

Московский
ФИГУРИСТ

ФИГУРИСТ

сеть магазинов



- ◆ Ботинки для фигурного катания
- ◆ Лезвия для фигурного катания
- ◆ Коньки
- ◆ Одежда для тренировок
- ◆ Платья для выступлений
- ◆ Аксессуары и сувениры
- ◆ Сервисный центр
- ◆ Ателье



г. Москва, Ленинградский пр-т д. 44 (станция м. Динамо)
+7 (495) 542-68-68

г. Москва, Ленинский пр-т д. 32 (станция м. Ленинский проспект)
+7 (495) 641-82-82, +7 (499) 137-80-40

г. Москва, Сокольнический Вал д. 48 (станция м. Сокольники)
+7 (495) 177-35-35

г. Санкт-Петербург, Набережная канала Грибоедова д. 33
(станция метро Гостиный двор, Невский проспект)
+7 (812) 645-77-88

Московский ФИГУРИСТ

№4 (44)/2016

Вестник Федерации фигурного катания на коньках города Москвы

Электронную версию журнала читайте на сайте www.figurist.ru



Татьяна Тарасова

Непобедимый талант

**Чемпионат России
Общие итоги**

**Мастер-класс
Спортивная форма**

**Судейская практика
Пора сказать правду**

Президиум Федерации фигурного катания на коньках г. Москвы

Рабер
Ирина Яковлевна,
президент Федерации

Чайковская
Елена Анатольевна,
вице-президент

Коган Александр Ильич,
вице-президент

Овсянников
Олег Владимирович,
вице-президент

Вереземская
Ольга Ивановна,
ответственный секретарь

Члены президиума:
Аксенов Эдуард Михайлович
Бутырская Мария Викторовна
Волкова Людмила Сергеевна
Жмулин
Александр Владимирович
Зайцев Вячеслав Иванович
Иванов Олег Александрович
Кандыба Светлана Петровна
Киташева Софья Николаевна
Кудрявцев
Виктор Николаевич
Маркова Ольга Дмитриевна
Моргуненко Ася Анатольевна
Овчинников Юрий Львович
Уваров
Андрей Константинович
Устинов Кирилл Игоревич

«Московский фигурист»
Бюллетень Федерации фигурного катания на коньках г. Москвы за III квартал 2016 г.
Издатель: ООО «РИЦ Северо-Восток».
Адрес издателя: 129344, Москва, ул. Верхоянская, 18, корп. 2
Главный редактор: Ольга Вереземская
Дизайн-проект: Татьяна Птухина
Бильд-редактор: Ольга Вереземская
Фото: Марина Евдокимова, Юлия Комарова
Выпускающий редактор: Алла Сушина
Верстка: Марина Сорокина
Цветокоррекция: Дмитрий Буряк
Корректур: Ирина Теплова, Марина Черкудинова, Ирина Мушкарина, Игорь Кобылкин, Светлана Калужская.
Адрес Федерации:
ул. Лескова, 25а, офис 232
Тел./факс (499) 205-8018, доб. 108
Адрес редакции (для писем):
e-mail: mosfigurist@mail.ru
Отпечатано в типографии ООО «Буки Веди»
119049, г. Москва, Ленинский проспект, д. 4, стр. 1А. Тел. (495) 926-6396,
www.bukivedi.com, info@bukivedi.com
Заказ №Д-384. Тираж 999 экз.
Подписано в печать 30.01.2017 г.
Фото на 1-й обл. — Татьяна Тарасова.
Фотограф — Ольга Лавренкова,
журнал «Лед» (2009).
Редакция благодарит Продюсерскую компанию «Илья Авербух» за предоставление фотоматериалов.

В НОМЕРЕ:

НОВОСТИ

1

ЧЕМПИОНАТ РОССИИ

4

Общие итоги

Чемпионат России-2017 показал все точки роста отечественного фигурного катания



ЮБИЛЕЙ

18

Непобедимый талант

Татьяна Тарасова: «Творчество невозможно без любви»

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

22

Юные дарования

Галина Голубкова, главный тренер юниорской сборной России: «По итогам серии Гран-при в финал отобралось доминирующее число наших спортсменов»

СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА

26

Пора сказать правду

Ольга Маркова: «Безответственное обучение базовым основам превращает фигуристов в никому не нужный материал»

МАСТЕР-КЛАСС

30

Михаил Войнов Спортивная форма для фигуриста

Планирование тренировочного процесса в годичном цикле подготовки

ТЕХНОЛОГИИ

36

Об этом постоянно говорят, но пока никто не делал

Солтан Кокоев: «Наши задумки направлены на то, чтобы фигурное катание стало интереснее и понятнее зрителям»

СИНХРОННОЕ КАТАНИЕ

40

Этот день придет

Ульяна Чиркова: «Синхронное катание должно стать более понятным для публики»



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

46

Спортивные балеты на льду покоряют новые сердца

Школа-студия «Маска» из Санкт-Петербурга намерена активно включиться в это направление

Фигурист
сеть магазинов

ОТКРЫЛСЯ НОВЫЙ МАГАЗИН «ФИГУРИСТ»
Мы ждем всех
в нашем **НОВОМ** магазине по адресу:
Сокольнический Вал, д. 48
(495) 177-35-35

ВСЕ ДЛЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ!

GRAF Made in Switzerland
John Wilson THE PERFECTION TO YOUR ROUTINE
MONDOR
RISPORT SKATES
zUCA
Karisma
EDER
LP SUPPORT
GUANOOG
JACKSON ULTIMA
SAGESTER SPORTWEAR
TISSOT
MK MUST HAVE BLADES
WIFA

W /figurist.store **IG** figurist_store **F** /figuristshop

WWW.FIGURIST.RU

реклама

16 декабря 2016 года состоялось заседание президиума ФФКМ



Встреча проходила в здании Олимпийского комитета России по адресу: Лужнецкая наб., 8. В работе принимали участие: президент ФФКМ **Ирина Рабер**, вице-президенты **Александр Коган**, **Олег Овсянников**, ответственный секретарь **Ольга Вереземская**, члены президиума **Эдуард Аксенов**, **Людмила Волкова**, **Александр Жмулин**, **Вячеслав Зайцев**, **Олег Иванов**, **Светлана Кандыба**, **Софья Киташева**, **Ольга Маркова**, **Ася Моргуненко**, **Юрий Овчинников**, **Андрей Уваров**, **Кирилл Устинов**, а также почетные гости **Александр Горшков**, **Валентин Писеев**, **Леонид Хачатуров**. На заседании присутствовали генеральный директор ФФКМ **Михаил Гончаров**, зам. генерального директора **Вера Ткалина**, главный бухгалтер ФФКМ **Любовь Смирнова**.

Работа президиума началась с вручения медалей «Почетный член ФФКМ» президенту ФФККР **Александру Горшкову**, почетному президенту ФФККР **Валентину Писееву**, председателю тренерского совета ФФККР

Леониду Хачатурову. **Ирина Рабер** в своей приветственной речи отметила неоценимый вклад каждого в деятельность московской Федерации и поблагодарила за сотрудничество.

Президиум начал работу с заслушивания отчета главного бухгалтера ФФКМ **Любови Смирновой** о финансово-хозяйственной деятельности Федерации Москвы за 2016 год, который единогласно был признан удовлетворительным. В ходе обсуждения отчета было решено в целях совершенствования организации проведения календарных соревнований рекомендовать организаторам в лице крупных спортивных школ и объединений, которые наиболее активно проводят турниры, приобрести для проведения мероприятий комплекты лицензионной судейской аппаратуры, привлекая для этих целей государственные средства, а также внебюджетные поступления. Также президиум дал поручение СТК совместно с тренерским советом определить оптимальное количество московских календарных соревнований с учетом

реального количества спортсменов, занимающихся фигурным катанием. Кроме того, предусмотреть в календаре проведение классификационных соревнований для одиночного катания по каждому разряду.

Дирекции Федерации было поручено в период формирования календаря московских соревнований на сезон 2017/18 года довести до сведения каждой организации, претендующей на включение соревнований в московский календарь, требование обязательного представления сметы расходов на проведение заявленных ими соревнований и гарантий ее соблюдения. Президиум поручил московской коллегии судей продолжать контролировать соблюдение правил проведения соревнований. В случае систематического выявления нарушений правил организаторами исключать их турниры из московского календаря. **Эдуард Аксенов** отметил, что надо приветствовать проведение в Москве как можно большего количества соревнований, поскольку они прекрасно организованы. Он проинформировал ➔

присутствовавших, что соревнования на призы президента ФФКМ будут проводиться при поддержке сети магазинов «Фигурист», которая обеспечит участников призами и подарками. Обсудив нормы действующего спортивного законодательства, президиум дал поручение всем коллегиям СТК и Дирекции ФФКМ проработать предложения к новому Положению ЕВСК с учетом всех недоработок действующего Положения и сдать их в письменном виде ФФККР.

Следующий вопрос касался проведения текущей аттестации тренеров Москвы для включения их в рейтинг тренерских кадров России. Председатель тренерского совета ФФККР **Леонид Хачатуров** напомнил, что в 2011 году Федерация фигурного катания на коньках России разработала Положение об аттестации тренерских кадров с целью составления базы данных о тренерах России и их рейтинга для обеспечения граждан полной информацией. Рейтинг обновляется каждые четыре года, однако московская Федерация в новом цикле не представила свои данные, так как не проводила переаттестацию.

Президиум поручил СТК создать комиссию по аттестации тренеров и в соответствии с положением об аттестации тренеров представить данные председателю комиссии по аттестации ФФККР Леониду Хачатурову установленные сроки. Было внесено предложение подключить к сбору данных портал «Спорт вокруг», а также спортивные школы и клубы Москвы. Информацию о процедуре аттестации и анкеты для тренеров можно найти на сайте www.fsrussia.ru

В завершение работы вице-президент ФФКМ **Александр Коган** провел анализ результатов серии и финала Гран-при спортсменов московской сборной. Он отметил, что около 90% всех участников финала были представителями Москвы. В юношеском катании специалист отметил прекрасное выступление **Алины Загитовой**, достойное катание **Дмитрия Алиева** и **Александра Самарина**, а также танцевального дуэта **Алла Лобода — Павел Дрозд**. Что касается выступления взрослых, то здесь все выступили на максимуме своих возможностей, но не обошлось без некоторой критики в адрес **Елены Радионовой**, которая

была не в лучшей своей форме. Особо были отмечены **Евгения Медведева**, **Анна Погорилая** и **Мария Сотскова**, дебют которой был впечатляющим.

В завершение президент ФФКМ **Ирина Рабер** поздравила всех с наступающим Новым годом, пожелала здоровья, удачи и побед в труде и спорте.

ФФКМ приняла новых членов

Президиум ФФКМ рассмотрел заявления о приеме в члены ФФКМ от следующих лиц: **Биян Светланы Петровны**, **Гришаковой Марии Игоревны**, **Ивина Сергея Сергеевича**, **Илиевой Юлии Ивановны**, **Козловой Александры Викторовны**, **Михайловой Татьяны Александровны**, **Наумовой Елены Михайловны**, **Титовой Дарьи Алексеевны**, **Холиной Светланы Дмитриевны**, **Чернышевой Зои Сергеевны**. По итогам голосования за каждого кандидата президиум вынес решение принять всех в ряды ФФКМ.

Уточнение к с. 43 в статье «Документальная история», опубликованной в «МФ» №2 (42), 2016, в разделе «Юридическая консультация»

Обращаем внимание на то, что согласно ЕВСК, юношеские разряды могут быть присвоены только после сдачи соответствующих тестов по скольжению. Также в Москве со 2-го спортивного разряда по КМС включительно ФФКМ оставляет за собой право не подписывать представления на присвоение 2-го спортивного разряда в случае выявления нарушений в присвоении юношеских разрядов, в частности без сдачи соответствующих тестов по скольжению, а также без сдачи нормы «юный фигурист». К сожалению, такие случаи встречаются достаточно часто. Если спортсмен подает документы на присвоение разряда по результатам соревнований, для участия в которых он подавал личную заявку, то получит отказ, так как индивидуальные заявки на участие в соревнованиях не допускаются. Формально такие соревнования нельзя считать соревнованиями по фигурному катанию на коньках, так как они противоречат Правилам соревнований.

Президиум ФФКМ присвоил высшие награды Федерации

16 декабря 2016 года президиум рассмотрел предложения о присвоении почетных званий ФФКМ и принял решение:

Присвоить почетное звание и наградить медалью «Почетный член ФФКМ»:

Аксенова Эдуарда Михайловича — за работу по развитию фигурного катания в Москве;

Жгун Елену Вячеславовну — за научную и методическую поддержку ФФКМ, также за содействие в становлении судейского волонтерского движения в Москве.

Наградить знаком «За заслуги в развитии фигурного катания в Москве»:

Бадяеву Ольгу Николаевну — за развитие синхронного катания;

Бурштейна Михаила Моисеевича — за развитие технологии заливки льда;

Вертебную Гульнару Ньюрулловну — за развитие взрослого любительского катания;

Волкову Людмилу Владимировну — за организацию и развитие синхронного катания;

Иванова Олега Александровича — за развитие фигурного катания;

Корниенко Леонида Николаевича (посмертно) — за развитие Федерации фигурного катания города Москвы и организацию и развитие массового фигурного катания.



14 января 2017 года состоялись традиционные Рождественские встречи

11-я благотворительная встреча для московских ветеранов фигурного катания была организована ФФКМ при поддержке генерального директора ООО

«Саренгети» **Ильи Рокетлишвили** в ресторане «Хижина». На встречу пришли около 60 ветеранов фигурного катания. Состоялось чествование юби-

ляров 2016 года, им были вручены памятные подарки. Праздничную встречу вел поэт, член Союза писателей России **Михаил Слуцкий**.

60 лет

Болденко Андрей

*Он был весьма заметным фигуристом,
На льду балетном ярким был солистом.
Как тренер ищет он ко всем буквально
Подход особый, индивидуальный.*

Беззубик (Архипова) Марина

*Мы не пройдем мимо такого факта:
Марина воспитать сумела Абта,
Судьба потом сменила направление —
Она теперь в четвёртом управлении...*

Павлова (Дангаузер) Наталья

*На льду Наталья в паре выступала,
А после тренером отличным стала,
И мы, конечно, помним, кто же именно
Стране открыл Тотьянину с Марини-
ным!*

65 лет

Киташева Софья

*Пришлось как тренеру на благо ей
трудиться
«Динамо», ЦСКА и всей столицы.
Подвластно Софье непростое
действие —
Международный уровень судейства!*

70 лет

Горшков Александр

*Поздравления и дружные овацши —
Президенту нашей Федерации.*

*Всем известно, что по танцам он
Олимпийский первый чемпион!*

Литаева Наталья

*По Союзу Наталья входила в пятёрку
И Москвы, и России была чемпионкой.
А потом занимались с ней радостно дети
У Елены Чайковской в детском балете.*

Матвеева Елена

*Путь хореографа мы знаем хорошо:
Из знаменитого Большого — в спорт
большой!
Программ создала очень много красивых
Елена — заслуженный тренер России!*

Немцова Татьяна

*Всего Союза — нынче вспомнить
нам приятно —
Была Татьяна чемпионкою двукратной,
И нам поздравить непременно хочется
Открывшую окно в Европу одиночницу!*

Суслина Людмила

*Была на льду партнершею отличною —
Техничною, изящною, лиричною...
Стала, напомним, пара москвичей
Первой в турнире «Голубых мечей».*

Федоров Михаил

*Слов благодарности всегда звучит немало
В адрес такого суперпрофессионала —
Знаком секрет успеха всем буквально:
Заточка лезвия должна быть идеальной!*

Хачатуров Леонид

*Известен он работой плодотворной
В команде фигуристов главной —
сборной,
Он возглавлял успешно много лет
Наши Всероссийский тренерский совет.*

75 лет

Писеев Валентин

*В нашем виде спорта он такой —
Кормчий, штурман, лоцман, рулевой!
С юбилеем поздравляем нынче все его —
Валентина Николаевича Писеева!*

Абсалямова Ирина

*В мире спорта Абсалямова известна
Как судья и как заслуженный профессор.
Это круто, что ни говори,
Быть ИСУ официальным рефери!*

Голощапова Ирина

*Ирина начинала фигуристкой,
Ну а прославилась блистательной
солисткой —
Мы не забудем никогда об этом —
ледового Московского балета!*

Иванова Альбина

*Когда путь финишировал
спортивный,
Балет на льду вошёл в судьбу Альбины,
Для многих фигуристов, тонких самых,
Как хореограф она ставила
программы.*

Общие итоги

Чемпионат России-2017 показал все точки роста отечественного фигурного катания

В конце декабря в Челябинске прошел очередной чемпионат страны по фигурному катанию, который по своей сути был необычным. Его уникальность заключалась в том, что один раз в четыре года наш индивидуальный вид спорта превращается в командный, поскольку спортсмены, отобравшиеся на этот чемпионат мира, будут не столько бороться за себя, сколько за квоты для российской сборной на предстоящую Олимпиаду в Корею. Выслушаем мнение специалистов о прошедшем чемпионате страны и наших шансах на будущие победы, но прежде пожелаем нашим ребятам удачи на чемпионате мира в Хельсинки.



Еще не вечер



**Виктор Кудрявцев,
заслуженный тренер России**

тах, которые важны для понимания действительности и дальнейших перспектив.

Здесь, в Челябинске, мы впервые увидели четверной лутц в исполнении Михаила Коляды (тренер Валентина Чеботарева), который проявил характер и не испугался поставить его в произвольную программу, хотя на кону стояла золотая медаль чемпионата. Его тренер Валентина Чеботарева не только прекрасно понимает технику современного катания, но и, как показала практика, является отличным психологом, умеющим грамотно вывести своих спортсменов на пик формы к важным стартам сезона. Своей работой она создает новый

центр притяжения для спортсменов России и составляет значительную конкуренцию своим коллегам из Питера.

Александр Самарин (тренер Светлана Соколовская) также проявил характер и сделал в произвольной программе свой набор четверных прыжков, доказав, что несет в себе значительный потенциал. Было радостно видеть, что у нас все же есть спортсмены, которые на официальных соревнованиях не отказываются от исполнения более сложных прыжков, что является серьезной попыткой сдвинуть наше мужское катание на новый уровень. Такой подход дает хорошую возможность

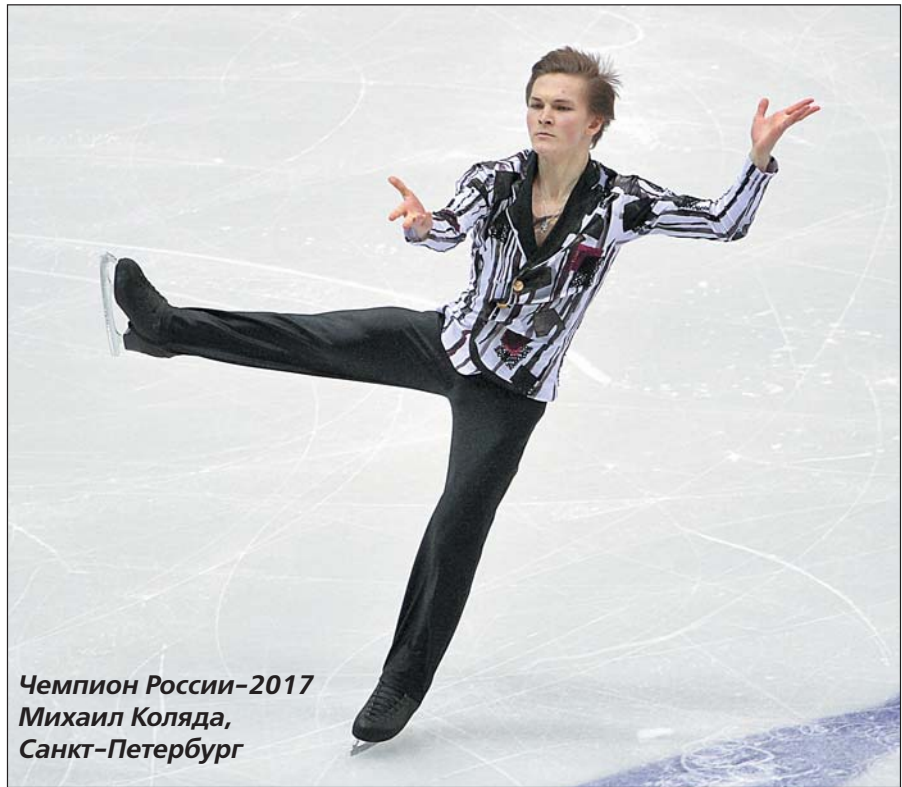
На мой взгляд, этот чемпионат России по всем четырем видам прошел на значительно более высоком уровне по мастерству, чем в прошлом году. Хочу подробнее акцентировать внимание на тех момен-

подготовиться к участию в соревнованиях самого высокого международного уровня, вплоть до Олимпийских игр. Однако эту радость нам сумели доставить только два-три спортсмена из 17, остальные не вызывают других эмоций, кроме разочарования.

Я уже не раз предлагал на тренерском совете ввести критерий для отбора на чемпионат России для мужчин — наличие в программах тройного Акселя. Если этого элемента нет, то нечего выступать на чемпионате страны, пусть дома сидят с дуплями. Думаю, если такой технический критерий ввести, то наши спортсмены задумаются над усложнением своей программы. Я надеюсь, что в этом случае у наших мужчин наступит цепная реакция прогресса, что они задумаются, как надо тренироваться, как надо выступать на соревнованиях, чтобы конкурировать с соперниками на международном уровне. Сегодня зрители очень хорошо понимают, какой уровень катания им предлагают смотреть, так что овации и любовь публики достаются тем, кто рискует.

В отличие от мужского наше женское одиночное катание вновь продвинуло этот вид на много лет вперед, что было нам явлено на этом чемпионате России. Евгения Медведева (тренер Этери Тутберидзе) во второй половине произвольной программы исполнила каскад три-три-три, зная при этом, что потеряет в оценке. С ее стороны и со стороны тренера это была серьезная заявка на то, чтобы показать свое превосходство. Она проверила себя на прочность, и я уверен, что в будущем она сделает в конце программы такой каскад из трех прыжков, который пойдет в зачет. Также Алина Загитова (тренер Этери Тутберидзе) показала прекрасный каскад тройной лутц — тройной риттбергер, который сегодня в мире никто не исполняет. Это был прекрасный пример того, как на национальных соревнованиях спортсмены могут опробовать самые сложные элементы, чтобы потом выйти с ними на международный уровень.

Парное катание вновь оставило впечатление, что мы можем в этом сезоне составить реальную конкуренцию канадцам и китайцам как по технике, так и по второй



Чемпион России-2017
Михаил Коляда,
Санкт-Петербург

оценке. Считаю, что даже нельзя сравнивать катание российских пар со всеми остальными по качеству исполнения парных элементов и представлению программ. На мой взгляд, как бы сегодня ни превозносили пары за исполнение технически сложных элементов, все равно эстетика катания в глазах судей возьмет свое. Даже на тренировке было видно, что Ксения Столбова и Федор Климов (тренеры Владислав Жовнирский, Нина Мозер) катят так, аж дух захватывает. В принципе это можно сказать обо всех российских парах, потому что это соответствует нашему представлению о фигурном катании вообще. Именно наши пары отличаются единой гармонией программы от начала до конца, логическим вытеканием одного элемента из другого, насыщенностью связками и переходами. Эстетику парного катания закладывали еще наши Людмила Белоусова и Олег Протопопов, которые в этом смысле сформировали лицо не только отечественного, но и мирового парного катания.

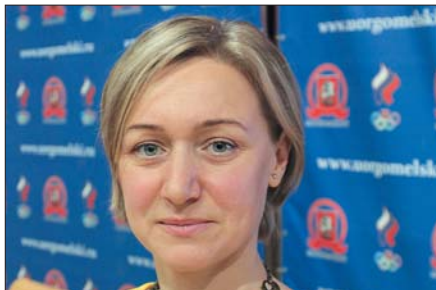
Однако из увиденного на чемпионате России можно сделать и один нерадостный вывод о том, что в Москве заметно

снизился уровень юниорского парного катания. Сейчас на финале Гран-при наша московская пара была только шестой, а на чемпионате России юниорские пары были представлены только Санкт-Петербургом и Пермью. Хотелось бы видеть хорошие юниорские пары в таком центре подготовки, как каток «Вдохновение», где есть мощная тренерская команда и огромный ледовый потенциал для такой работы.

Что касается танцев на льду, то для себя я отметил, что мастерство наших спортсменов заметно подросло, осталось только поймать кураж в исполнении и удачу в судействе.

Подводя итоги, хочу сказать, что чемпионат России был проведен в Челябинске на высочайшем организационном уровне. Обслуживание, волонтерское движение, организация турнира, жеребьевка — все было сделано четко, интересно и с любовью. Я уверен, что эта прекрасная аура турнира и полный стадион зрителей положительно влияли на наших фигуристов, которые заряжались общим настроением и показывали свои лучшие прокаты.

Что же остальные?



Ольга Маркова, технический специалист ИСУ

Вроде бы кто-то из наших мужчин тоже пытается исполнять четверные прыжки, но сколько их стоит в программе? Один-два. К сожалению, это уже не предел мечтаний, потому что на

эти эмоции, то от мужчин ничего подобного не ожидалось. По этим причинам у многих было негативное, подавленное состояние перед произвольной программой.

После проката коротких программ у мужчин впечатление было нерадостное, потому что из почти двух десятков ребят по-настоящему катались и сражались только четыре спортсмена: Михаил Коляда, Александр Самарин, Сергей Воронов и Андрей Лазукин. А что же остальные? Практически каждый сделал ошибки на элементах, причем не только на прыжках, но и во вращениях, некоторые во второй половине программы просто встали, забросили всю хореографию, буквально опустив руки. Удручающее впечатление было усилено какой-то повсеместно скучной, невыразительной музыкой, выбранной чуть ли не половиной участников для своих программ, хотя, возможно, это была просто лиричная, медленная мелодия, которую не удалось выкатать и выразить, поскольку у подавляющего большинства для этого не хватает соответствующих технических и хореографических инструментов, внутреннего состояния, чтобы донести до зрителя выбранное музыкальное сопровождение.

Произвольную программу все судьи и тренеры ждали с внутренним нерадостным напряжением, потому что буквально за две недели до чемпионата России на финале Гран-при в Марселе мы все видели, какие прыжки и какое катание показывают сильнейшие фигуристы планеты. Так что, если сравнивать и проводить параллели с тем, что происходит в мире и что происходит у нас, то очевидно, что мы имеем единицы, которые, может быть, смогут конкурировать на мировом уровне.

У меня, как и у других специалистов и судей, возникает вопрос: зачем эти спортсмены приехали на чемпионат России?

финале Гран-при мы видели, не считая тройного Акселя, который перестал считаться каким-то элементом «улыграси» у мужчин, по три-четыре прыжка в программе, причем это уже четверные лутц, флип, риттбергер, а не только тулуп и сальхов. Если от катания женщин все предвкушали высший пилотаж в катании, интригу борьбы, нарастаю-

Утренняя тренировка не добавила положительных эмоций, потому что участники первой и второй разминочек срывали прыжки на «бабочки», а в самых крайних случаях просто обозначали стартовую позу, а потом катались макетом без прыжков и вращений, да и дорожки шагов делали, что называется, вполноги. Когда проходят контрольные прокаты в начале сезона, мы постоянно говорим спортсменам: «Ребята, возьмите за правило полностью катать свои программы, когда звучит ваша музыка на предстартовых тренировках, потому что технические специалисты имеют возможность увидеть все тонкости, все плюсы и минусы исполнения каждого элемента, всю вращательную и шаговую сложность. Тем самым вы поможете



**Александр Самарин,
Москва**

прежде всего себе, так как техническая бригада и судьи увидят и запомнят ваши элементы, качество их исполнения». Спортсмен должен понимать, что судьи и технические специалисты для того и приходят на тренировки в шесть или в восемь утра, чтобы в конечном счете иметь возможность что-то решить в пользу спортсмена, тем более на национальном чемпионате. Когда же показывают макет, то на соревнованиях мы оцениваем программу как в первый раз, то есть с чистого листа. В этой связи у меня, как и у других технических специалистов и судей, возникает вопрос: для чего эти спортсмены приехали на чемпионат России?

Понятно, что есть правила отбора на чемпионат и каждый, кто отобрался, имеет право выступать, правда, было непонятно зачем.

По итогам могу сказать, что в российском мужском катании все же нашлось трое мужчин, которые боролись и рисковали: Коляда, Самарин и Ковтун, также неплохо проявил себя Андрей Лазукин.

Максим Ковтун (тренер Инна Гончаренко), кредит доверия к которому после короткой программы растаял как туман, вышел и доказал, что он может и умеет бороться за свое имя и место в сборной. Если в короткой программе он шел на прыжок и опять была стена, а в итоге срыв — «бабочка», то в произвольной он преодолел это.

Александр Самарин (тренер Светлана Соколовская), безусловно, большой молодец, прогресс которого в этом сезоне налицо. Ему, может быть, надо еще учиться докатывать программу до конца в полном объеме, но он значительно прибавил в эмоциональном плане. Отмечу, что Самарин практически толь-



**Максим Ковтун,
Москва**

В российском мужском катании все же нашлось трое мужчин, которые боролись и рисковали

ко вернулся с юниорского финала Гран-при, где занял 2-е место и отобрался на взрослые международные чемпионаты, хотя по возрасту еще подходит для юниорских турниров. Александр собрал на чемпионате достаточно сложную для себя программу с двумя четверными прыжками, и если кому-то кажется, что его программа состоит из разбегов на прыжки, то это в полной мере оправдано сложностью его элементов в данном сезоне.

Михаил Коляда (тренер Валентина Чеботарева) просто герой, потому что показал стабильное катание в обеих программах с большим запасом прочности в каждом элементе, потому что рискнул пойти на четверной лутц, кото-

рый, безусловно, у него есть. При этом, несмотря на сложность программы, он хореографически и эмоционально был безупречен.

Расстроил своим катанием Дмитрий Алиев (тренер Евгений Рукавицын), который первую половину произвольной программы еще как-то проехал, а дальше сдулся как шарик. Было ощущение, что на льду выступают под одной фамилией два разных человека. Возможно, Дима выложился на финале Гран-при, но обидно видеть от хорошего спортсмена прокаты не в свою силу.

Сергей Воронов (тренер Инна Гончаренко), к сожалению, не смог удержать стабильный уровень и оказался в итоге на 7-м месте.

Подводя итоги, хочу сказать, что в целом мужской турнир не был особенно вдохновляющим, несмотря на некоторые прорывы отдельных спортсменов. Безусловно, каждый спортсмен и тренер идут своим путем, каждый надеется на удачу, но нам надо как-то планировать результаты, нагрузки, пик формы, функциональную подготовку, потому что в Челябинске было, как никогда, видно, что многим спортсменам просто очень тяжело кататься. Еще, на мой взгляд, мы как-то засиделись на четверных тулупах и сальховах, в то время как в мире спортсмены разучивают четверные риттбергер, лутц и флип. Еще недавно мы переживали, что никогда в женском виде не обыграем кореянок, японок, американок, а сейчас равных нам нет в мире. Наши тренеры — Буянова, Мишин, Тутберидзе, Гончаренко, Царева, Рукавицын — приняли вызов, настроились на борьбу и победили в этом соревновании. Сейчас мы переживаем сильный подъем в исполнении различных четверных прыжков в мире в мужском одиночном катании, наши одиночники тоже стремятся к этому, но пока мы отстаем...

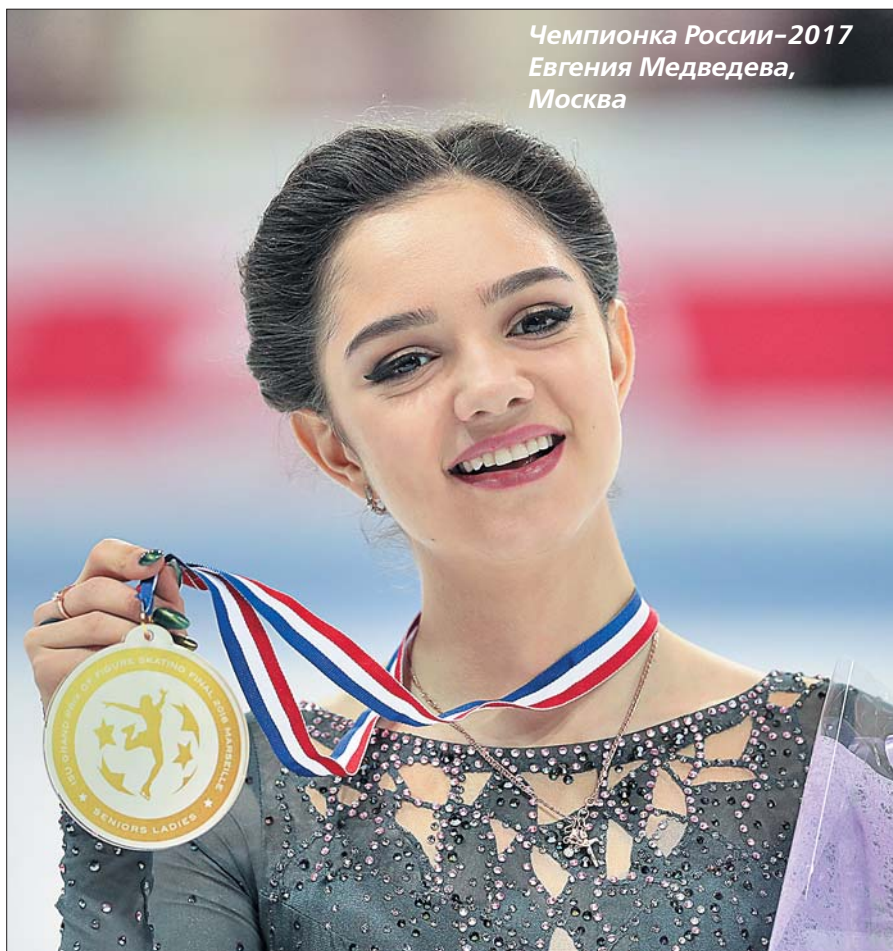
Высший пилотаж



Александр Кузнецов, технический специалист ИСУ

Мы в очередной раз стали свидетелями великолепного мастерства наших фигуристок. Специалисты, судьи, руководители Федерации, конечно, знали, что уровень женского катания у нас в стране очень высокий, но все равно все были удивлены и восхищены тем, как наши девушки прекрасно катаются. В какой-то мере это опять стало для всех открытием, потому что уровень катания, безусловно, повысился, и это даже не из-за максимума технической сложности, а потому что владение коньком, передача образа, музыкальность катания стали присущи большинству участниц чемпионата. Более того, те участницы, которые по возрасту еще юниорки, показали абсолютно взрослое катание, что раньше считалось невозможным, однако их владение эмоциональными сторонами воздействия на публику было совершенно полным и зрелым. По-видимому, это произошло оттого, что программы у наших девушек по хореографической наполненности, по тщательной доработке каждого движения, по владению коньком достигли уровня танцоров, а в ряде случаев даже превысили его, что говорит о высочайшем профессионализме исполнительниц. Думаю, что эти соревнования показали, в каком ключе будут работать наши тренеры в ближайшем будущем.

Мы все сошлись во мнении, что в этой связи некорректно говорить о слабейшей разминке, потому что этих фигуристок никак нельзя назвать слабейшими. Те девушки, которые занимали после короткой программы с 13-го по 18-е место, выступая за любую европейскую



Чемпионка России-2017
Евгения Медведева,
Москва

страну, могли быть чемпионками своей страны и составить конкуренцию нашим девушкам. С технической стороны уровень достиг максимума в наборе и сложности элементов. Все наши девушки владеют каскадами 3-3 с лутцем или флипом, все делают их в программе более одного раза и практически все включают во вторую половину программы сложные прыжки и каскады. Например, юниорка Алина Загитова (тренер Этери Тутберидзе), занявшая почетное 2-е место, расположила все прыжковые элементы во второй половине программы, чтобы иметь 10% коэффициента в прибавке сложности, и

это феноменально. Чемпионка России-2017 Евгения Медведева (тренер Этери Тутберидзе) также практически все вращательные и «скользящие» элементы перенесла в первую часть программы, а прыжки сконцентрировала во второй части. Несмотря на такое решение, программа все равно смотрится как хорошо сбалансированная, потому что все элементы настолько тонко и абсолютно музыкально вмонтированы в структуру программы, что она не вызывает никакого диссонанса. Вообще, Женя Медведева просто поразила меня своим катанием. Если еще год назад все говорили, что она находится в

переходном периоде от юношеского катания к настоящему женскому, то сейчас я понял, что она перешла этот барьер. У меня нет никаких сомнений в перспективности ее катания на долгие годы.

Что касается наших ведущих фигуристок в целом, то они отвечают высоким требованиям мировых стандартов женского одиночного катания, а пять-шесть наших спортсменок входят в десятку сильнейших фигуристок планеты. Все они представляют разные школы, разных тренеров, разные стили и направления для достижения успеха, так что каждый из этих тренерских коллективов идет своим путем, что развивает многогранность отечественной школы фигурного катания.

На этом чемпионате мы увидели, как наши спортсменки достигли потолка прыжковой сложности и начали пробивать его. Женя Медведева показала нам

каскад из трех тройных прыжков во второй половине произвольной программы, чего никто никогда не делал на официальных соревнованиях в истории фигурного катания. Мне кажется, что эта демонстрация возможностей имеет место на домашнем чемпионате, где можно проверить реакцию судей и публики на такую инновацию, и не важно, что Медведева за свой каскад из трех прыжков получила меньше баллов, если бы она остановилась на двух: это была попытка расширить горизонты действительности. Я не исключаю, что Женя на чемпионате Европы попробует исполнить подобный каскад не только для создания вау-эффекта для судей, но и для понимания, что существующие правила уже тормозят технические и физические способности спортсменок.

Думаю, что через три-четыре года новое поколение фигуристок, которым сейчас 9-11 лет, будет морально и тех-

нически готово штурмовать тройной Аксель и один из четверных прыжков: на мой взгляд, скорее всего это будут тулуп или сальхов. Мы уже были свидетелями проявления роста прыжковой сложности в тройном Акселе Лизы Туктамышевой (тренер Алексей Мишин), мы знаем о многочисленных тренировочных попытках исполнять тройной Аксель и какие-то четверные прыжки нашими и японскими фигуристками.

Понятно, что до Олимпиады в Корее правила не изменятся, но вот уже через сезон возможны какие-то перемены, потому что все понимают: одиночное катание превращается в один и тот же набор элементов и уровень сложности уже находится на пределе. Кстати, похожая ситуация также сложилась в танцах на льду, где первые 5-7 дуэтов делают предписанные элементы на 4-й уровень и получают за них одну и ту же базовую сумму в оценке, выше которой получить невозможно. Интересно ли это публике? Не уверен. Возможно, это приведет к новым требованиям в правилах или заставит более свободно подходить к формированию произвольного танца, но это тоже будут попытки пробить те границы правил, которые сейчас существуют.

Не знаю, можно ли отделять женское катание от мужского или парного катания, но общий уровень развития фигурного катания в стране, пожалуй, сейчас находится на пике развития. Мы помним, что перед Олимпиадой-2014 у нас уже происходил скачок по качеству и количеству спортсменов, готовых к высшим достижениям на Играх в Сочи. Сейчас этот уровень стал еще выше, что дает нам надежду на будущий успех в Корею и Китае. Правда, я думаю, что на Играх в Корею в женском одиночном катании нам будет непросто, потому что корейская публика не будет в восторге от наших спортсменок, вспоминая проигрыш своей любимицы Юны Ким в Сочи, но, судя по результатам этого чемпионата России, у нас есть хороший запас прочности, в том числе и психологический, не говоря уже о функциональном. Чемпионат →



**Алина Загитова,
Москва**

страны проходил через две недели после финала серии Гран-при, где выступали семь российских спортсменов, из которых шесть приняли в нем участие. Учитывая, как близко эти турниры стояли друг к другу, нужно понимать, что спортсменкам было непросто держаться на пике формы. Я не знаю, какие усилия они подключали, какие внутренние резервы использовали, но они все с этим справились.

Во время их выступлений мы ни разу не усомнились в том, что Евгения Медведева исполнит все без ошибок. Если бы мы не видели тренировок Анны Погорилой (тренер Анна Царева), то никогда бы во время выступлений не догадались, что она была травмирована, потому что каталась она превосходно. Анна не перестает меня восхищать своей преданностью фигурному катанию. Я был свидетелем того, как в прошлом году на этапе Гран-при в Японии она страшно падала в произвольной программе как с прыжков, так и на дорожке шагов, и у меня было ощущение, что она, выйдя со льда, больше никогда в жизни на него не вернется. Но Аня, как безмолвный солдат, продолжает выходить на лед и доказывать, что она сильнее всех мнений и ожиданий и что ее любовь к фигурному катанию преодолевает все. На этом чемпионате мы были готовы, что ее произвольная программа не обойдется без срывов, а она вышла и все сделала чисто. Возможно, ее беспокоила нога, что сказало на вращениях и отталкивании на тулупе в каскадах, но то, как она каталась, говорит о ее стойкости и негибкости. Это фантастика!

Мария Сотскова (тренер Елена Буянова), мне кажется, показала в сезоне лучший прокат своей короткой программы и достойный прокат произвольной, что отразилось в оценках и том месте, которое она заняла. Елена Радионова (тренер Инна Гончаренко) исполнила интереснейшую по хореографии короткую программу, которая по прорисовке каждой детали не уступает танцорам. Анастасия Губанова (тренер Ангелина Туренко), Станислава Константинова



**Мария Сотскова,
Москва**

Наши спортсменки достигли потолка прыжковой сложности и начали пробивать его

(тренер Валентина Чеботарева) показали яркие образы через очень эмоционально напряженное катание, которое определенно понравилось и судьям, и публике.

К сожалению, чемпионка мира 2015 года Елизавета Туктамышева (тренер Алексей Мишин) не попала в сборную команду России, хотя никто не сомневается в ее потенциале и мастерстве. Самая опытная и возрастная участница турнира Алена Леонова (тренер Евгений Рукавицын) вновь не сумела чисто

исполнить обе свои программы, что давно является для нее камнем преткновения. Жаль, что олимпийская чемпионка Сочи Юлия Липницкая (тренер Алексей Урманов) не смогла из-за травмы принять участие в чемпионате страны и составить конкуренцию нашим лидерам. Также нам всем было бы интересно посмотреть на катание Полины Цурской (тренер Этери Тутберидзе), которая, на мой взгляд, показывает самобытное фигурное катание, что говорит о многообразии стилей. Полина сейчас восстанавливается после операции на колене и готовится принять участие в Первенстве России для отбора на юниорский чемпионат мира.

Замечу, что, несмотря на то что снизу идет новая волна талантливых детей и эта река не оскудеет, мы должны бережно относиться ко всем нашим спортсменам. Мы видим, что за рубежом

спортсменки, которых, может быть, какие-то специалисты давно списали со счетов, каким-то образом получают второе дыхание и показывают чудесное фигурное катание, как это было с американкой Ашли Вагнер.

В заключение хочу сказать, что на фоне нашего женского катания состояние у нас в стране мужского вида в последние годы лично для меня является болью. Возможно, в этом виновата непопулярность фигурного ката-

ния для родителей мальчиков, поэтому конкуренция не является такой напряженной: известно, что очередь из 50 человек толкается сильнее, чем очередь из пяти человек. С другой стороны, все тренеры настолько бережно и трепетно относятся к мальчикам, пришедшим в фигурное катание, что мы создаем в их сознании ощущение избранной, неуязвимой касты, которой можно все. В результате эта избалованность не

позволяет им проявить свои таланты и характеры. Хотя, безусловно, случаются исключения. Я, например, понимаю, зачем Михаил Коляда (тренер Валентина Чеботарева) занимается фигурным катанием, но не понимаю, зачем это нужно даже некоторым участникам чемпионата России, особенно сейчас, когда уровень сложности мирового мужского фигурного катания достиг своего максимума в последние два сезона.

БЛИЦОПРОС

Если сравнивать российское фигурное катание с мировым, то какую вы поставили бы нам оценку по 10-балльной шкале? Какое количество квот на Игры в Корее мы можем привезти в каждом виде?

Мужское одиночное катание

Ольга Маркова: «В сравнении с мировым наше мужское катание на 4-5 баллов, не выше. Количество наших квот будет зависеть от того, как остальные откажутся. Если Михаил Коляда и Александр Самарин выстоят, то мы можем претендовать на два места. Хотелось бы, чтобы сумма наших мест была не больше 13, и пока мы не можем рассчитывать на большее».

Женское одиночное катание

Александр Кузнецов: «По 10-балльной шкале у нас все 10 баллов, и не только потому, что у нас есть выдающиеся спортсменки, но и потому, что у нас хорошая скамейка запасных, которые также могут выигрывать. Три квоты»

Парное катание

Александр Коган: «Если мерить от тех, кто лучший в мире, то мы не хуже никого, то есть наш уровень 9-10 баллов. Но вот если мерить от моего идеала, то мы катаемся где-то на 8-9 баллов. Думаю, что мы способны завоевать по три квоты в женском одиночном и парном катании, но я бы на этот вопрос смотрел по-другому. Не столь важно, чтобы у нас было максимальное количество квот, важно, чтобы мы были конкурентоспособны и могли бороться за самые высокие места».

Танцы на льду

Юлия Андреева: «Я бы сказала так: в танцах на льду есть «диамант-зона», в которой для меня сегодня только две пары: Вирчу — Моир и Пападакис —

Сизерон, а есть «голд-зона», так вот мы на чемпионате увидели то катание, которое перемещает нас в зону «голд». Уверена, что те пары, которые попадут на чемпионат мира, сделают все возможное, чтобы завоевать максимальное количество квот, то есть три. Мне кажется, что наши пары готовы дать бой всем, хотя конкуренция в мире сумасшедшая. У нас в запасе еще три месяца до чемпионата мира, и если дуэты на чемпионате России были в прекрасной форме, то за этот срок они имеют все шансы еще больше улучшить свое катание».

Лолита Лабунская: Есть только две пары в мире, к которым мы пока не можем даже приблизиться, но если будем работать так же интенсивно, как это сейчас, то, возможно, когда-нибудь сможем. Что касается остальных, то с ними можно бороться на равных уже сейчас. Я не вижу особых проблем побороться с Шибутани — Шибутани, Чок — Бейтс, Каппеллини — Ланотте, Уивер — Поже, Хаббел — Донахью и другими при условии чистейшего проката с нашей стороны. Количество квот зависит от того, как мы проведем подготовку и с чем приедем на чемпионат. Все пары мира интенсивно работают, никто не сидит на месте. Если мы приложим максимальные усилия и пойдем быстрее, то, возможно, вернем все свои позиции. При чистых прокатах у наших двух пар есть шанс набрать сумму мест не выше десятки».

Время найти баланс



Александр Коган, генеральный директор ФФКР

Мы все уже не первый год видим своими глазами, что в парном катании произошли значимые перемены, связанные со сложностью выполняемых элементов. К сожалению, в этом моменте мы стали проигрывать своим соперникам, потому что чуть позже начали заниматься разучиванием четверных выбросов, подкруток и сложных прыжков и при этом практически сразу у наших спортсменов начались травмы, последствия которых мы расхлебываем до сих пор. Однако за последние два-три года травмировались не только наши спортсмены, но практически все пары, кто приступил к разучиванию и исполнению этих сверхсложных элементов.

За год до Олимпиады в Корею, на мой взгляд, общая диспозиция пар в мире такова, что нельзя однозначно сказать, есть ли абсолютный лидер в парном катании. Например, чемпионы двух последних лет канадцы Меган Дюамель — Роберт Редфорд очень неуверительно выглядели на финале Гран-при в Марселе в декабре 2016 года. Правда, для объективности надо сказать, что так же неуверительно они выглядели на финале Гран-при и в прошлом году, что не помешало им выиграть чемпионат мира. Немецкая пара Алена Савченко — Бруно Массо также малоубедительно смотрелась на этапах Гран-при, но у них есть сильные элементы и их поддерживает интерес судей и публики к имени и титулам Савченко. Китайская пара Суи Венджин — Кон Хан тоже не обошлась в прошлом сезоне без серьезных травм и пока в этом сезоне не стартовала. Другая китайская пара Ксиао Ю — Хао Жанг только недавно создана, и, несмотря на второе место в финале Гран-

при, их перспективы оценить пока достаточно сложно. Наши Евгения Тарасова — Владимир Морозов (тренеры Андрей Хекало, Робин Шолковы) в отсутствие пары Ксения Столбова — Федор Климов (тренеры Владислав Жовнирский, Нина Мозер), которая пропустила серию Гран-при по причине травмы Ксении, выиграли финал Гран-при у канадцев Дюамель — Редфорд. Таким образом, явного лидера пока в мире нет, и он, видимо, определится на чемпионате мира в Хельсинки. В этой связи я бы рассматривал наши шансы оптимистично, тем более что две наши первые пары Столбова — Климов и Тарасова — Морозов показали на этом чемпионате страны, что они по уровню достаточно близки друг к другу и обе очень конкурентоспособны в борьбе за 1-е место в мире. Более того, я считаю, что наши две первые пары имеют потенциал бороться за высшие награды чемпионата мира даже

больше, чем раньше, но во что этот потенциал выльется, можно будет увидеть только в Хельсинки. У Ксюши Столбовой, к сожалению, еще пока есть проблемы с ногой, что является следствием как затянувшегося подбора новых ботинок, так и разучиванием выброса четверной сальхов. Они с Федором за месяц до чемпионата России возобновили совместные тренировки и в Челябинске показали всем очень сильные программы, которые даже при допущенных ошибках смотрятся здорово, а произвольная программа просто завораживает. Евгения Тарасова — Владимир Морозов очень технически прибавили в этом сезоне, но им надо работать над тем, чтобы произвольная исполнялась на таком же высоком уровне, что и короткая программа. Пока на финале Гран-при и на чемпионате их прокаты были с определенными техническими проблемами в прыжках у партнера, но если они сумеют



**Чемпионы
России-2017
Ксения Столбова —
Федор Климов,
Москва**

свою произвольную программу прокатать технически чисто, то я не вижу, сравнивая с ними, каких-то выдающихся программ у их соперников.

Наша третья пара Наталья Забияко — Александр Энберт (тренеры Нина Мозер, Владислав Жовнирский) только недавно оправилась от тяжелой травмы, которую перенесла партнерша, но уже видно, что Наташа восстановилась. Сейчас пара в целом начала прибавлять по скорости, хотя их продолжают критиковать за медленное катание и недостаточную эмоциональную выразительность, но все эти недочеты они должны преодолеть, как только наберут нужную форму.

В чемпионате России приняли участие наши юниорские пары, которые все катались очень хорошо, их не стыдно показывать на международных соревнованиях среди взрослых. Все эти пары готовят тренеры, которые работают и на взрослом уровне, поэтому все технические и психологические вызовы, какие ставят перед ними современное парное катание, им известны. Специалисты знают, что на юниорском уровне нельзя загадывать, будет ли пара кататься в том же составе дальше, поскольку весо-ростовые показатели в этом возрасте могут меняться, особенно у девочек, но мы всегда смотрим на юниоров с позиций перспективы обучения их основам парного катания. Нам сейчас важно иметь нужное количество пар и тренеров, которые с ними работают, чтобы в обеих столицах и в регионах были условия для подготовки резерва. К сожалению, в регионах до сих пор есть проблемы со льдом, и если в городе есть одна-две спортивные пары, то они обычно катаются на одном льду с одиночниками, хотя я лично не очень понимаю, как это может быть. Поэтому когда есть такие условия для работы, как у группы Нины Мозер или Тамары Москвиной, то есть очевидный результат, за которым, надеюсь, будет и следующий.

Из юниорских пар мне понравились Александра Бойкова — Дмитрий Козловский (тренер Артур Минчук), Анастасия Мишина — Владислав Мирзоев (тренеры Николай и Людмила Великовы), которые еще раз подтвердили свои возможности,



пара из Екатеринбурга Елизавета Жук — Егор Бритков (тренеры Филипп Тарасов, Юлия Быстрова) тоже очень достойно выступила на этом фоне. Еще надо вспомнить про Екатерину Борисову — Дмитрия Сопота (тренеры Павел Слюсаренко, Валентина Тюкова), которых здесь не было из-за болезни партнерши, но надеюсь, что мы увидим их на Первенстве в Питере, где они будут бороться за отбор на чемпионат мира среди юниоров.

Возвращаясь к мировому парному катанию, хочу сказать, что, на мой взгляд, было бы нелишне открыть дискуссию на международном уровне и обсудить тенденции развития парного катания с двух позиций. Во-первых, во все времена в парном катании ценилось синхронное катание партнеров, эталоном до сих пор является наша пара Екатерина Гордеева — Сергей格林ьков, которым, в моих глазах, равных нет. Я считаю, что надо стремиться всячески поощрять унисон и взаимодействие партнеров друг с другом, как это умели лучшие пары в прошлом и в настоящем. В этой связи исполнение технически сложных элементов, таких как тройной лутц или четверной выброс, не должно иметь определяющего значения для победы, иначе мы превратим парное катание в набор трюков. Далее: так как увеличилась травмоопасность для

спортсменов при разучивании и исполнении этих сверхсложных элементов, тренеры должны быть уверены, что они владеют необходимой методикой подводящих упражнений, прежде чем подступать к разучиванию этих элементов. Конечно, запретить вообще исполнение этих элементов вряд ли возможно, но Техком ИСУ должен использовать разумные ограничения в начислении очков за эти трюки, иначе их будут пытаться сделать все подряд, даже те, кто физически и технически к этому не готов, что увеличит количество серьезных травм. Настало время найти баланс между техническим прогрессом и эстетикой парного катания, с тем чтобы парное катание осталось красивым и в определенной степени безопасным видом спорта.

Что касается лидерских перспектив в ближайшее время, то еще раз хочу сказать: все эти вопросы стоят перед всеми парами мира, так что кто лучше подготовится, тот и будет выигрывать. Нам, конечно, необходимо понимать, что в ближайшее время нас будут судить максимально строго, потому что наши предыдущие успехи в парном катании стали раздражающим фактором, и как только мы будем давать какие-то поводы, за них будут цепляться и использовать против наших пар.

Сохранить настрой



Юлия Андреева, председатель коллегии судей ФФКР

Обычно в наших танцах на льду всегда царит высочайшая конкуренция при отборе на Первенство России, чего никак нельзя сказать о взрослых: на этапах Кубка России, как правило, участвуют одна-две пары, так что на чемпионат попадают все желающие. В этом году, наверное, впервые конкуренция среди взрослых танцевальных дуэтов была настолько высокой, что им было действительно сложно отобраться на чемпионат России, так что участие в нем было привилегией. Кроме того, общий уровень мастерства наших танцоров заметно вырос, и это можно было видеть, наблюдая за второй разминкой в произвольном танце: каждый дуэт выходил на лед с индивидуальной программой, у каждого было свое, неповторимое лицо. Мне кажется правильным, что наши тренеры и постановщики решили не копировать программы Габриэеллы Пападакис — Гийома Сизерона, как это сделали многие другие мировые топ-дуэты, что бросалось в глаза на финале Гран-при: практически все катались под медленную музыку в одном похожем образе. На мой взгляд, чтобы у них выигрывать, надо искать что-то новое, совершенно непохожее и искать свой, неповторимый стиль. Именно это показал наш чемпионат: все произвольные танцы были яркими и непохожими друг на друга, все очень интересные и отражали индивидуальность каждой пары. Почти все пары порадовали нас новыми придуманными элементами. У Екатерины Бобровой — Дмитрия Соловьева (тренер Александр

Жулин) появились три новые, очень интересные поддержки, из которых вращательная в произвольном танце просто уникальная. Мне кажется, что танец Бобровой — Соловьева, поставленный отчасти в классическом стиле, будет в этом году на международных стартах выделяться как противовес другим однотипным программам. Я считаю, что эта программа для них новая по стилю: если еще в прошлом году в программе «Анна Каренина» я

видела какие-то жесты из других программ, то в этом году они сделали колоссальный рывок в плане интерпретации музыки и хореографических находок. У Александры Степановой — Ивана Букина (тренеры Ирина Жук, Александр Свинин) произвольный танец получился настолько ярким, как алое платье Александры, потому что оригинальной интерпретации танго они прибавили в скорости, и теперь все элементы смотрятся очень дорого.



**Чемпионы
России-2017
Екатерина Боброва —
Дмитрий Соловьев,
Москва**



**Александра Степанова —
Иван Букин, Москва**

Хочу сказать, что Саша с Ваней заметно прибавили в этом сезоне, они просто вышли на новый уровень, повзрослели. У Виктории Синициной — Никиты Кацалапова (тренеры Марина Зуева, Олег Волков) в танго очень интересная хореография, все элементы органично вплетены в структуру танца, программа насыщена деталями и переходами. Индийский танец Елены Ильиных — Руслана Жиганшина (тренеры Светлана Алексеева, Елена Кустарова, Ольга Рябинина) в постановке Игоря Шпильбанда является яркой жемчужиной среди произвольных танцев этого года и поражает своей зажигательной музыкальной составляющей, под которую действительно хочется танцевать.

Если тот настрой, какой мы видели сейчас на чемпионате России, у наших спортсменов сохранится, то от них можно ждать самых высоких результатов, так как в этом сезоне каждая пара очень заметно прибавила в скорости и технике катания. В этом я вижу заслугу конкуренции, которая мотивирует всех на поиск тех преимуществ, которые позволят отличиться от других. Конкуренция в наших танцах на льду сейчас настолько высока, что потерянный браслет может

решить судьбу путевки на чемпионат Европы. Наши ведущие дуэты все очень молоды, так что каждый из них может продолжать кататься еще не один олимпийский цикл и бороться за золото на важных международных турнирах. Однако все на самом деле зависит только от них самих и от их мотивации.

В этом сезоне произошло еще одно заметное изменение: если в прошлые годы все специалисты с горечью констатировали, что соперники обыгрывают нас прекрасно исполненными элементами 4-го уровня и на судейские плюс три, то сейчас мы видим, что на нашем чемпионате первая пятерка выполнила все элементы в двух программах на большие плюсы. Было видно, что наши ребята эмоционально исполняли программы, не думая, как им устоять на твиззлах, как удержаться в подержках, — они просто делали их очень музыкально, и поэтому все элементы были оценены высоко: на +2 и +3. Сегодня мы можем сказать, что в целом эту проблему решили. Еще хочу отметить, что два первых дуэта были готовы к этому сезону намного раньше, чем остальные, что было заметно в сентябре на контрольных прокатах. Этого запаса прочности хватило Бобровой — Соловьеву и Степановой — Букину, чтобы оставаться лидерами и очень уверенно начать соревновательный сезон. На мой взгляд, это хороший пример на будущее: кто раньше запрягает, тот и едет быстрее. На этапах Гран-при было видно, что две другие пары опаздывали в подготовке к сезону. ➔

Лолита Лабунская, судья международной категории: «Этот чемпионат России — один из самых оптимистичных после Сочи»

Этот чемпионат России показал, что танцевальные дуэты проделали огромную работу и в данный момент готовы конкурировать с ведущими дуэтами мирового фигурного катания. Учитывая, с чего мы начинали после Игр 2014 года, то сейчас есть ощущение, что наши танцы на льду начали выбираться из ямы. Мой оптимизм основан на очевидном колоссальном труде наших спортсменов и тренеров, который они проделали в последнее время. Со времени контрольных прокатов исправлены практически все недочеты, на которые было указано техническими специалистами и судьями, и в целом на чемпионате страны наши танцевальные дуэты выглядели очень достойно, но еще много предстоит сделать. Сейчас, чтобы выигрывать на чемпионатах мира и Европы, помимо высокого технического мастерства, нужно демонстрировать зрелищные,

запоминающиеся программы. Необходимо все тонкости выбранного дуэтом музыкального сопровождения передавать посредством виртуозной техники конька. Однако не следует пессимистически настроиваться даже на текущий сезон, потому что программы, которые мы увидели на чемпионате страны, соответствуют стандартам мирового фигурного катания. Ведущие дуэты идут друг за другом очень плотно, практически вровень, так что у нас есть приличная скамейка запасных. В этом году и в первой разминке мы увидели разнообразные программы, хороший уровень катания. Безусловно, пока еще не все идеально, но в любом случае тенденция обозначилась: дуэты чисто выполняют элементы, пытаются создать единый образ. Не все еще получается, но положительная линия прослеживается. Этот чемпионат России, наверное, один из самых оптимистичных после Сочи.

Что касается короткого танца, то все пять первых пар очень хорошо поработали над «Миднайт блюзом» и делают его практически безошибочно. Однако всем специалистам хотелось, чтобы элемент, который включает в себя креативную часть, так называемая частичная дорожка шагов, была бы более интересная и запоминающаяся не только по исполнению, но и по придуманным шагам и связкам. Это должна быть такая шаговая композиция, чтобы из нее мог вырасти самостоятельный блюзовый паттерн танец. Например, в прошлом сезоне фокстротная частичная



**Виктория
Синицина —
Никита
Кацалапов,
Москва**

дорожка шагов, предложенная польским дуэтом Наталия Калишек — Максим Сподырев (тренер Сильвия Новак) по решению Техкома ИСУ стала основой нового паттерна.

Возвращаясь к нашим конкурентам, признаюсь, что на финале Гран-при меня впечатлили канадцы Вирчу — Моир и французы Пападакис — Сизерон, каждый из них показывают отличительно другой уровень катания. Канадцы показали незабываемо «вкусный» короткий танец, французы — идеальный по исполнению и качеству катания произвольный танец. Что касается всех остальных пар, я считаю, что наши лидеры могут с ними конкурировать.

Беседовала Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

КОМАНДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Александр Коган: «Очарование командных соревнований заключается в их непредсказуемости»

— Александр Ильич, кто, на ваш взгляд, выиграет командные соревнования на Олимпиаде 2018 года?

— Не надо быть аналитиком, чтобы видеть высокие шансы канадской команды завоевать золото в этом виде. Наши шансы пока витают в районе серебряной-бронзовой медали. Однако перед Играми в Сочи, когда мы тоже прикидывали свои позиции, то при всех раскладах у нас получалось 3-е место и, может быть, если очень повезет, то 2-е. 1-е место у нас не получалось ни при каких вариантах, а в результате мы завоевали золото. Очарование командных соревнований заключается в их непредсказуемости, потому что результаты и позиции команд меняются с каждым видом, с каждой программой. Правила таковы, что для участия в произвольной программе из 10 команд будут допущены пять лучших, и если ты даже занимаешь в произвольной программе последнее место, то все равно получаешь очки за 5-е место, а не за последнее. Поэтому надо смотреть по ситуации. Я думаю, что та воля к победе, которую показала наша команда в Сочи, говорит, что спортсмены и тренеры обладают желанием максимально проявить себя, и это тоже важный фактор.

Если говорить предельно, то у тех же канадцев в женском виде пока конкурентоспособна только Кейтлин Османд, которая показывает прекрасное женское катание, но она пока плохо выдерживает произвольную программу. В мужском виде у них практически один Патрик Чан, но ему тоже надо хорошо прокататься. В парном катании и танцах на льду канадцы действительно одни из фаворитов, но посмотрим, как сложится турнир. В настоящее время во всех видах очень большая конкуренция, и надо еще понимать, какими составами будут представлены команды. К примеру, расписание на Играх составлено так, что соревнования в парном виде в командных соревнованиях очень близки по времени к соревнованиям личным, и все будут думать, как сделать, чтобы нагрузка на спортсменов была минимальной. В Сочи мы выходили из ситуации

участием в командном турнире двумя парами, и получилось выиграть.

На ближайшем чемпионате мира, который пройдет в Хельсинки, будут разыграны квоты на Олимпийские игры, что является для нас важным фактором, но в свете командных соревнований не очень ключевым, потому что команды всегда формируются из первых-вторых номеров сборной. В женском одиночном катании мы уверены в себе, хотя в мире есть серьезные конкурентки, однако, учитывая, что все делают примерно один и тот же набор элементов, возможно, нам в скором времени предстоит ждать всплеска сложности за счет элементов типа тройной Аксель или какой-нибудь четверной прыжок. Пока исполнение тройного Акселя мы встречаем в единичных случаях: Мао Асада, Елизавета Туктамышева выигрывали чемпионаты мира с этим элементом. Но в основном все пока катаются в одном техническом диапазоне, так что малейшая ошибка становится непростительной. Однако на сегодняшний день мы лидеры в этом виде. В парном катании мы можем бороться за пьедестал двумя парами, в танцах на льду мы будем пытаться вновь ввязаться в борьбу, и я надеюсь, что мы в мировом рейтинге поднимемся выше. В мужском виде, как мы и предполагали, лидером сборной является Михаил Коляда, который даже при тех ошибках, что он допустил на произвольной программе, все равно смотрелся на нашем чемпионате как из другого мира. Но даже при этом для борьбы с нынешними мировыми лидерами Михаил должен кататься безупречно. В итоге мы можем подчеркнуть важность чемпионата мира в Хельсинки с точки зрения расстановки сил: мы можем иметь на нем лучший результат, чем был в прошлом году.

Мне кажется, что Олимпиада в Корею будет «нейтральной» в отличие от ряда предыдущих олимпиад, потому что сами корейцы будут претендовать на высокие места только в отдельных видах, а корейский зритель, думаю, будет достаточно ровно относиться ко всем участникам.

The advertisement features a white Edea Piano ice skate with gold accents, positioned diagonally against a background of piano keys. One key is highlighted in red. The skate has 'Piano' written in gold on the tongue and 'EDEA' on the heel. The background is a close-up of piano keys, with one key being red. The overall aesthetic is clean and modern.


EDEA
edeaskates.com

Hit the right notes

PIANO имеет:

- встроенную амортизационную систему
- жёсткую боковую структуру
- эргономическую форму пятки

PIANO даёт:

- меньше усилий
- меньше вибрации
- больше контроль

Это означает:

- меньше травм
- лучше катание
- больше побед



Непобедимый талант

Татьяна Тарасова: «Творчество невозможно без любви»

Наша встреча проходила на даче сразу после Нового года. Разговор получился сложным в первую очередь потому, что был откровенным. Интервью к юбилейным торжествам оказалось совсем непарадным, и сама хозяйка иронически заметила: *недетский возраст позволяет сказать, что она думает о себе, о фигурном катании и о том времени, в котором мы живем.*

— **Татьяна Анатольевна, что вы считаете самым важным в человеческой жизни?**

— Совесть. Любовь. Творчество. Бог создал людей такими же творцами, как он сам, поэтому мы бываем счастливы только в любви и в творчестве. Я всегда старалась быть творцом, а творчество невозможно без любви, поэтому любовь я считаю главной. Любовь ко всему: к жизни, к родителям, к профессии — тогда есть надежда, что судьба сложится счастливо.

— **Вы первой назвали совесть... Почему?**

— Это такая вещь, с которой тяжело жить. Я согласна с Жванецким, который в послании своему сыну сказал: «Сынок, имей совесть и делай все что угодно». Это очень-очень правильная мысль, потому что если у тебя есть совесть, ты не можешь делать все что угодно.

— **Есть такая шутка, что совесть — это хомяк, который или спит, или грызет...**

— Для многих фигурное катание — синоним несправедливости, поскольку объективность в судействе здесь неочевидна, безусловна. Так что трудно принять, что чья-то совесть спокойно спит. Я столько раз переживала в родных стенах несправедливость по отношению к себе, к своим или чужим спортсменам, что и вспоминать не хочется.

— **Каково это — после встречи с несправедливостью продолжать работать, жить, творить?**

— Я про все очень быстро забывала. Мною же любовь движет, а в сравнении с ней вся эта несправедливость просто ерунда. Могла плакать и злиться, но когда выходила на тренировку к ребятам, постороннее уходило. Просто всегда знала, что мы должны быть на три головы выше, и тогда никакая несправедливость ничего с нами не сможет сделать. От мыслей и идей голова раскалывалась: хотелось их немедленно воплотить в программах. Хваталась за все: мне было страшно интересно искать музыку — я отслушивала «тонны» записей, — придумывать костюмы, разбираться с драматургией и режиссурой номера, пытаясь превратить его в мини-балет, мини-спектакль.

— **О таких говорят: жадная до работы...**

— Да, я жадная. В моей группе всегда было восемь пар, и каждой я ставила все танцы и показательные программы.

Наташе Бестемьяновой и Андрюше Букину — по три показательных танца в год, чтобы они артистически развивались. Хореографам, которые работали вместе со мной — а это были специалисты высокого класса, — приходилось остужать и притормаживать мое бесконечное желание придумывать что-то новое. Так что думать о несправедливом отношении было некогда — если только ночью. И потом, знаете, только преодолев обиды, можно выиграть.

Передо мной постоянно был образ отца, в сравнении с которым я просто ничто. У него был такой непобедимый талант, что все тяготы и несправедливости жизни не смогли его сломить. Помню, как папа в маленькой двухкомнатной квартире не мог скрыть от нас своего страдания после того, как его отлучили от любимой работы, от команды. Мы видели, как он метался, не зная, куда себя приспособить, как пытался начать жить. А потом он во дворе для мальчишек залил каток, вышел с ними играть и создал турнир «Золотая шайба», который до сих пор жив. Помню, как поступили со Станиславом Жуком: перед носом выдающегося тренера закрыли дверь. Он в тот день встретил мою маму, которая спросила: «Станислав Алексеевич, что вы такой печальный?» А он ей говорит: «Меня, Нина Григорьевна, на каток не пустили». И заплакал. А сейчас школа в ЦСКА носит его имя. ➔

— **Во что вы верите?**

— В людей, в талант. Хотя папа всегда говорил: «Я не верю в талант, я верю в работу». Но я люблю талант, особенно тот, который хочет и умеет работать. Талант сам ведет человека, хотя с такими людьми всегда сложно. Талантливым, творческим людям без работы никак нельзя.

— **Татьяна Анатольевна, почему вы перестали тренировать?**

— Когда после Америки, где мне удалось подготовить российских олимпийских чемпионов — Кулика, Грищук — Платова, Ягудина, — я вернулась в Россию, мои близкие болели, и я не могла целиком посвятить себя работе, тренировать в напряженном режиме, надолго уезжать на сборы: своего льда у меня в Москве тогда не было. Пугала мысль, что я наберу группу или возьму даже одного спортсмена — и обману его ожидания. Понимаете, труд тренера требует полного посвящения, абсолютной отдачи, ведь нельзя, условно говоря, готовиться к чемпионату мира вполсилы или от случая к случаю. Если бы у меня была своя школа, то я бы создала тренерский коллектив из людей, которым профессионально доверяю: я много езжу по стране и вижу, кто и как работает.

— **Странно, что у вас нет такой школы, это как-то «не по-хозяйски», если думать о развитии отечественного фигурного катания. Сегодня существуют разные академии, даже парикмахерского искусства, а школы Татьяны Тарасовой нет. Почему так?**

— Если коротко и не совсем всерьез: я не умею строить катки, а «готовый» купить — денег нет. Галина Вишневская и Мстислав Ростропович в свое время построили Центр оперного пения. Слава богу, у них были на это деньги, и сегодня центр живет...

Как говорится, ничего личного, но мне кажется важным сохранять и передавать лучшие традиции из рук в руки и тем самым приумножать опыт. Посмотрите, как это успешно делают у нас в театре, музыке, балете, где есть понятие «школы» признанных мастеров. Преемственность, связь времен — кто это отменял? Можно



Алексей Ягудин и Татьяна Тарасова

было бы привлечь людей разных профессий: хореографов, музыкантов, художников. Кстати, я всегда работала с лучшими и не устаю благодарить Вячеслава Зайцева и Нателлу Абдулаеву. Могли бы все вместе изучать современное искусство — театр, живопись, балет — все кипело бы в общем котле! Спорт, искусство — чистое творчество! И техническое совершенство!

— **Вы так умеете всех заразить своим энтузиазмом! Почему вы не пробиваете вашу идею?**

— Я не умею просить за себя. За других — пожалуйста. Чтобы добиться строительства тренировочного катка в ЦСКА, я подошла к президенту страны прямо на инаугурации, иначе меня бы мучила совесть: могла, а не сделала. Владимир Путин приехал в ЦСКА, и мы с ним вместе искали площадку для будущего катка, который затем был построен в кратчайшие сроки. Но это не мой каток, я туда хожу в гости.

Тренер должен свой профессионализм доказывать каждый день, иначе профессия уходит, а я сегодня не имею такой возможности. Конечно, никто не запрещает мне работать консультантом, ездить по всей Москве и в область, чтобы кого-то два часа консультировать, а потом гадать, прислушались ли тренер и спорт-

смен к тому, что я сказала. Но мне такое использование опыта кажется не слишком эффективным.

Я уже давно не выхожу на лед сама, но могу объяснить любой элемент фигурного катания кому угодно, хоть японцу. Со мной рядом на коньках всегда работали ассистенты, которые «со своих ног» показывали спортсменам мои идеи. Этот способ работы я видела у Игоря Александровича Моисеева, который таким образом ставил танцы, проводил репетиции и до своих 100 лет руководил Ансамблем народного танца. Так через Колю Морозова я работала с Лешей Ягудиным, надеюсь, что Коля в это время тоже развивался как тренер. Очень многие мои спортсмены прекрасно вошли в тренерскую профессию: за бортиками катков сегодня стоят мои бывшие ученики — американцы, канадцы, французы, японцы, израильтяне, итальянцы и так далее. Я вижу плоды своего труда, но мне грустно, что не имею своей школы. В свое время, в 1990-е годы, я тоже не от хорошей жизни придумала целый театр...

— **Это был очень интересный и абсолютно уникальный проект — ледовый театр «Все звезды»!**

— Да. С разными спектаклями мы объездили почти весь мир, выступали в Альберт-холле, Ковент-Гардене, на Бродвее, в

Медисон-сквер-гардене — словом, на лучших театральных площадках, были мировые гастроли, рецензии, успех, аншлаги. Как я хотела создать нечто подобное здесь, в России, чтобы у нас был свой «фигурный Бродвей»! Но у меня ничего не получилось. Счастье, что сегодня талантливые люди — Авербух, Бобрин — могут ставить спектакли на льду.

— **За что всегда стоит бороться?**

— За справедливость. Хотя любовь выше справедливости. Это уже другой уровень. Понимаете? Он самый важный.

— **Если бы у вас был второй шанс, то что бы вы сделали по-другому?**

— Может, внимательнее относилась бы к своему здоровью и здоровью близких. И надо было родить ребенка, а не жить на льду... зимой и летом.

— **Но вы построили бы себе каток?**

— Вряд ли. Я же не могу измениться внутренне. Я же говорила: для себя никогда ничего не выбивала. Ничего не просила, когда Лешу Ягудина тренировала. За четыре года нам не дали ни одной копейки ни на сборы, ни на костюмы, ни на поездки, мы были как изгой. За те Олимпийские игры меня наградили только грамотой от президента и все. Все считают, что я и без этого успешна и счастлива. Действительно, счастлива, потому что люди меня знают, любят, я отвечаю им тем же, так что я не внакладе. Я начала комментировать фигурное катание на «Матч ТВ», и, как мне сказали, по их статистике, количество зрителей с тех пор заметно увеличилось, так что для фигурного катания я что-то делаю, хотя могу сделать гораздо больше. Например, по этим безобразным обвинениям наших фигуристов в допинге: я знаю фигурное катание, знаю спортсменов, знаю разных людей в этом мире — и меня в нем знают много лет. Думаю, я могла бы встать на защиту нашего спорта и добиться справедливости.

— **Есть такая поговорка: кому много дано, с того много и спросится. Она правильная?**

— Конечно. Я это на себе всегда ощущала. Люди доверяли мне свои способности, чтобы я обратила их в победу. Это колоссальная степень доверия и ответст-

венности. Работала как сумасшедшая. Понимала, что с меня спрашивается много. Не чиновниками — чиновники меня никогда не волновали, потому что у меня правильное понимание о том, как устроен спортивный мир. Не тренер зависит от чиновников, а в точности наоборот. Но у нас, правда, чиновники себе определяют лучшие места на трибунах, а тренеры должны сидеть где-то сбоку. Первый человек, к кому родитель приводит своего ребенка, — это тренер. Тренер должен привить ребенку любовь к спорту, чтобы тот смог в нем чего-то достичь. И только потом появляются судьи, чиновники Федерации, чиновники ИСУ — все они будут потом, а в начале цепочки стоит тренер, потому что спорт делается руками тренера. Вы видели, как на чемпионате России в Челябинске Максим Ковтун прокатал произвольную программу? В том, что он сумел собрать ее после заваленной короткой программы и бездарно проведенной тренировки перед произвольной, колоссальная заслуга его тренера. Мы все видели, как Максим обнял Инну Гончаренко на выходе со льда. Так, простите за пафос, обнимают мать, возвращаясь с фронта. Я надеюсь, что Максим в этот момент повзрослел — головой и сердцем.

— **Татьяна Анатольевна, кто из ныне работающих тренеров вас радует?**

— Мне нравится работа Пети Чернышева как постановщика программ, он интересно мыслит, придумывает. Восхищает, как ставит программы и вообще работает Илюша Авербух, у которого просто феноменальная работоспособность, даже ему завидую по-хорошему, хотя сама такая же.

Мне в советское время льда давали столько, сколько я хотела, а в США вообще ключи от катка доверяли, чтобы я могла работать и днем и ночью. Такую же жадность до работы я вижу у Этери Тутберидзе, и они с Сережей Дудаковым очень большие молодцы. Потрясающе работает Рафик Арутюнян, то же самое могу сказать о Марине Зуевой, которая справляется со всеми видами фигурного катания. Мне до сих пор очень жаль, что их тандем с Игорем Шпильбандом

распался, потому что они оба много потеряли.

— **У кого вы учились быть тренером?**

— Елена Чайковская была моим учителем. Потом у меня перед глазами всегда был отец — тренер от Бога. Еще я многому научилась у Игоря Александровича Моисеева, к которому долгое время ходила на все его репетиции, видела, как он творит. В ЦСКА видела, как работает Станислав Жук, который тоже повлиял на меня как на тренера.

— **Что самое главное в тренерской работе?**

— Ответственность и желание профессионально расти. Я начала тренировать в 19 лет, до сих пор помню, как сильно волновалась от осознания того, что спортсмены доверили мне свои судьбы. Испытывала внутренний трепет, страх, что могу опозорить папу, потому что его имя было для меня свято. Еще у меня было колоссальное желание добиться со спортсменами того, что у самой не вышло, а знания и опыт приходили параллельно.

— **Ваша самая большая удача в жизни?**

— Я родилась в семье великого тренера и с детства видела, как великожен жить человек, посветивший себя своей профессии. Видела маму, которая была не просто женой, но и другом отцу, которая поддерживала все его идеи и смелые проекты. С самого детства видела, как должны жить жены великих людей — с посвящением себя их гению. Большое везение, что у меня была сестра Галя, которая была просто помешана на преподавании в школе. 38 лет работы учителем русского языка и литературы — нищета по зарплате, но богатство по творчеству. Меня с детства окружали необыкновенные творческие люди. И большое счастье — мой муж Володя Крайнев, выдающийся пианист. Сейчас, когда его нет, я очень остро ощущаю его отсутствие, потому что всегда была за ним как за стеной, он всегда меня поддерживал, разделял все идеи, начинания, многое для меня придумывал, помогал творчески. У него была на меня завышенная планка, и это было очень вдохновляюще. Когда такой человек верит, что ты можешь больше, — ты можешь все.

Беседовала Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

Юные дарования

Галина Голубкова, главный тренер юниорской сборной России: «По итогам серии Гран-при в финал отобралось доминирующее число наших спортсменов»

— Галина Петровна, в декабре в Марселе юниорская серия Гран-при ИСУ завершилась финалом, в котором приняли участие 13 российских спортсменов из 18 финалистов. Если оценивать по 10-балльной шкале выступление нашей юниорской сборной, то какую оценку вы могли бы поставить?

— Наверное, девятку. В этом году все были большие молодцы, потому что по итогам серии отобралось доминирующее количество наших фигуристов в сравнении с другими странами, и это очень радует. Наши спортсмены на всех этапах были конкурентоспособными и все, кто выступал, были в призерах соревнований. Другое дело, что количество баллов не позволило всем оказаться в финале, но мы все равно показали отличный результат. Особенно в этом сезоне нас порадовали парники, которые очень прогрессировали относительно прошлых лет.

Мы очень долгое время не выигрывали золото в юниорском парном катании, а если учитывать, как сильно возрос уровень парного катания в мире, то эти результаты тем более для нас ценны и приятны. В свое время мы радовались, если пара прыгала параллельный двойной Аксель: это было достижением для юниоров, а сегодня мы спокойно воспринимаем тот факт, что практически все юниорские пары катают программы с тройными прыжками, в том числе и в каскадах. Я уже не говорю про выбросы и подкрутки: никто больше не выходит на соревнования с двумя оборотами — это прошлый век. Все тренеры и специалисты парного катания знают об этом и подбирают спортсменов по новым критериям.



— Как вы оцениваете выступление наших юношей?

— Мы все время говорим о слабости нашего мужского одиночного катания, но здесь в финал отобрались четыре спортсмена, которые очень достойно выступили, так что, возможно, мы будем через какое-то время конкурентоспособны в этом виде тоже. Дмитрий Алиев (тренер Евгений Рукавицын) и Александр Самарин (тренер Светлана Соколовская) успешно выступили и завоевали соответственно первое и второе место. Оба спортсмена усложнили произвольные программы, улучшили оценки за компоненты.

Александр Самарин впервые на соревнованиях исполнил в произвольной программе два прыжка в четыре оборота.

Ставший четвертым Роман Савосин (тренер Алексей Четверухин), несмотря на свою травму, тоже выступил достойно. Он поехал на финал с больной ногой, но ни разу, даже на тренировках, не пожаловался на самочувствие и не искал оправданий, не списывал какие-то свои неудачи на это обстоятельство. Вел себя по-мужски.

Илья Скирда также нас порадовал тем, что в прокатах показал без срывов все, что умеет на данный момент. Специалисты отметили его сбалансированные программы и то художественное впечатление, которое он на всех произвел. В целом юноши нас определенно порадовали, но соперники очень технически сильны. К юниорскому чемпионату мира надо серьезно готовиться: борьба за лидерство с американским и корейским спортсменами будет острейшей.

— Как вы относитесь к тому, что уже в юниорском возрасте юноши вынуждены осваивать и включать в свои программы несколько четверных прыжков, потому что без этого не выиграть?

— Мы все видели на взрослом финале, как пятерка ведущих спортсменов мира продемонстрировала в сумме все пять четверных прыжков, какие есть в арсенале фигурного катания. Кроме этого, они все показали заоблачные программы по скольжению, художественному выражению, мастерству владения остальными элементами. Накал борьбы таков, что малейшая ошибка может помешать добиться призового места. К сожалению, в нашем мужском катании пока таких спортсменов нет. Это большая проблема и серьезный вызов для наших тренеров, фигуристов и их родителей, потому что большие нагрузки провоцируют болезни и травмы. Безусловно, наши дети очень талантливы, потому что уже в 11 лет на спецпрограмме они показывают владение всеми тройными прыжками, но как они будут развиваться дальше? Нам всем надо думать, как грамотно построить эту работу, чтобы мы имели возможность обыгрывать наших соперников.

— Кто-то из тренеров озадачен такой работой?

— Конечно. Наши ведущие спортсмены, как взрослые, так и юниоры, уже освоили четверные тулуп и сальхов. Михаил Коляда (тренер Валентина Чеботарева) на этапе в Японии включал в свою программу четверной лутц, который он уже выезжал на тренировках. Хотелось бы от тренеров и спортсменов большей смелости в освоении этих прыжков, потому что в фигурном катании случился такой прогресс, которого мы не ожидали. Еще 10 лет назад, когда Женя Плющенко (тренер Алексей Мишин) в Турине в 2006 году выиграл золото Олимпийских игр с тройным Акселем и четверным тулупом, то его уровень технических возможностей казался недостижимым. Его соперничество с Алексеем Ягудиным (тренер Татьяна Тарасова) на Олимпиаде 2002 года казалось уникальным — равных им не было во всем мире. Прошло 15 лет, и мы видим новые потрясающие прыжки в четыре оборота, которые исполняют в каскадах и даже во второй половине программы. И этот прогресс не остановить.

— Можно ли говорить, что в юниорском женском одиночном катании у нас все хорошо?

— С одной стороны, мы уже много лет не просто лидируем, но и доминируем на мировой арене, мы восхищаемся результатами наших спортсменок и ожидаем их. Однако не надо забывать про соперниц, которые тоже с большими амбициями и обладают очень хорошим катанием. Например, юная Рика Кихира из Японии владеет тройным Акселем, который на финале Гран-при она неудачно исполнила, но надо понимать, что она его делает, раз он стоит у нее в программе. Думаю, что к чемпионату мира среди юниоров она его доведет до ума, так что нам успокаиваться никак нельзя.

Что касается наших лидеров, то Алина Загитова (тренер Этери Тутберидзе) откаталась просто прекрасно и не оставила никаких шансов своим соперницам. Ее катание было очень впечатляю-



Роман Савосин, Москва

щим: прыжки, дорожки, вращения, артистизм. Анастасия Губанова (тренер Ангелина Туренко) также блестяще выступила и выиграла серебро. Я хочу здесь отметить, что в победе Алины

обращала на себя внимание еще в детском возрасте, но ей не хватало стабильности в катании, которая теперь у нее появилась благодаря руководству Этери Тутберидзе.

Хотелось бы от тренеров и спортсменов большей смелости в освоении четверных прыжков

Загитовой есть заслуга ее первого тренера, которая технически грамотно обучила спортсменку. Алина приехала в Москву из Ижевска от известного уже тренера Натальи Антипиной, которая также подготовила таких спортсменок, как Наталья Огорельцева и Алиса Лозко. Мы всегда рады отметить работу тренеров, которые передают детей с хорошей базой, а дальше топ-тренеры на этой основе готовят спортсменов мирового уровня. Например, та же Алина Загитова

Федерация фигурного катания на коньках России всегда приглашает региональных тренеров на все сборы. Виктор Николаевич Кудрявцев очень много работает для того, чтобы тренеры могли квалифицированно обучать наших спортсменов. Еще раз хочу сказать всем тренерам в регионах спасибо за то, что они находят новых звездочек и грамотно обучают их фигурному катанию.

— Как у нас обстоят дела с танцами?

— Хочу сказать, что пара Алла Лобода — Павел Дрозд (тренер Ксения Румянцева) очень достойно выступили на всей серии Гран-при. В финале они великолепно провели все тренировки, потрясающе откатали обе программы, но техническая бригада посчитала, что соперники из →



Алла Лобода — Павел Дрозд, Москва

США Рейчел и Майкл Парсонс были чуть лучше. Однако Алла и Павел от старта к старту, от сезона к сезону прибавляют в технической оценке и по компонентам, что видно по их результатам. Если говорить об этом сезоне, то со времени контрольных прокатов и до финала Гран-при они проделали огромную работу. Эти ребята очень мотивированные и работоспособные, нацеленные на борьбу за золото на юниорском чемпионате мира.

— **Галина Петровна, несколько слов о московских юниорах:**

какие виды фигурного катания в Москве стабильно сильны, а какие переживают кризис?

— К сожалению, в Москве юниорское парное катание оставляет желать лучшего, несмотря на то что в каждой группе есть юниорские пары. Тем не менее питерские парники сейчас у нас

лидируют, хотя их условия работы, наверное, похуже, чем у москвичей. Например, Александра Бойкова — Дмитрий Козловский (тренер Артур

Тренер должен постоянно думать о том, каким образом его спортсмен может обыграть своих соперников и что для этого надо делать

Минчук) появились меньше года назад и за это время они стремительно прогрессируют и ворвались в число ведущих юниорских пар. Нас особенно радует, что в Питере наряду с опытными тренерами успешно работают молодые тренеры Артур Минчук, Алексей Соколов, вместе с Людмилой и

Николаем Великовыми начал работать их внук Василий Великов, и работает очень неплохо. Что касается московского юниорского парного катания, то мы ждем от Москвы какого-то прорыва, потому что еще несколько лет назад вы были лидерами и вдруг наметился некий спад. Особенно обидно видеть такую ситуацию потому, что в Москве работают очень грамотные тренеры — Артур Дмитриев, Наталья Павлова, Сергей Доброскоков. Думаю, что Федерация Москвы должна разобратся в причинах этого спада.

С нашей стороны ФФКР разработала программу поддержки юниорского парного катания, и вот уже два года подряд мы проводим в конце каждого сезона сборы в Новогорске, куда приглашаем буквально все пары, какие есть в России, и к работе с ними подключаем лучших специалистов. На наш взгляд, эта практика принесла свои плоды, что видно по результатам этой серии и финала юниорского Гран-при. Также Международный союз конькобежцев (ИСУ) несколько лет проводит в Сочи международный лагерь для спортивных пар, куда приглашаются как российские, так и зарубежные спортсмены. В мае 2017 года такой лагерь будет проводиться для юниоров и новисов до 15 лет.

— **Какие пожелания вы могли бы дать нашим московским тренерам, чтобы они более эффективно работали на улучшение результатов спортсменов?**

— Я всегда говорю, что тренерам надо достойно оценивать своих соперников, что нельзя замыкаться и заикливаться на своих спортсменах, а надо всегда анализировать происходящее в мировом фигурном катании, видеть тенденции и соответствовать им. Тренер должен постоянно думать о том, каким образом его спортсмен может обыграть своих соперников и что для этого надо делать. Тренеры и спортсмены должны быть в постоянном поиске и никогда не успокаиваться.

Беседовала Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ



CAROLINA
KOSTNER/

БРОНЗОВЫЙ
ПРИЗЕР
ОЛИМПИЙСКИХ
ИГР 2014
В СОЧИ



GRAF

Пора сказать правду

Ольга Маркова: «Безответственное обучение базовым основам превращает фигуристов в никому не нужный материал»

Н

а базе ледового дворца «Москвич» 27 ноября 2016 года ФФКМ провела для

тренеров семинар «Обучение фигуристов юношеских разрядов базовым элементам фигурного катания», инициатором и модератором которого выступила технический специалист ИСУ, член президиума ФФКМ Ольга Маркова. В работе ей помогли фигуристы ШОР «Москвич», тренирующиеся у Ирины Страховой, Игоря Лютикова, Надежды Кондулинской. В семинаре приняли участие около 30 тренеров из Москвы и Московской области, которые отметили высокую информативность семинара и наглядность примеров.

— Ольга, почему вы выступили инициатором проведения тренерского семинара, посвященного обучению фигуристов базовым элементам фигурного катания?

— Весь прошлый сезон я активно работала на московских детских соревнованиях в качестве технического специалиста, и за это время перед моими глазами прошли сотни юных фигуристов из разных московских школ, так что у меня сложилось определенное впечатление об



уровне обучения и подготовки спортсменов в настоящее время. Хочу сразу сказать, что взгляд судейского корпуса на происходящее на ледовой площадке отличается от взгляда тренеров или родителей спортсменов прежде всего тем, что судьи сравнивают фигуристов не между собой, а с неким идеальным фигуристом, опираясь на представление об идеальном, грамотном фигурном катании. На детских соревнованиях я часто была очевидцем ситуации, когда техническая бригада была введена в замешательство в распознавании прыжковых элементов, исполняемых спортсменами, потому что рисунок захода был просто нечитаемый. Что это за элемент? Он исполнен с левой или правой ноги? Или вообще с двух ног? Тулуп это или сальхов? Флип или лутц? Или это просто тур в два оборота, сделанный на льду с места с двух ног? То же самое касается многих шаго-

вых элементов в дорожках или связующих шагах, когда фигуристы вместо элементов делают ногами кашу. Мне как техническому специалисту смотреть невыразимо грустно на все эти вариации. Возникает вопрос: как работают тренеры начальной подготовки, если их спортсмены не имеют ясного понимания, как надлежит исполнять базовые элементы фигурного катания?

Глядя на все это, мне и захотелось попытаться донести до всех нас, кто работает в сфере фигурного катания, особенно до тренеров начальной подготовки (!!!), тему качественного обучения базовым элементам фигурного катания. Знаю только: если у юного спортсмена нет базы, то что мы будем делать дальше с этим спортсменом, ведь рано или поздно придет момент, когда заученные ошибки не позволят ему претендовать на спорт высших достижений. Конечно, можно пытаться переучиться, чтобы улучшить качество прыжков, вращений и катания, но время уже упущено. 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.

Проведение этого семинара — это еще одна попытка сказать правду: безответственный подход к обучению юных спортсменов превращает их в никому не нужный материал. Даже если ребенок по своим задаткам перспективный и талантливый



вый, с которым можно было бы работать на высокий спортивный результат, на нем уже стоит печать необученности и безвозвратно потерянного времени. Родители должны понимать, что, выбирая тренера начальной подготовки, они выбирают спортивную судьбу ребенка. Так что идея проведения семинара возникла от желания еще раз напомнить тренерам о необходимости грамотно обучать детей базовым элементам фигурного катания.

— На ваш взгляд, почему возникла ситуация, когда никто не контролирует стандарт начального обучения?

— Потому что все хотят всего и сразу. Тренеры хотят своей минуты славы, родители боятся опоздать и требуют форсировать сложность. Родители сегодня вообще ведут себя так, будто они знают все лучше тренеров, и напыщенно диктуют им свои пожелания. Если тренер на это ведется, то рано или поздно у его спортсменов появятся серьезные проблемы. Грамотный и ответственный тренер сумеет найти аргументы для родителей или руководителей школы, если будет планомерно учить детей базовым элементам. Фигурному катанию нельзя

научиться молниеносно. Посмотрите на танцоров: они годами накачивают скольжение. Так и в одиночном катании. Нельзя понаставить перед прыжком каких-то шагов и ждать техничного исполнения прыжка, если спортсмен не понимает физику движения, не знает, как надо поставить ногу, как встать на ребро, куда и с какой целью отвести плечо и прочее.

— Кое-кто из тренеров признавался, что разрешает своим спортсменам делать не классический заход на прыжок, а какой угодно, лишь бы ему было удобно, или придумывает

Если у юного спортсмена нет базы, то рано или поздно придет момент, когда заученные ошибки не позволят ему претендовать на спорт высших достижений

какой-то специальный заход, лишь бы прыжок получился. Если это срывает, то тренер обычно ничего не меняет, хотя осознает, что это не техника прыжка, а подстройка под

возможности ребенка. Насколько такая практика имеет право на жизнь?

— Я считаю, что тренеры должны обучать юных спортсменов по классическому стандарту без компромиссов. Не следует базовую технику специально подгонять под спортсмена, чтобы ему было легче и проще делать какие-то элементы.

Другое дело, что у каждого спортсмена все равно проявятся свои индивидуальные особенности, свои нюансы в восприятии классической техники, подходящие к его физическим особенностям: резкость, прыгучесть, длина рычагов, функциональная подготовка и прочее. В любом случае классическая техника обретет индивидуальные черты. Прыжок Полины Цурской очевидно по высоте и амплитуде отличается от прыжка Сатоко Мияхары, а вращения Юлии Липницкой по скорости и позициям отличаются от вращений Каролины Костнер, но при этом каждая из них заходит на прыжок или вращение с одинаково правильных дуг, потому что элементы фигурного катания одни и те же — что в Москве, что в Ижевске, что в США, что в Японии.

— Какие элементы, на ваш взгляд, →

сильнее всего страдают от ошибок в настоящее время?

— Я хотела сконцентрироваться на четырех элементах: лутц, сальхов, а также вращение в либеле и волчке. На семинаре я хотела показать тренерам, как выглядят типичные ошибки. Мне в этом помогали фигуристы из ШОР «Москвич», которая славится прекрасным обучением именно базовому катанию, тем не менее даже они были яркой иллюстрацией типичных ошибок, так что мне было легко показать тренерам разницу между тем, что делает ребенок и что он должен был бы делать. Действительно, это были очень хорошо обученные дети, которым надо чуть-чуть больше обращать внимание на технические нюансы, и тогда прогресс у них пойдет еще сильнее.

Но если даже в «Москвиче» не все дети доведены до идеального уровня, то что говорить о других школах, где нет традиции правильно ставить технику. Я очень часто вижу у спортсменов других школ ошибки, не совместимые с фигурным катанием, например неумение переносить центр тяжести с одной ноги на другую. Огромное количество детей не имеют понятия и тонкости ощущения скольжения на одной ноге, их центр тяжести располагается между ног, из-за чего они просто не способны грамотно выполнить практически ни один элемент.

— Какие типичные ошибки вы можете назвать и как их исправить?

— **Сальхов.** После исполнения перебежки ходом назад дети перед заходом на прыжок не выполняют сильный толчок на выезд с перебежки, а просто снимают со льда ногу, тем самым лишая себя хорошего входа в прыжок. Если у спортсмена слабый выход на ход назад, то плавного перехода с хода назад на ход вперед наружу на толчковую ногу не получится, то есть скорость при заходе на тройку в сальхов будет низкой. Спрашивается, для чего тогда спортсмен разгоняется перебежками перед прыжком, если в самый важный момент он гасит скорость и сальхов исполняется практически с места. Хорошо обученные фигуристы не просто на этом переходе сохраняют набранную скорость, но и добавляют ее, чтобы



дать усилие в прыжок, благодаря чему он может быть многооборотным.

Еще я обратила внимание тренеров на позицию рук в прыжке. Как показал семинар, руки у детей находятся в любой позиции, кроме правильной. Тренеры должны обучать держать позицию рук грамотно уже при разучивании одинарного прыжка, чтобы научить их правильной группировке. Позиция рук может быть в группировку, в полочку, на пояс — куда угодно, тренер может здесь дать себе волю на развитие координационных способностей ребенка, но в любом случае это должна быть конкретная позиция рук, заданная тренером, а не крылья, разлетающиеся в разные стороны, тем самым сбивая спортсмена.

Лутц. Выполняя по моей просьбе лутц, многие спортсмены его делали с каких-то шагов или перетяжек, никто не показал его на скорости с хорошей, четкой дуги назад наружу. Все участники семинара владели двойным лутцем, но прыжки при этом не выглядели технично: было не ясно, где находятся плечи, стоят ли спортсмены на левой ноге и могут ли подпрыгнуть на ней вверх, стоя на дуге. Мы пробовали выполнить это подводящее упражнение, и все ребята с ним справились, поскольку их уровень катания достаточно высокий, но тем не менее я рекомендовала тренерам уделить этому

упражнению чуть больше внимания на тренировках. Это подводящее упражнение позволит выполнять лутц с правильного ребра на отрыве, рисунок прыжка будет получаться четче, и у судей на соревнованиях не возникнет вопроса, что это за прыжок и с какого ребра он выполнен. После отработки базового захода на лутц тренер может поставить спортсмену любые шаги перед прыжком: он все равно сможет его выполнить правильно, потому что финишная дуга назад наружу будет сделана грамотно.

Вращение в волчке и либеле. К моему сожалению, ни один из фигуристов, которые были на площадке, не смогли сделать либелу или волчок со сменой ноги по шесть-восемь оборотов в каждой позиции. Дети восьми-девяти лет показали нам максимум по три оборота на каждой ноге. Честно говоря, я рассчитывала, что фигуристы семи-восьми лет уже умеют делать по пять оборотов на каждой ноге в либеле или волчке, а те, кому по девять-десять лет, должны уже делать по восемь оборотов до и после смены. Если в школе олимпийского резерва есть такие проблемы, на что нам рассчитывать в других школах? В этой связи я попросила тренеров уделить внимание базовому заходу на вращение с перебежек назад, затем выполнить скручивание корпуса. В этот момент важно, чтобы спортсмены

не ложились корпусом вперед, а держали спину вертикально. При отталкивании на смене ноги важно дотянуть стопу и колено толчковой ноги, чтобы иметь хороший переход с левой ноги на правую в конкретную позицию, держа корпус и набрав при этом скорость.

— А если завтра Техком ИСУ решит давать четвертый уровень за восемь оборотов, например в либеле, что мы будем делать?

— Мы все очень сильно зависим от решений ИСУ, поэтому, когда сейчас за вращения в одной позиции дают одну черту сложности, тренеру не интересно разучивать этот элемент в базовой вариации, потому что он очень дешево стоит. Ему интересно, чтобы его спортсмен получал за элементы более дорогой, четвертый уровень сложности. Но мы здесь говорим о базовой подготовке, о том, что спортсмены должны владеть вращениями — винт, волчок, либела, заклон — на базовом уровне, чтобы у них была такая подготовка, на которую можно будет поставить любую сложность, выполнить любые задачи. Возможно, есть смысл обсуждать со специалистами Федерации фигурного катания на коньках России предложение о внесении в ЕВСК требования для юношеских разрядов ограничить вторым уровнем сложности исполнение элементов, как это практикуется в Европе. Если в ЕВСК будет записано, что вращения не могут быть исполнены выше второго уровня — все соответственно разрядам, — то тренерам придется учить базовые вращения более качественно: высокое количество оборотов в одной позиции, центровка, скорость вращения, смена на ноги. У нас же маленькие спортсмены сплошь пытаются делать вращения на четвертый уровень, но техническая бригада все равно ставит им первый или второй уровень.

— Многие скажут, что такой подход затормозит прогресс в нашем фигурном катании, что приведет к отставанию нас от мировых лидеров. Вы согласны?

— Нет. Зачем маленькому ребенку пяти-шести лет делать вращения на четвертый уровень?

— Чтобы выиграть. На войне все средства хороши.

— Это понятно. Поэтому и не хотелось бы настаивать на четком прописывании правил в ЕВСК, а хотелось бы добиться от тренерского состава понимания этой проблемы. На детских соревнованиях я постоянно вижу, как с каких-то шагов дети пытаются исполнить прыжки типа флипа или лутца, которые на самом деле ничего общего с этими прыжками не имеют, но тренеры, спортсмены и их родители пребывают в полной уверенности, что это вышеназванные прыжки. Мне как судье хотелось бы видеть прыжки в классическом исполнении, сделанные с базового захода. В соревновательных программах я еще могу допустить исполнение прыжков с шагов и с каких-то оригинальных заходов, но тогда на внутреннем школьном зачете тренерский состав должен спрашивать с фигуриста исполнение прыжка на базовом уровне. Возможно, по итогам этого зачета у спортсмена должна стоять отметка в спортивной книжке, что он базовым элементом обучен правильно. Это очень важно с точки зрения продолжения карьеры у различных тренеров в том числе и топ-уровня, потому что никто из них не возьмет себе спортсмена, если тот не обладает правильной техникой прыжков, вращений, скольжения.

Какие бы впоследствии тренер ни поставил шаги перед прыжком, это уже никак не повлияет на его исполнение, если прыжки выучены правильно. Опять же как судья скажу: прыжок как элемент имеет три части: дуга захода на прыжок, сам прыжок и выезд с него. Судьи оценивают, как спортсмен зашел на прыжок и как выехал с него. В последнее время меня не отпускает ощущение, что тренеры начальной подготовки забыли об этом. То же самое могу сказать о вращениях: как фигуристы будут учить комбинированное вращение, если на уровне 2-го и 1-го спортивных разрядов они не умеют делать смену ноги на волчке?

— О чем чаще всего тренеры вас спрашивали?

— В основном они хотели уточнений по подводящим упражнениям, движениям.

Конечно, кто-то из тренеров говорил, что у них нет возможности уделять базовым элементам время, потому что родителям нужен быстрый результат, кто-то говорил, что им хотелось бы проведения еще нескольких таких семинаров и более глубокого профессионального разговора, кто-то просто весь семинар снимал на видео. Влюбом случае я очень рада, что это мероприятие никого не оставило равнодушным.

— Какой результат от проведения семинаров вы ожидаете?

— Федерация недавно приняла решение взять под контроль обучение базовым элементам, и для начала мы бы хотели в течение года-двух посмотреть, как тренеры отреагируют на эту мысль, прислушаются ли они к нам, будут ли действительно контролировать эту базу. Если тренеры начнут уделять элементарным вещам чуть больше времени, а не спешить за медалями, то увидят вскоре общий прогресс в уровне катания. Во время основного сезона действительно на базовые элементы может не хватать времени, но в подготовительный период и на летних сборах самое время уделить этим вещам повышенное внимание и заложить основательную базу на дальнейший сезон. Пока же я как судья повсеместно наблюдаю, как тренеры придумывают какую-то сложную архитектуру прыжков или накручивают сложности в дорожках шагов, с которыми спортсмен не может справиться, хотя логика обучения фигурному катанию напрашивается обратная: сначала основы, затем декор.

Еще хочу заметить, что отсутствие базы все равно даст о себе знать в пубертатный период, когда ребенок начнет расти и менять свои физические кондиции. Многие спортсмены не переживают это время только потому, что техника начинает сыпаться на фоне роста-весовых проблем. Легче всего говорить, что во всем виноват пубертат, хотя на самом деле виноваты тренеры, не заложившие базу. Опыт грамотных работающих тренеров показывает, что как бы ни рос спортсмен, но если у него сформирована правильная техника, он всегда может собрать все элементы и продолжить кататься.

Беседовала Марина ЕВДОКИМОВА

Спортивная форма для фигуриста

Планирование тренировочного процесса
в годичном цикле подготовки

Михаил Войнов, специалист по ОФП



Планирование тренировочного процесса является основополагающим моментом для достижения результатов у любых спортсменов. Поэтому тренер должен очень серьезно относиться к планированию годичного цикла тренировки, месячного цикла, недельного и даже отдельного тренировочного занятия. То есть тренер перед каждым тренировочным занятием должен представлять ставящиеся задачи, результат тренировочного занятия в плане развития двигательных качеств, изучения или совершенствования технических элементов, также возможно изучение каких-то тактических вариантов по соревновательной практике. Далее тренер должен продумать, с помощью каких средств и методов он будет решать эти задачи.



Тренировка — одна из важнейших частей подготовки фигуристов, и при организации тренировочного процесса она строится в виде циклов. Циклы делятся на макроцикл (год или четыре года подготовки), мезоцикл (от четырех до восьми недель) и микроцикл (до одной недели).

В макроцикле тренировочный процесс направлен на адаптацию организма к тренировочной и соревновательной нагрузкам и совершенствование технических навыков с последующей их реализацией в соревнованиях. В мезоцикле тренировочный процесс направлен на развитие двигательных качеств и совершенствование техники движения. Микроциклы могут быть направлены на развитие двигательного качества, на совершенствование техники движений или на устранение ошибок. Микроцикл может быть соревновательный, предсоревновательный или восстановительный. Планирование

тренировочного процесса в годичном цикле подготовки регламентировано стандартом спортивной подготовки и зависит от календаря соревнований, а также от уровня подготовленности и состояния здоровья самого фигуриста.

У фигуристов годичный цикл подготовки обычно состоит из:

- подготовительного периода (июнь-сентябрь), включающего контрольные прокаты (середина августа — начало сентября);
- соревновательного (сентябрь-апрель);
- переходного периода (апрель-май).

Для каждого возраста существуют свои продуктивные варианты планирования. Например, для детского возраста наиболее удобным вариантом планирования является традиционное планирование по Л.П.Матвееву, которое подразумевает деление годичного цикла подготовки на подготовительный, сорев-

новательный и переходный периоды. Надо только учитывать, что подготовительных и соревновательных периодов в детском возрасте может быть несколько, и это зависит от количества значимых соревнований для конкретного фигуриста. Почему удобно планировать по Л.П.Матвееву? Такое планирование подразумевает комплексное развитие как двигательных качеств, так и постепенное формирование технических навыков в фигурном катании. В переходном периоде фигурист может отдохнуть, восстановить свое функциональное состояние и перейти в следующий цикл подготовки.

Войти и остаться в форме

Обращаясь к истории развития спортивных технологий, можно заметить, что в прошлом достаточно часто тренеры шли по пути увеличения трениро-

вочных нагрузок, которое долгое время оставалось доминирующим фактором улучшения спортивных достижений. Однако в начале 1980-х годов некоторые видные тренеры и исследователи поняли, что дальнейший рост спортивных результатов будет связан с более эффективным планированием и построением тренировочного процесса. Другая причина смены концепции была связана с накоплением знаний о случаях перетренированности и остаточном утомлении, вызванными применением чрезмерных нагрузок. Смена традиционной системы была вызвана признанием низкой эффективности долгосрочных смешанных программ, когда тренировка направлена на одновременное совершенствование многих спортивных способностей. В этих случаях некоторые тренировочные нагрузки подавляют или даже вредно воздействуют на другие цели нагрузки. Прогресс высококвалифицированных спортсменов требует не сме-

шанных, а более тщательно выбранных и концентрированных тренировочных программ. Смешанные программы подготовки дают тренировочные стимулы, направленные на развитие многих спортивных способностей, и их величина достаточна для улучшения спортивного результата спортсмена низкой или средней квалификации.

В свое время А.П.Бондарчук разработал три типа специализированных мезоцикловых блока:

- развивающий мезоцикл, в котором уровень нагрузки постепенно увеличивается до максимальных значений;
- соревновательный мезоцикл, в котором уровень нагрузки стабилизируется и спортсмен сосредоточивается на соревновательной деятельности;
- восстановительный мезоцикл, когда спортсмены, используя активное восстановление, готовятся к следующей развивающей программе.

Отличительной чертой такого построения является чередование и

повторение набора упражнений в каждом мезоцикле или блоке.

В юниорском возрасте уже можно использовать так называемое блочное, или блоковое, планирование. Такое планирование концентрированного однонаправленного воздействия впервые было разработано нашими специалистами и учеными, в частности профессором Ю.В.Верхошанским в 1985 году. Основное преимущество этого планирования — наличие долговременного отставленного тренировочного эффекта, иными словами — получение значительных улучшений в показателях того двигательного качества, по которому шла концентрация нагрузки в выделенном блоке. Суть блочного планирования состоит в следующем: оно позволяет концентрировать нагрузку по одному направлению и формировать блоки по узкой направленности воздействия. Это позволяет сконцентрировать тренировочную работу над развитием одного двигательного качества во →

**Реклама в журнале
«МОСКОВСКИЙ
ФИГУРИСТ»**

**По вопросам размещения рекламы в журнале «Московский фигурист»
обращайтесь по телефону: 7-916-187-24-46, figurist.ru@mail.ru**

время проведения блока подготовки. Это качество и показатели эффективности в данном качестве угнетаются, но в разгрузочном блоке произойдет процесс его восстановления и суперкомпенсации, за счет чего уровень данного двигательного качества значительно возрастет. Параллельно в разгрузочном блоке происходит совершенствование

технической подготовки для конкретного уровня развития двигательного качества. Получается следующая схема: в блоке концентрированной нагрузки мы развиваем определенное двигательное качество, а в разгрузочном блоке мы подтягиваем технический уровень под уровень развития данного двигательного качества. То есть в разгрузочном блоке наш фигурист учится показывать свое техническое мастерство на более высо-

ком уровне развития физического качества. Таким образом, годичный цикл подготовки разбивается на блоки концентрированного развития аэробной выносливости, развития силовых показателей, развития скоростно-силовых качеств, развития скорости, а также на блок непосредственной подготовки к соревнованиям. Количество блоков подготовки к соревнованию зависит от количества соревнований в соответствующем периоде. Такое планирование позволяет фигуристу удерживать свою спортивную форму на высоком уровне и повышать ее к основным стартам сезона.

Но есть неудобство в использовании данного подхода: в случае болезни или получения травмы спортсмен не имеет должного объема тренировочной подготовки и эффективность от проведенного блока может быть недостаточно программируемой. В этом случае приходится изыскивать возможность применения дополнительных блоков подготовки, что снижает эффективность развития двигательного качества. Наиболее современное планирование, используемое нами в настоящее время, зависит от того, сколько раз спортсмен может в

течение года набирать пик спортивной формы. Однако такое планирование актуально только тогда, когда тренер достаточно долго работает с данным фигуристом и уже имеет представление о его возможностях, знает, сколько может потребоваться времени, чтобы вывести спортсмена на пик его формы. У разных спортсменов время достижения

Участие в ответственных соревнованиях, связанное с большой психической нагрузкой, часто приводит к тому, что наиболее длительно у спортсмена восстанавливаются его психические функции

пика формы различно: одному достаточно одного месяца, другому требуется два-три месяца, но бывает, что спортсмен может показывать пик формы только раз в году. Таких спортсменов наиболее тяжело готовить, поэтому спортсмены, которые способны быстро набирать свою спортивную форму, поддерживать ее и увеличивать свой уровень от старта к старту для достижения максимума на самых ответственных стартах, будут более предпочтительны. Естественно, держать спортивную форму на самом высоком уровне весь сезон невозможно, поэтому нужно грамотно уводить фигуриста с пика формы после соревнования и подводить его к следующему, более высокому уровню спортивной формы, стремясь достигнуть пика на чемпионате России, чемпионате Европы и чемпионате мира, а в олимпийский год и на олимпийском старте. Другими словами, спортсмен как бы поднимается по ступенькам лесенки от одного соревнования к другому, от одного пика формы к другому.

Восстание из пепла

Как я уже отметил, достаточно важно иметь четкий план каждого тренировоч-

ного занятия и следить за выполнением нагрузки, однако нужно уметь гибко подходить к выполнению запланированного объема и учитывать текущее состояние спортсмена. Для получения информации о текущем состоянии спортсмена необходимо активно использовать специальное диагностическое оборудование, но это тема для отдельного разговора. При

планировании надо всегда помнить об обеспечении отдыха спортсмена, поскольку тренировочный процесс — это не только нагрузки, но и отдых. Следовательно, отдых спортсмена должен включать в себя восстановительные мероприятия, питание и сон. Сон не менее восьми часов, рацион питания в зависимости от проведенной и планируемой тренировочной работы, восстановительные мероприятия — массаж, сауна, бассейн, дополнительные физиотерапевти-

ческие процедуры, медикаментозное восстановление. Особенно важно помнить, что врач прописывает медикаменты строго по разрешенному списку, и в этом случае вероятность попадания неразрешенных субстанций крайне мала.

Восстановление — процесс, протекающий как реакция на утомление, направленный на восстановление нарушенного гомеостаза и работоспособности. Восстановление после физических нагрузок означает не только возвращение функций к исходному уровню. Если бы после тренировочной работы функциональное состояние организма лишь возвращалось к исходному уровню, то исчезла бы возможность его совершенствования путем целенаправленной тренировки. Выполнение напряженной мышечной работы связано с расходом потенциала функций и развивающимся утомлением и с последующим восстановлением к дорабочему уровню, затем сверхвосстановлением и последующей стабилизацией на дорабочем уровне.

В фазе восстановления происходит нормализация функций — восстановление гомеостаза, восполнение энергетических ресурсов, стабилизация — ➔



ПРИТЯГИВАЮТ ЗОЛОТО



John Wilson
THE PERFECTION TO YOUR ROUTINE

реконструкция клеточных структур и ферментативных систем. Изменения в функциональных системах организма спортсмена, возникающие в восстановительном периоде, служат основой повышения тренированности. Суперкомпенсация является реакцией на нагрузки, приводящие к достаточно глубокому истощению функциональных резервов организма спортсмена, обеспечивающих выполнение конкретной работы.

Для рационального планирования режима работы и отдыха в системе подготовки спортсменов необходимо знание закономерностей восстановительных реакций после тренировочных и соревновательных нагрузок. В связи с этим в первую очередь следует выделить специфичность восстановительных реакций, тесную взаимосвязь характера и продолжительности как раннего, так и отставленного периода восстановления с направленностью и величиной тренировочных и соревновательных нагрузок, глубиной, локализацией и механизмами развившегося утомления.

Одной из важных особенностей протекания восстановительных процессов после тренировочных и соревновательных нагрузок является неодновременность (гетерохронность) восстановле-

ния различных показателей к исходному уровню.

Исследования биохимических процессов в период отдыха после мышечной работы позволили установить, что быстрее всего восстанавливаются резервы кислорода и креатинфосфата в работающих мышцах, затем внутримышечные запасы гликогена и гликогена печени, лишь в последнюю очередь — резервы жиров и разрушенные в процессе работы белковые структуры. Устранение лактата, накопившегося после максимальных анаэробных нагрузок, происходит обычно в течение 1-1,5 часа. В то же время восстановление запасов гликогена в работающих мышцах, особенно после исключительно продолжительных аэробных нагрузок, может затянуться на несколько суток.

Общие закономерности восстановления функций после работы состоят в следующем. Во-первых, скорость и длительность восстановления большинства функциональных показателей находятся в прямой зависимости от мощности работы: чем выше мощность работы, тем больше изменений происходит за время работы и, соответственно, тем выше скорость восстановления. Это означает, что чем короче предельная продолжительность упражнения, тем короче период восстановления. Так,

продолжительность восстановления большинства функций после максимальной анаэробно-алактатной работы несколько минут, а после марафонского бега — несколько дней. Ход начального восстановления многих функциональных показателей по своему характеру является зеркальным отражением их изменений в период вработывания.

Во-вторых, восстановление различных функций протекает с разной скоростью, а некоторые фазы восстановительного процесса и с разной направленностью, так что достижение ими уровня покоя происходит не одновременно. Поэтому о завершении процесса восстановления в целом следует судить не по какому-нибудь одному и даже не по нескольким ограниченным показателям, а лишь по возвращению к исходному (предрабочему) уровню наиболее медленно восстанавливающегося показателя. Например, участие в ответственных соревнованиях, связанное с большой психической нагрузкой, часто приводит к тому, что наиболее длительно у спортсмена восстанавливаются его психические функции.

В третьих, работоспособность и многие определяющие её функции организма на протяжении периода восстановления после интенсивной работы не только достигают рабочего уровня, но и

Этапы тренировочного занятия

Любое тренировочное занятие должно сочетать в себе три этапа: разминка — основная часть — заминка. Разминка начинается спокойно, постепенно вовлекая все мышцы и части тела в упражнения, которые готовят спортсмена к выполнению последующих заданий. Упражнения должны быть такими, которые спортсмен может выполнить хорошо. Основная часть упражнений совершенствует физические формы с учетом конкретных потребностей и плана развития. Это могут быть бег, прыжки, метания, работа с отягощениями и другие виды работы на сопротивление.

Заминка — это первый шаг к восстановлению и адаптации.

Более подробно остановимся на разминке.

Разминка как вводная часть каждой тренировки

выполняет три общие функции: регулирование метаболических процессов, техническое и координационное вработывание, подъем уровня психической готовности.

Цели разминки можно сформулировать как следующие:

- приспособление метаболических систем организма для выполнения последующих усилий и предотвращение повреждения неразогретых тканей;
- активизация центральной и периферической нервной системы и предотвращение травм из-за неудачного выполнения сложнокоординационных движений;
- мобилизация спортсмена для осознанной работы, достижения должной мотивации с целью решения соревновательных задач.

могут превышать его, проходя фазу сверхвосстановления. Когда речь идет об энергетических субстратах, то такое временное превышение предрбочего уровня носит название суперкомпенсации. После окончания работы содержание различных метаболитов возвращается к исходному уровню. При этом происходит не только восстановление затраченных энергетических ресурсов, но и их сверхвосстановление. Хочется подчеркнуть, что вопросами восстановления должен заниматься спортивный врач: он прописывает спортсмену физиотерапевтические процедуры, назначает медикаменты и массаж — в зависимости от текущего состояния спортсмена.

Правило тренировки

Ведя разговор о планировании тренировочного занятия по ОФП или СФП, само занятие можно представить как основной строительный материал тренера. Обычно тренировочное занятие состоит из разминки в начале, основной части и заминки. На этапе планирования важно решить, какие упражнения и в какой последовательности помогут добиться цели и решения задач. Каждое занятие имеет специфическую задачу и должно сочетаться с предыдущим. Определяя общие цели и задачи, обратите внимание на то, как занятие впи-

шется в микроцикл и в период тренировки. Обратите внимание и на принципы эффективного проведения тренировочного занятия. Поддержите активность: фигурист на занятии должен быть активен, а не быть пассивным слушателем. Давайте четкие инструкции и определите цели: обучение улучшится, если фигурист знает, чего от него ожидает тренер, а демонстрация способствует точности инструкции.

Не забывайте стимулировать спортсменом: отмечайте прогресс выполнения упражнений, указывайте на положительный результат, создайте атмосферу положительных впечатлений, ведь тренировка должна доставлять удовольствие и повышать самооценку. Обязательно учитывайте индивидуальные различия: не все спортсмены способны быстро обучаться правильному выполнению упражнений.

С точки зрения анализа планирования тренировочного процесса и выполнения этих планов особое значение имеет дифференцирование занятий по нагрузке. Занятие характеризуется тремя функциями: развитие — поддержание — восстановление. Правильный выбор уровня нагрузки должен соответствовать этим целям. Фактически каждый план тренировки представляет собой комбинацию этих типов занятий.

Известный физиолог Тим Ноукс сформулировал правила тренировки следующим образом: «...чередуйте особенно напряженные тренировки с менее напряженными и легкими».

Тренер на занятиях обязан контролировать реакцию организма на нагрузку, контролируя как частоту сердечных сокращений, так и по внешним и субъективным признакам. В свою очередь родители должны контролировать продолжительность сна, то, как и что ребенок ест, как быстро он засыпает. Не рекомендуется родителям заниматься дополнительными упражнениями и тренировочными занятиями без согласования с основным тренером. Принцип «чем больше, тем лучше» в этой ситуации не работает. Помните, что объем тренировочной подготовки в каждом возрасте регламентирован стандартом спортивной подготовки и его бессистемное изменение в лучшем случае приведет к перетренированности, в худшем может вызвать травму вашего любимого ребенка. Задача родителей — объяснить ребенку, что на тренировках надо стараться работать не отвлекаясь, выполнять все упражнения качественно, тогда отпадет желание компенсировать плохую работу на тренировке за счет дополнительных занятий. ■

Ожидаемые эффекты при выполнении разминки:
 — повышение температуры мышц, снижение вязкости мышц, увеличение объема кислорода;
 — быстрое сокращение и расслабление мышц, увеличение восприимчивости мышц и механизмов управления, повышение устойчивости и экономичности основных биомеханических функций и техники движений;
 — достижение психической концентрации для выполнения предстоящей нагрузки, совершенствование психического и эмоционального самоконтроля.
 Техническое и координационное вращивание является обязательной функцией разминки. Очень важно планировать и правильно проводить разминку перед прокатами или соревнованием. Разминка — это первая часть

подготовки к предстоящей двигательной деятельности, и ее задача состоит в постепенной и системной подготовке к соревнованию. Эта подготовка является как физической, так и умственной, поскольку она мобилизует мышцы и связки, разогревает тело и суставы, концентрирует мысли и практические навыки, которые фигурист будет использовать в дальнейшем. Принципы эффективной разминки — переход от медленного к быстрому, от активного к динамичному, от общего к специфичному, от простого к сложному. Признаками наступления желаемого состояния являются увеличенная ЧСС (от 120-140 уд./ мин.), легкое потоотделение, увеличение частоты дыхания, улучшенное общее состояние организма спортсмена.

Об этом постоянно говорят, но пока никто не делал

Солтан Кокоев: «Наши задумки направлены на то, чтобы фигурное катание стало интереснее и понятнее зрителям»

— В чем состояла необходимость проведения обучающего семинара для операторов ввода данных?

— Периодически в разных городах в разное время возникает потребность проводить семинары для разного рода специалистов, потому что количество соревнований растет, следовательно, растет потребность в людях, которые могут обслуживать эти соревнования. Это должны быть люди, правильно обученные. В конце августа, например, ФФКМ организовала всероссийский семинар для операторов ввода данных (ОВД), на котором мы постарались в единое целое собрать всю информацию для новичков и профессионалов. В семинаре приняли участие 39 человек, из которых кто-то просто прослушал семинар, кто-то успешно сдал экзамен, но каждый из них, я уверен, сможет провести свои первые или сто первые соревнования, не запутавшись с документацией, с пониманием, как и что надо делать.

Работа велась вживую: был видеоряд, который я как модератор комментировал на каждом шаге, затем мы с участниками все это обсуждали. Для всех участников семинара мы выпустили видеоуроки, которые рассказывают о последовательности каждой операции, так что они могут дома еще раз попрактиковаться и еще раз самостоятельно пройти все то, что было проговорено и сделано на семинаре.

— Насколько количество операторов ввода данных не успевает за количеством соревнований?



— На самом деле у нас никогда не было серьезного кадрового кризиса, но если у кого-то возникает желание заниматься такой работой, то это приводит к необходимости их обучать. Отдельной строкой здесь идут главные судьи и организаторы соревнований по фигурному катанию, которые должны понимать, как это работает, чтобы использовать свои знания для контроля за работой других людей. Основная задача семинара, которая ставилась перед главными судьями и секретарями, состояла в том, чтобы вся секретарская работа проходила автоматически и имела минимальное количество действий вручную. Я считаю, что мы этого добились и сейчас у операторов ввода данных, секретарей и судей есть все возможности проводить соревнования четко, спланированно, без сбо-

ев по времени и с минимальным количеством усилий.

— Насколько я себе представляю, ошибки, которые могут быть допущены судейской бригадой, обычно бывают связаны именно с вводом данных. Насколько часто случаются эти ошибки на практике?

— Все зависит от того, на какой системе мы работаем. Если это ручной ввод, то ошибка может произойти из-за непонимания, что было написано в листке у контролера. Если же мы работаем в автоматическом режиме, то вопрос связан с тем, есть ли хорошая связь между специалистами технической бригады. Конечно, усталость тоже накладывает свой отпечаток, потому что, как правило, если человек занят на соревнованиях более шести часов, то не важно, какую он позицию занимает — судьи, оператора, контролера, специалиста, — ошибки могут происходить. Наши судьи иногда работают больше того времени, какое можно выдержать. Но кроме усталости, могут существовать и другие факторы, по причине которых может произойти ошибка. Главный судья должен уметь видеть, что ошибка произошла, знать, как эту ошибку исправить, то есть пересчитать и опубликовать новые данные, сделав это в кратчайшее время.

— Каким образом можно избежать подобных ошибок?

— На семинаре мы дали всю информацию, как сделать так, чтобы подобные вещи не происходили. Важным моментом является и оборудование судейской

системы современными средствами связи. Сейчас нами уже реализована на практике коробка аудиосвязи, которая обеспечивает связь внутри технической бригады, доступная по цене и хорошая по качеству. К примеру, мой коллега — технический специалист международных соревнований из Австралии Клэрэнс Онг — проявил заинтересованность нашей разработкой и приобрел одну такую коробку связи себе. Мы недавно пересекались на семинаре, и он сказал, что они очень довольны ее работой. В настоящее время мы намерены продвигать эту разработку среди тех, кто специализируется на проведении соревнований по фигурному катанию.

— Это российская разработка?

— Да. У моего хорошего друга Алексея Главатских из Перми была идея, как сделать средства связи более надежными, но при этом доступными. Было сделано несколько моделей, которые прошли тестирование, а затем поступило предложение сделать промышленный образец в более качественном исполнении. В настоящее время этот проект находится в стадии завершения: у нас есть готовый продукт, который мы намерены продвигать среди наших специалистов, занимающихся организацией соревнований. Сегодня несколько модулей Алексея уже установлены в судейские системы, обслуживающие всероссийские соревнования, и успешно работают.

— В чем оригинальность этой разработки?

— Гарнитуры, которые мы рекомендуем, обеспечивают очень высокое качество звука как в микрофоне, так и в наушниках, также они имеют достаточную длину кабеля, каждый может приобрести их в магазинах своего города. Я считаю, что эти модели связи могут себе позволить иметь каждая школа или каждый организатор соревнований, потому что это еще и бюджетная модель: существующие технические решения очень дороги. Например, подобный модуль для технического специалиста стоит 400 евро, а в техбригаде работают пять человек. Умножьте все это, и вы уже

получите 2 тысячи, а с учетом нынешнего неидеального курса рубля затраты только на этот модуль будут для многих неподъемными. Мы сознательно искали решение, которое отвечало бы требованиям ИСУ, но за меньшие деньги. В результате наша отечественная разработка покрывает потребности всей технической бригады из восьми человек и стоит всего 110 евро. К этому модулю можно подключить еще несколько людей дополнительно, если надо кому-то обучиться в онлайн-режиме или проконтролировать, как работает техническая бригада. Второе ее преимущество заключается в том, что она легко позволяет вести архив по работе техбригады, потому что мы можем записывать видеокартинку того, что происходит на льду, с одновременным обсуждением специалистами технической бригады катания спортсмена, то есть синхронизировать происходящее на льду с рабочими комментариями специалистов. В любой непонятной ситуации можно будет услышать, как техническая бригада пришла к тому или иному решению в случае, если это находится на грани тех

Главный судья должен уметь видеть, что ошибка произошла, знать, как эту ошибку исправить

или иных спортивных правил или их решение вызывает непонимание со стороны тренеров. Если решение было обоснованным, то это обоснование будет содержаться в самой аудиозаписи — и поводов для конфликтов не будет.

— На прошедшем семинаре операторы ввода данных имели возможность поработать на этом оборудовании?

— В качестве практического занятия все участники семинара осуществляли автоматический ввод данных с подобной записью работы технической бригады, которая моделировала соревнования. Участники семинара были поставлены в условия реальной задачи: слу-

шая, как работает техбригада, они должны были правильно ввести все данные, которые автоматически заносились в базу данных, и они могли понять, как это работает в подобном режиме. Все участники семинара попробовали себя в этой роли, попрактиковались под присмотром модераторов, так что во время их первых реальных соревнований им будет на что опереться в плане опыта. Хотя самый лучший опыт — это работа в живом режиме, когда ты конкретно отвечаешь, чтобы это было конкретно, быстро и качественно. Мы смогли участникам семинара дать такой опыт, и они все отметили, что им это было полезно.

— Какие задания входят в экзамен?

— Экзамен состоял в практической работе с базой данных соревнований. То есть каждому участнику был предложен свой вариант в виде детализированных результатов турнира, они должны были получить на компьютере проведенные соревнования с выпущенными необходимыми отчетами до, во время и после соревнований. Мы смотрим, сколько это займет времени, потому что это самый главный фактор, так как умение быстро работать в данном виде деятельности — очень важная опция. Как правило, на экзамене все укладываются в нужные рамки, но они должны понимать, что в условиях реальных соревнований им придется это делать с той же скоростью, с какой

спортсмены сменяют друг друга на льду. Если оператор долго думает, то объем невыполненных операций будет нарастать, что осложнит ход соревнований, следовательно, он в силу каких-то своих особенностей не самая лучшая кандидатура, чтобы работать на соревнованиях, или надо будет еще практиковаться.

В прошедшем сезоне я работал оператором ввода данных на чемпионате мира и скажу, что даже с моим опытом работы это было непросто. Мало того что ты работаешь на ответственных соревнованиях, ты еще буквально целый день находишься на арене, потому что перерыв между видами в ➔

лучшем случае час-полтора. А если учесть еще и разницу часовых поясов, то можно представить, как приходится концентрироваться во время работы.

Тем не менее в новом сезоне на всех всероссийских стартах мы планируем опробовать новую систему, которая позволит нам сократить количество людей в технической бригаде. Это касается специалиста, работающего на нарезке видео. Это не означает, что мы хотим ликвидировать данную функцию, просто у нас есть люди, которые свободно могут совмещать ввод данных и работу на каттере, так почему бы нам не сократить количество людей в бригаде? Его присутствие будет нам необходимо только на крупных турнирах, поскольку это связано с телетрансляциями. Что касается соревнований меньшего калибра, то я и мои коллеги будем пробовать совмещать функции ввода данных и видеоповтора на одном компьютере, это позволит сократить количество оборудования, которое мы перевозим, и даст возможность более свободно проводить соревнования.

— Почему на семинар для операторов ввода данных пришло столько главных судей и секретарей соревнований?

— Мне нравится инициатива и подход московской Федерации в том, что главные судьи и секретари должны обладать навыками операторов ввода данных, тогда в любой ситуации они могут контролировать все, что происходит на соревнованиях. Помимо введения результатов, эта система позволяет правильно рассчитать расписание соревнований вплоть до минут с учетом большой или маленькой бригады судей. Если это расписание соблюдать, то никогда не будет ситуации, что пора заливать лед, а два спортсмена еще не откатались, что иногда, к сожалению, происходит. Часто бывает так, что из-за неправильного расчета времени чьи-то заявки даже не принимаются, хотя потом на деле выясняется, что остался свободный лед и еще человек 10 могли бы принять участие в соревнованиях.

Надеюсь, организаторы соревнова-

ний воспользуются этой опцией, и в случае если у них такие оплошности раньше возникали в расписании по каким-то причинам, то теперь их не будет. Например, если соревнования должны начаться в девять, а закончиться в три — не раньше и не позже, — то эта система позволит все оптимально рассчитать, а пользоваться этой опцией или нет — это дело уже каждого организатора. В любом случае теперь главные судьи и секретари с помощью знаний, полученных на семинаре, будут обладать умением все это правильно рассчитать.

— Солтан, мы все знаем, что вы находитесь в постоянном поиске совершенствования судейской системы, всегда стараетесь найти какие-то новые интересные решения. Что-то новое в этом ключе нас ожидает?

— В прошлом году на чемпионате России в Екатеринбурге мы впервые реализовали уникальную вещь: телетрансляция чемпионата шла одновременно на русском и английском языках, причем не в записи, а в прямом эфире. Насколько мне известно, такую трансляцию проводили в свое время в Китае, а теперь и нам удалось это реализовать.

В разработке еще одно новшество. Во время спортивной телетрансляции всегда есть камера, которая работает, говоря на сленге телевизионщиков, «в рост». Мы берем картинку с этой камеры и захватываем параллельно с основной судейской камерой. Другими словами, у нас будут задействованы одна судейская камера плюс еще одна телевизионная, что позволит технической бригаде посмотреть любой элемент с двух ракурсов. Я часто наблюдаю ситуацию, когда тренеры просят техспециалистов показать видеозапись исполнения какого-то элемента, потому что с другого конца поляны им не было хорошо его видно; иногда тренер просит показать эту запись спортсмену, чтобы он с судейского ракурса увидел свою ошибку. Технически мы уже проверили свою задумку: это работает. Таким образом, мы впервые попробуем реализовать такую практику, о которой в мире

постоянно говорят, но пока никто не сделал. Я не думаю, что сейчас есть необходимость в таком режиме работы на этапах Кубка и на других соревнованиях, но сделать это на крупных соревнованиях — такая возможность у нас теперь есть.

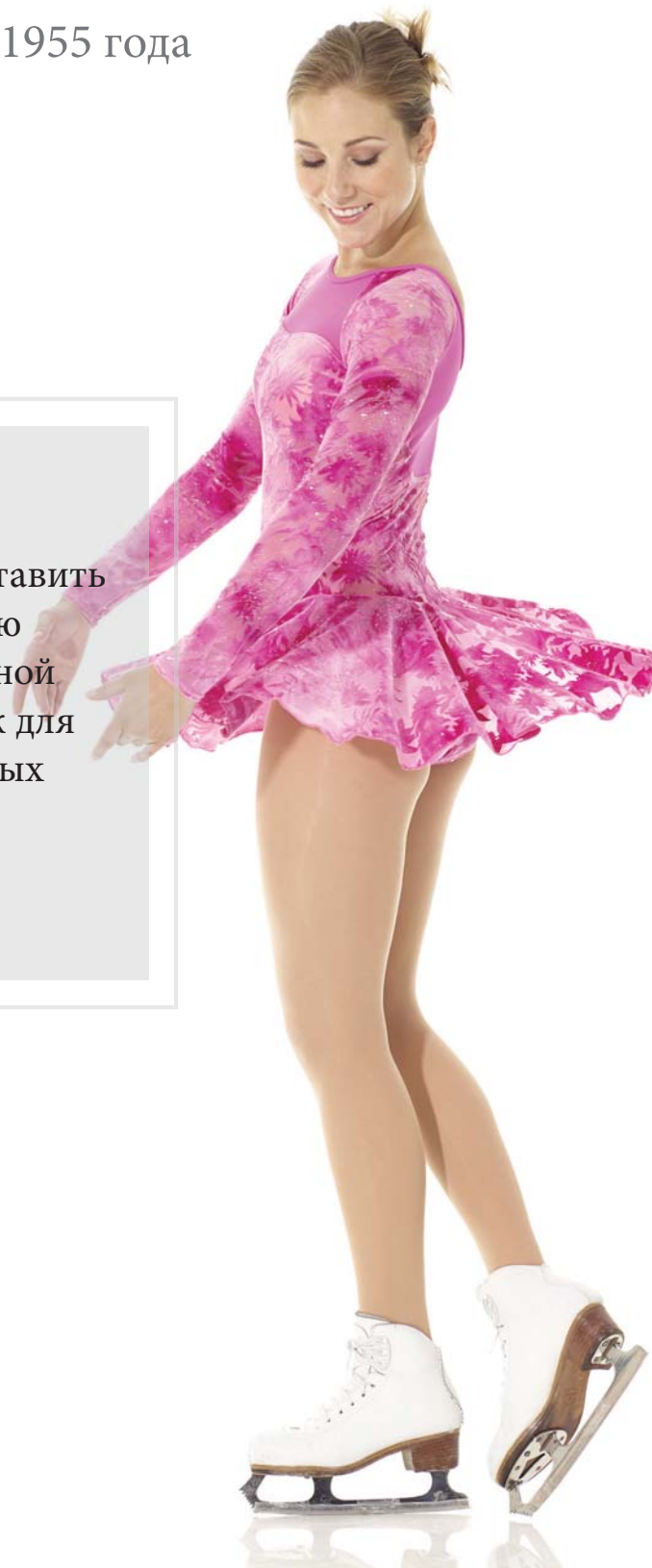
Также сейчас обсуждается возможность выводить для телезрителей на большой экран некоторые повторы, которые смотрит техническая бригада. Обычно на трибунах стадиона и дома по телевизору зритель в ожидании оценки спортсменов видит замедленный повтор каких-то частей программы, но это иногда не то, на что смотрят специалисты технической бригады. Теперь же один из таких повторов может быть тот, который смотрит техническая бригада, чтобы выставить окончательный уровень или проверить докрут прыжка. Еще предстоит понять, в каком объеме это лучше показывать, надо ли этот повтор сопровождать обсуждением, потому что он может быть перегружен судейским сленгом или, наоборот, не нагружен никакой информацией, поскольку судьи отсматривают какие-то фрагменты просто потому, что должны были их посмотреть. Но у нас есть уже опыт хорошо сделанных роликов из этих судейских повторов с простыми и понятными комментариями каких-то специфических моментов в элементах. Думаю, если это показать, то зрителям будет очень интересно, потому что таким образом они смогут заглянуть на кухню и увидеть, как принимаются решения.

В целом все эти задумки направлены на то, чтобы фигурное катание сделать еще более понятным в деталях и интересным для зрителей. Мне кажется, что последние пять-шесть лет эта тенденция стала определяющей, по крайней мере, когда техбригада работает профессионально и в хороших условиях, то у тренеров и спортсменов к ее решениям никаких вопросов нет. Это значит, что фигуристы будут совершенствоваться в своем катании, что даст положительный результат для всех нас на международной арене. ■

MONDOR

с 1955 года

Мы рады Вам представить
нашу коллекцию
высококачественной
одежды и колготок для
профессиональных
фигуристов.



Этот день придет

Ульяна Чиркова: «Синхронное катание должно стать более понятным для публики»

— Ульяна, с чем, на ваш взгляд, связано внесение изменений в техкомом ИСУ в правила по синхронному катанию, которые были приняты на конгрессе в июне этого года?

— В прошлом сезоне на финале серии Гран-при в Барселоне, в котором впервые приняли участие лучшие команды по синхронному катанию, техкомом ИСУ был проведен опрос среди зрителей и фигуристов — участников финала. Целью опроса было — узнать их мнение о синхронном катании, и результат, который был получен, показал, что публика принимает и поддерживает этот вид, что ей нравятся синхронные элементы, перестроения, групповые поддержки. Однако стало ясно, что зрителям не очень понятны такие элементы, как «пересечение», потому что для неподготовленного человека оно выглядит как хаос, а если его выполняет команда не топ-уровня, то вообще непонятно, что и зачем происходит. Критике подвергся элемент «движение»: как оказалось, у зрителей разбегаются глаза, чтобы следить за множеством пар и четверок, меняющих траекторию движения. Таким образом, положительный отклик получили те элементы, которые основаны на синхронности движения, четкости линий, массовом исполнении. Именно эти пожелания стали причиной корректировки правил, чтобы добавить зрелищности, потому что именно зрительский интерес поддерживает спорт.

— Каким образом эта критика отразилась в новых правилах?

— В результате сеньорам добавили вторую групповую поддержку, которая, безусловно, добавит зрелищности, но также предъявит серьезные требования к физическим кондициям синхронисток. Я разговаривала с тренерами и спортсменами некоторых команд, и все сказали, что чисто физически это будет непросто сделать, тем более что эти поддержки должны быть разными. Если раньше каждая команда училась делать одну поддержку, то теперь их надо придумать две и показать в полном объеме. К тому же техком добавил сложности на 4-й уровень: удержание поддержки на одной руке, смена положения верхнего партнера, повороты опоры, сложный спуск — все это добавляет рисков. Мое мнение, что это уже больше походит на пауэрлифтинг, чем на синхронное катание, только с той разницей, что мы еще должны кататься на коньках по льду и с партнершей на вытянутой одной руке.

Несмотря на критику элемента «пересечение», его все же оставили в правилах в прежних вариантах (пересечение хлыстом, квадратом, треугольником, линиями), потому что это сложный технический элемент, позволяющий командам набирать уровни, а судьям их ранжировать. Однако было добавлено еще одно, так называемое креативное, пересечение без дополнительной черты, которое должно выполняться без поворотов, но каким-то



интересным способом захода, приближение самого момента пересечения или выхода. «Линия» как элемент осталась только у пре-новисов, для остальных возрастов она теперь стала элементом по выбору, также как «круг» и «комбинированный элемент». Добавилось новое правило относительно спиралей. Если раньше спортсменки исполняли элемент по всему полю, то теперь для 3-го уровня необходимо сделать спирали в пределах половины площадки, чтобы зрители могли проследить за ними всеми в компактном виде и у них не разбегались глаза. Я уже видела какие-то тренерские наработки по этому элементу и скажу, что есть очень интересные идеи, потому что теперь рисунок выглядит более витиеватым, а дуги более крутыми.

«Движение в изоляции» стало креативным элементом уже давно и теперь выглядит более интересно, потому что

все команды начали добавлять в свои программы элементы из одиночного и парного катания — прыжки, поддержки, тодесы, — причем это делают массово, начиная с юниорских команд.

В целом у всех сократилось количество элементов. У сеньоров теперь семь обязательных элементов вместо прежних 10 и два на выбор вместо трех. У юниоров в произвольной пять обязательных элементов и два на выбор вместо трех.

— Если количество элементов сократилось, а время осталось прежним, то чем будет занято свободное время?

— Предполагается, что оно будет заполнено связующими шагами: переходы из элемента в элемент должны происходить не статично, а через какие-то связки, повороты, парные раскатки, которых нет в списке элементов.

В качестве связующих шагов можно использовать и какие-то элементы, но тогда в контенте надо указать, что это transition. Понятно, что для многих тренеров это задача, потому что, например, элемент «пересечение» делается за 15 секунд максимум и его никак не сделать дольше. Можно «колесо» делать

Положительный отклик зрителей получили элементы, которые основаны на синхронности движения, четкости линий, массовом исполнении

долго, но всем — и судьям, и зрителям — надоест на это смотреть. Я думаю, что идея техкома ИСУ состоит в том, чтобы дать командам возможность не только побольше покататься, но и показать какие-то свои креативные идеи. Надеюсь, что все это не закончится расстановками на одном месте.

— Что осталось прежним?

— Препятствием осталась дорожка шагов, требования к количеству поворотов и к твизслам остались те же. Ничего не изменилось в уровнях оценки за качество скольжения. Остались элементы на базе блоков: пивот и блок без хвата как дорожка шагов.

— Ульяна, у вас нет какого-то сожаления об элементах, которые, на ваш взгляд, напрасно исключили?

— Жаль, что красивый элемент «взаимодействующие линии» понизили →



Команда «Олимпийский — Юнитис-2», Москва

до 2-го уровня и тем самым сделали бессмысленным его включение в программы. На самом деле это был не только зрелищный элемент, но и достаточно сложный по своей технической структуре. Чтобы его поставить, у тренеров должно быть хорошее пространственное мышление, а от команды во время его исполнения требовалось умение очень четко контролировать углы взаимодействия, скорость движения, шаги. Этот элемент реально был очень классным и гораздо сложнее, чем линейная линия.

— **А судьи, прежде чем переписать правила, советуются с тренерами?**

— Такая практика есть. Член техкома ИСУ Кэйти Далтон (Канада), которая в свое время успешно тренировала команду Black Ice, говорила, что на чемпионате мира планировалось обсуждение с тренерами новых правил, но вот был ли такой совет, я не знаю. Технический комитет ИСУ постоянно предлагает массу новых идей, которые то вводят, то отменяют. Например, который год техком пытается ввести требование, что в спиралях нога должна быть поднята на 170° с хватом или без. Это требование вводили, потом убрали, потом снова вводили и снова убрали после тренерских советов, на которых звучало, что это требует больших физических усилий, что не все чисто физиологически могут сделать такой шаг, что это, в конце концов, небезопасно исполнять в команде. В итоге в текущем году это требование опять ввели.

Желание следовать за идеями техкома можно проследить на примере элементов по выбору. Так, какое-то время назад собирались сделать обязательным элементом синхронное вращение в блоке, но потом оставили его на выбор. Надо сказать, что очень мало какие команды пытаются его делать в программе, так как никто не хочет рисковать. Как говорят тренеры, проще поставить любой другой элемент, чем браться за вращение, потому что велик риск столкновения на заходе, неравномерности вращения, несинхронности исполнения и прочее.

— **Насколько чистота исполняемых элементов зависит от уровня скольжения команды?**

— Скольжение определяет все. Синхронное катание основано на умении каждого подстраивать свою скорость и длину дуги под других. В нашем виде одним из важнейших качеств является умение ускоряться и замедляться без резких остановок и зубцов, следовательно, спортсмены должны качественно скользить, чтобы все эти требования выполнять.

— **Международный союз конькобежцев планирует расширять количество соревнований под своей эгидой?**

— Безусловно. С этого года юниорский чемпионат мира будет проводиться каждый год, а не через год, как было. Ближайший чемпионат пройдет в Кана-

«На мой взгляд, все зависит от той планки, которую перед собой ставит тренер»

де, что нас не очень обрадовало, ведь наши команды принимают участие за свой счет, а лететь туда дорого. ИСУ не проводит серию Гран-при по синхронному катанию, хотя, возможно, в этой области будут подвижки. Так, в прошлом году в финале Гран-при, который транслировали по телевидению, приняли участие лучшие в мире команды по синхронному катанию. В прошлом году в Шанхае прошли объединенные соревнования по шорт-треку и синхронному катанию с очень высокой зрительской посещаемостью. Я разговаривала с фигуристками из «Парадиза», которые сказали, что публика восторженно принимала синхронистов: аплодисменты, визг, совместное фотографирование.

— **Планируется ли презентация синхронного катания на Олимпиаде в Корее?**

— Непонятно. Отговорки прежние: смешанный гендерный состав, которо-

го нет ни в одном виде спорта, большое количество участников, следовательно, проблемы с размещением. Затем сложность в том, что Олимпиада идет две недели, так что в расписании ледовых видов спорта придется что-то двигать или какие-то виды исключать, чтобы втиснуть синхронное катание. Понятно, что эти вопросы сразу не решаются, но они решаются.

Мы, по результатам опроса зрителей, получили много критики, с которой в состоянии справиться. Основная проблема состоит в том, чтобы наш вид спорта стал более понятен для публики, но для этого синхронное катание надо больше показывать, потому что невозможно разобраться и полюбить то, чего ты не знаешь.

— **Как популяризировать синхронное катание?**

— Чем больше будет желающих заниматься синхронным катанием, тем больше будет вокруг них людей, знающих и любящих этот вид спорта. У нас появилось большое количество команд пре-новисов и новисов, которые радуют своими постановками, уровнями, своим отношением к делу. В России с юниорскими и взрослыми командами дела обстоят сложнее: на 30 команд новисов приходится около 10 юниорских команд и всего четыре взрослых. Можно сказать, что ничего критичного в этом нет, что у нас такое количество взрослых команд, потому что в спорте остаются только самые мотивированные, но у нас в России уменьшение количества команд и спортсменов происходит не из-за конкуренции, а от безысходности. Хотя в последние годы на местах городские спорткомитеты начали поддерживать синхронное катание, даже специально создавать команды.

— **Победа нашей сборной на чемпионате мира дала какой-то резонанс в спортивной среде?**

— Если он и был, то исключительно среди нас, тех, кто связан с синхронным катанием. Узок круг людей, но, кто в теме, чувство гордости испытали. Надо сказать, что в России «Парадиз» →



Идеальная пара для легкого катания

Premiere

- JacksonPremiere – облегченный ботинок, удобный уже с первой примерки, с подошвой из слоев кожи и пробки, которая на 17% легче обычной кожаной подошвы
- Термоформируемый ботинок обеспечит исключительное удобство и комфорт

Matrix Legacy

- Лезвие MatrixLegacy на 33% легче обычного лезвия Legacy. Нижняя часть лезвия из стали 420J лучше сохраняет заточку.



НА 33%
ЛЕГЧЕ!

www.jacksonultima.com



**Команда «Русский сувенир»,
Москва**

всегда показывал заоблачно высокий уровень катания: нам всем вместе и каждой команде в отдельности до них очень далеко. Теперь они стали сильнейшими в мире, к чему шли все 25 лет своего существования. Тренеры «Парадиза» Ирина и Александр Яковлевы сумели создать бренд в нашей стране. Они и вся их команда — это просто другая планета, потому что там работают и катаются очень мотивированные люди. Спортсменки, которые прошли отбор в команду, — очень хорошо обученные синхронистки, которые давно и сознательно выбрали этот вид спорта.

Когда в этом году я увидела их произвольную программу на тему новеллы Проспера Мериме «Кармен», то была поражена постановкой, выбранным сюжетом. Тренеры пошли не по шаблону, но при этом использовали музыку Бизе, использовали оригинальный сюжет и показали «Кармен». В произвольной программе было интересно смотреть на каждую спортсменку, потому что каждая проживала свою роль. Уверена: такой уровень постановки связан с тем, что Яковлевы прошли хорошую школу в балете на льду, у них другой образовательный уровень, широкий кругозор, большой жизненный опыт, другая душевная составляющая.

Команда «Парадиз» всегда отличалась именно глубокими постановками, новизной эмоций. Сегодня в мире тренерские программы в целом довольно поверхностные, я бы сказала: интерпретивные. Все примерно рассуждают так: а давайте придумаем нам образ, например мы куклы, мы заводные игрушки. Далее ставится программа на эту тему, которая вроде бы интересная, но на

У нас в России уменьшение количества команд и спортсменов происходит не из-за конкуренции, а от безысходности

самом деле ни о чем. Сейчас появилось мнение, что публику надо развлекать, что она должна на трибунах в такт хлопать, притопывать, радоваться, а вот классика — это скучно. Я думаю, что это ошибочное мнение, потому что люди испытывают потребность в глубоких программах, сильных чувствах. Другое

дело, если постановка и исполнение не дотягивают до выбранной музыки, тогда зрителям действительно скучно и неприятно на такое смотреть.

— Насколько, на ваш взгляд, наш тренерский состав профессионально отвечает требованиям синхронного катания?

— Тренерский состав в России по своей профессиональной подготовке очень неоднороден. У нас есть тренеры, выросшие в «Парадизе» и готовые работать с командами. Сейчас в Питере успешно работает Татьяна Шикирун с командой «Санрайз». В Екатеринбурге тренеры Елена Мошнова и Наталья Санникова продолжают держать марку, дополняя свой опыт интересными задумками программ. В Оренбурге тренеры очень тщательно работают с командой, обращая внимание на скольжение, линии, постановку. В Казани появилась новая волна тренеров — Регина Суворова, Миля Нарбикова — они катались в командах, поэтому их программы не похожи одна на другую. В Волжске, в Йошкар-Оле работают тренеры, пришедшие из синхронного катания. Московский тренер Дарья Кобазева тоже каталась в «Парадизе», пропустила этот опыт через себя, что позволило вывести команду на другой

уровень. Выпускница «Парадиза» Елена Чернова начала помогать Яковлевым в работе с командой, благодаря чему, возможно, произошел новый толчок, потому что Елена понимает какие-то вещи изнутри, может подсказать, как поставить те или иные элементы.

— **Есть какие-то планы проведения семинаров или мастер-классов для тренеров, чтобы повысить их уровень?**

— На моей памяти такие мастер-классы устраивались два раза в Москве на базе УОР №4 в 2013 и 2014 годах. На эти сборы тренеры приезжали со спортсменами, так что в результате мы получили команду спортсменов из разных городов, с которой проходили все практические занятия. Мы совместно ставили программу, показывали и обсуждали базовые вещи, что и как надо делать. Мне тогда казалось, что тренеры были довольны результатом работы, но на следующий год они не приехали. Может быть, потому что решили, что все уже знают и умеют. На этом проведение таких сборов мы закончили.

На этапах Кубка России мы пытались делать разборы в рамках турнира, но это тоже не пошло, потому что сначала все

состязаются, а потом торопятся на поезд. Я считаю, что нам необходимо найти способ проводить разбор полетов, потому что это принесет всем пользу. Есть смысл посмотреть видео с прокатов команд, разобрать ошибки, рассказать об уровнях, дать какие-то рекомендации и прочее. Никто ничего не собирается скрывать друг от друга, потому что все мы находимся в одной лодке.

У нас из года в год все ставят программы как умеют, потом на первых соревнованиях получают от судей распечатки с минусами и 1-ми уровнями, ловят в коридорах специалистов технической бригады, атакуют их вопросами, потом возвращаются домой и быстро переделывают программу, чтобы на следующем этапе все повторилось опять. В

Синхронное катание основано на умении каждого подстраивать свою скорость и длину дуги под других

результате к чемпионату России все подходят с тем, что смогли поменять и вкатать, а там и сезон закончился.

На мой взгляд, все зависит от той планки, которую перед собой ставит тренер. Спортсмены команды «Парадиз» стремились быть чемпионами мира, и они все для этого делали. А в своей массе у наших тренеров планка попроще: просто приехать на чемпионат России и занять какое-то место. Если бы синхронное катание стало олимпийским видом спорта, тогда, возможно, все зашевелились бы, но сейчас, по сути, все довольны тем, что получают разряды. Настоящее соревнование идет между топовыми командами, которые хотят поехать на взрослые и юниорские чемпионаты мира.

— **Почему в России не проходит ни один международный Кубок?**

— Нет организаторов, желающих взяться за это дело. Если Москва возьмется, то будет здорово. Даша Кобазева говорила о том, чтобы Novice Cup сделать международным турниром, но все упирается в лед, гостиницу, проезд и прочее. Можно было бы сначала сделать этот турнир межклубным, а уже потом предложить его в качестве Кубка ИСУ. Novice Cup очень хороший турнир, душевный.

Саранск тоже мог бы принять такие соревнования, потому что у них есть опыт проведения больших международных соревнований, но они синхронное катание только-только начали развивать. Словом, кто-то должен выступить с инициативой и взять на себя ответственность. Так во всем.

Нашим командам надо больше участвовать в международных соревнованиях, чтобы посмотреть на других, показать себя. На всех турнирах царит просто волшебная атмосфера, это дает очень хорошую мотивацию для занятий. Я понимаю, что сейчас зарубежные поездки обходятся дорого, но в Европу можно доехать поездом или автобусом. Пока у нас в стране спорт бесплатный, пока есть бесплатные 4-6 часов льда, этим надо пользоваться.

Беседовала Марина ЕВДОКИМОВА



Команда «Олимпийский — Юнитис», Москва

Спортивные балеты на льду покоряют новые сердца

Школа-студия «Маска» из Санкт-Петербурга намерена активно включиться в это направление



Направление «спортивный балет на льду» (СБЛ) — относительно новая дисциплина фигурного катания, возникшая более 20 лет назад и активно развивающаяся в последнее время. В России насчитывается около 30 команд, большую часть которых составляют команды из Москвы и Московской области. Команды из других городов России занимают примерно 20% от общего количества. Для сравнения: в США существует более 70 коллективов, во Франции — около 40.

На протяжении многих лет ведутся переговоры о том, что дисциплина СБЛ должна стать самостоятельной частью фигурного катания, и только в последние годы решение коллег ISU сдвинулось с мертвой точки. Основные серьезные чемпионаты по СБЛ стали включать в календарь ISU. Но пока только в раздел Recreational event, или «Рекреационные мероприятия».

Стоит отметить, что первые городские открытые соревнования по фигурному катанию на коньках среди танцевальных коллективов в нашей стране прошли относительно недавно, в 2011 году. До этого можно было принять участие только в фестивалях. К настоящему времени количество ежегодно проводимых мероприятий в Москве, связанных с СБЛ,

выросло до шести. Это Фестиваль танцевальных коллективов на льду памяти Л.Н.Корниенко, Открытые соревнования среди танцевальных коллективов на льду памяти мастеров спорта Л.Новожиловой и С.Глязера, Городские открытые массовые соревнования по фигурному катанию на коньках среди танцевальных коллективов на льду, Открытые соревнования среди танцевальных коллективов на льду, открытые соревнования «Кубок ФФКМ» и Международный фестиваль детских танцев на льду. В прошлом сезоне из иногородних команд приняла участие в соревнованиях только Казань.

«Хотелось бы привлечь к участию команды из всех уголков России, — говорит главный судья соревнований СБЛ Сергей Росляков. — Да, безусловно, →

Итальянская одежда класса LUX для фигурного катания

Платья
для выступлений
Платья
для тренировок
Юбки

Тренировочные
костюмы
Брюки
Перчатки
Аксессуары




SAGESTER
SPORTWEAR

Новая коллекция одежды Sagester в магазинах «Фигурист».
По вопросам оптовых закупок обращайтесь по тел.: +7 495 955-42-28

мы сталкиваемся со множеством трудностей в развитии данной дисциплины фигурного катания. Только в прошлом году мы начали использовать систему судейства, максимально приближенную к международным правилам. Пока не удастся распределить команды по трем категориям: Novice, Junior и Senior. Относительно мировой практики у нас есть еще категории MIX15, смешанная до 15 лет, и MIX15+, смешанная после 15 лет, которые катают только одну программу вместо двух. Однако интерес к СБЛ с каждым годом только увеличивается. Появляются новые коллективы. Если конкуренция будет возрастать — тогда и за соревнованиями будет интереснее наблюдать и уровень подготовки команд будет расти».

В этом сезоне к участию в соревнованиях присоединится коллектив детского театра на льду «Маска» из Санкт-Петербурга. Это не первое их выступление. Дети уже дважды приезжали в Лужники на Международный фестиваль танцев на льду и возвращались домой с кубком «За оригинальность постановки».

«В этом году мы пришли к тому, что фестиваль — это большой красивый праздник для детей, на который горюшь желанием возвращаться, даря зрителям свои новые номера. Но также хочется, чтобы катание оценивалось по определенным заявленным критериям, поэтому участие в соревнованиях СБЛ для нас — это возможность показать максимум своих достижений, — рассказывает директор школы-студии фигурного катания

«Маска» Екатерина Шестакова. — Конечно, успеть за сезон поставить две программы и их отработать — это достаточно сложно, учитывая тот факт, что, кроме репетиций, приходится заниматься и обычными тренировками на льду и в зале, так как дети к нам в школу приходят, вообще не умея стоять на коньках. Кроме соревнований и фестивалей СБЛ, в программе у нас еще стоит подготовка полноценного часового новогоднего ледового спектакля, а также участие в соревнованиях по фигурному катанию и выполнение спортивных разрядов. В общей сложности дети занимаются по три-четыре раза в неделю. Огромную пользу приносят также летние и новогодние сборы, на которых можно полностью окунуться в творческий процесс и заниматься постановкой номеров. Для многих детей «Маска» — это уже часть жизни, которую нельзя изменить. Это как вторая семья, которая тебя всегда поддержит в любой ситуации. Именно такой крепкий командный дух помогает закрывать глаза на непосильные поставленные задачи и двигаться вперед. Мы надеемся, что со временем мы сможем составить серьезную конкуренцию таким прекрасным командам, как Ice Crystal, «Пингвины», «Алеко» и «Амас», которые являются для нас показательным примером, а впоследствии также выйти и на мировые соревнования».

Здесь важно отметить, что балеты на льду и театры на льду в разных странах, по сути, выполняют функцию некоего

промежуточного института, осуществляющего грамотную профессиональную подготовку фигуристов, не показывающих блистательных успехов в спорте, или детей, слишком поздно пришедших в фигурное катание, или фигуристов, не обладающих необходимыми физическими данными для большого спорта. При этом существуют разные категории команд, каждая из которых имеет возможность выступать на местных, региональных или даже международных соревнованиях. Таким образом, балеты или театры на льду увеличивают количество людей, занимающихся фигурным катанием, при этом вовлекая их в захватывающий и интересный тренировочно-соревновательный творческий процесс.

В России, особенно в городах-миллионниках, построено много ледовых арен, количество которых с каждым годом только растет. Общее число крытых ледовых арен в России — более 400. Численность детей, занимающихся фигурным катанием в России, — более миллиона человек. Из них добиваются серьезных успехов в спорте только единицы. Остальные либо со временем уходят в синхронное катание, либо в профессиональные шоу на льду, другие и вовсе бросают этот замечательный вид спорта. В случае успешного развития спортивного балета на льду в России можно будет сохранить навыки и желание тех детей, которые не смогли пробиться в большой спорт. ■

Хронология проведения соревнований по дисциплине СБЛ в мире:

- 1998, май: 1-й чемпионат Франции по балету на льду в Тулузе;
- 1999, май: создание Технической комиссии Национального балета на льду;
- 1999, сентябрь: создание ежегодного семинара по балету на льду (для судей и тренеров-хореографов);
- 2003, сентябрь: 1-й Международный семинар судей, тренеров, хореографов, организованный FFSG, в Тулузе. Присутствовали представители Испании, Франции, Италии, США;
- 2005, декабрь: 2-й Международный семинар балета в Тулузе с последующим созданием TOIICC (Theatre On Ice, Международного координационного комитета);
- 2006, апрель: 1-е официальное заседание TOIICC в Ницце. Присутствовали представители США, Испании, Франции, Австралии;
- 2006, июнь: создание Комиссии по спортивному национальному балету в Альп-д'Юэз (Франция);
- 2006, октябрь: 3-й Международный семинар театра на льду (Бостон, штат Массачусетс), организованный US Figure Skating Theatre on Ice;
- 2008, май: 10-й чемпионат Франции по балетам на льду;
- 2010, апрель: 1-й Кубок мира по балетам на льду (Тулуза, Франция);
- 2011, апрель: 2-й Кубок мира по балетам на льду (Хайаннис, США);
- 2013, апрель: 3-й Кубок мира по балетам на льду (Логроньо, Испания);
- 2015, апрель: 4-й Кубок мира по балетам на льду (Коломб, Франция);
- 2017, апрель: предполагается проведение 5-го Кубка мира по балетам на льду (Анн-Арбор, США).