-за чего они просто неспособны грамотно выполнить практически ни один элемент. Сложная координация движений требует очень тонкой настройки работы тела, так что неправильно наработанное движение поддается искоренению настолько трудно, что ни один серьезный тренер никогда не посмотрит в сторону таких спортсменов. Родители должны понимать, что, выбирая тренера начальной подготовки, они выбирают спортивную судьбу ребенку.

Михайлова Светлана Борисовна