



Карен КЮРЕГЯН: Большой теннис воспитывает гармоничных людей

Сам факт, что в 1993 году Карен Кюрегян выбрал для проживания именно Ярославль, существенно повлиял на развитие большого тенниса в нашем городе. При участии Карена Кюрегяна в Ярославле стали появляться первые открытые корты, а затем и спортивные комплексы. Но сам Карен Гарегиневич постоянно напоминает собеседникам, что он в первую очередь тренер. А уж потом организатор, строитель и функционер. Именно поэтому мы начали разговор с простого вопроса: зачем теннис нужен человеку?

Внимание и трудолюбие

— Карен Гарегиневич, принято считать, что на первую тренировку по теннису ребенка приводят родители, тогда как в секции других спортивных игр он приходит сам.

— Так оно, как правило, и есть, но почему только в теннисе? Сегодня это стало национальной традицией — как можно раньше задействовать детей в спортивной деятельности. На мой взгляд, в ранней специализации нет ничего особенно привлекательного. Во всяком случае в нашем виде спорта. Оптимальный возраст начала занятий — шесть-семь лет, причем нужно учитывать и индивидуальные особенности ребенка. А до того момента ему полезнее, к примеру, плавать, заниматься гимнастикой или посещать занятия группы раннего физического развития.

— Необходимо ли при этом учитывать, что в дальнейшем ребенок собирается заниматься теннисом?

— Думаю, что в этом нет не только необходимости, но даже и возможности. Теннис — уникальная спортивная игра. И в первую очередь тем, как в ней используется зрительный анализатор. Если вы имеете серьезный опыт занятий любым видом спортивных игр, то, наверное, знаете, что одним из первых навыков владения мячом или шайбой является отсутствие зрительного контроля. Полагаться здесь нужно только на тактильные ощущения, а зрение использовать для оценки игровой ситуации: положение партнеров и соперников, состояние секундомера, знаки тренера... В теннисе все совершенно наоборот: прямой взгляд всегда идет на мяч, а игровая ситуация оценивается исключительно пе-

риферическим зрением. Но мяч по отношению к теннисисту всегда находится то далеко, то близко, что непрерывно тренирует аккомодационный аппарат его глаз. Я не готов утверждать, что это сохраняет зрение ребенка на сто процентов, но в моей практике были случаи, когда дети на наших занятиях избавлялись от небольшой близорукости — заболевания, в наше время ставшего уже практически эпидемическим.

Вторая специфика этого вида спорта — то, что тактильного контроля в нем нет: игра идет через предмет... Человек устроен так, что ему привычнее все делать руками. И вот представьте себе, что ваша рука стала на полметра длиннее, в пять раз шире и больше по площади и к тому же имеет несколько другие степени свободы. Я, конечно, веду речь о ракетке. Чтобы такой модифицированной «рукой» успевать ко всем мячам, нужно быть очень пластичным человеком. Что в свою очередь требует гармоничного развития всех мышц. Теннисисты редко могут продемонстрировать рельефную мускулатуру, но их мышцы выдают максимальный КПД — именно за счет пластичности и гибкости.

Еще одно базовое качество, развиваемое в теннисе, — выносливость. Игра может продолжаться до пяти часов — все это время теннисист двигается, причем движения не размеренные, как, например, у бегуна. У него задействованы все группы мышц в режиме постоянной мобилизации. Подсчитано, что за игру теннисист иногда преодолевает расстояние, равное марафону.

— Давайте поговорим о качествах характера, развиваемых в теннисе. Принято считать, что это «игра аристократов», в которой не место эмоциям...

— Отчасти это так и есть — в нашем виде спорта не принято проявлять бурные эмоции. Ребенок в течение нескольких лет формирует свой игровой потенциал — и первая радость приходит к нему, когда у него начинают получаться все элементы, которые обеспечивают ему возможность побед. И тут еще нет речи о соревнованиях — дело в том, что даже просто играть в теннис можно, только полностью освоив все его технические приемы. Мы же прекрасно знаем, что есть виды спорта, в которых путь к победам лежит через природную одаренность и владение несколькими коронными элементами. В теннисе снова «все наоборот»: успех приносит ежедневная работа над всеми базовыми элементами, их улучшением, постоянной шлифовкой. Поэтому терпение, любовь к работе — это практически единственное требование, которое я предъявляю к своим ученикам. К тому же сам режим игры — циклический. Четыре-пять ударов — и нужно готовиться к следующему розыгрышу. Необходимо умение мгновенно мобилизоваться и так же быстро расслабляться, абстрагироваться от происходящего, управлять своим вниманием. Если теннисист постоянно напряжен, ему просто не хватит той выносливости, о которой мы только что говорили. В итоге теннис трансформирует не только тело, но и личность: настоящий теннисист все доводит до идеального состояния. Навык шлифовки своей игры переносится на любую сферу деятельности. Мне, например, жена запрещает что-либо делать по дому — для этого есть специалисты. Но посуду после застолья мою только я. И я гарантирую, эта посуда будет потом настолько чиста, что ее можно брать за эталон.

В советское время практически все мои воспитанники получали высшее образование — они просто не могли себе позволить плохо учиться. А затем этот навык переносился и на другие сферы жизни.

Звания, рейтинги, деньги

— В какой-то момент увлечение теннисом переходит в стадию спортивной карьеры. Спорт еще не способен создать благосостояние для молодого спортсмена, но уже требует от него вложений для того, чтобы хотя бы ездить на соревнования. Поэтому что не будет соревнований — не будет рейтинга. А не будет рейтинга — не будет и прогресса...

— Тут тяжесть финансовой нагрузки ложится скорее не на самого спортсмена, а на его родителей. И это серьезная тяжесть: чтобы стабильно прогрессировать и набирать рейтинговые очки, нужно около сорока тысяч долларов в год — только на инвентарь и поездки. Хорошо, что у нас есть муниципальная школа: здесь дети не платят за аренду зала — а это 800 рублей в час, им бесплатно предоставляются мячи и платят зарплату тренерам... Но еще интереснее то, что когда спортсмен пробивается в элиту и начинает зарабатывать, его затраты не уменьшаются, а растут! Если футболиста или хоккеиста в команде мастеров обслуживают тренеры, ассистенты тренера, массажисты, врачи, диетологи и плюс к тому он получает некоторое количество денег, то теннисист на свою зарплату содержит всех: начиная от личного тренера и заканчивая агентом и массажистами. То есть говорить о красивой жизни лучших теннисистов вряд ли возможно. Это скорее тяжелая жизнь. Чело-

век содержит себя и еще дает работу десяткам людей — практически ни в одном виде спорта такого не встретите.

— Может быть, дело в том, что государство, как и в советские времена, не видит в теннисе перспектив?

— В советское время теннис не был олимпийским видом спорта, поэтому уровень его был высоким, а освещение в СМИ — «по остаточному принципу». При всем этом государство обеспечивало нам возможность проводить почти треть года на сборах, что создавало очень хороший уровень конкуренции и позволяло лучшим игрокам показывать результаты мирового уровня. Трудности были в основном идеологического порядка — чтобы составлять конкуренцию западным звездам, нужно было выезжать за границу.

— Если вернуться к теннису, можно ли говорить о том, что наш город способен создать прорыв в этом виде спорта? Или все по-прежнему замыкается на столицах?

— Сейчас в этом смысле в Ярославле дела обстоят очень неплохо. Когда я приехал сюда в 1993 году, здесь было практически нигде заниматься. Сегодня построено огромное количество баз, и они никогда не пустуют, интерес у людей не просто не падает — он растет. Но перспективы наших спортсменов, что занимаются сегодня в выпускных группах ДЮСШ, в большей степени зависят от финансовых возможностей их родителей. Когда по уровню дохода средней семьи мы приблизимся к Москве и Санкт-Петербургу, наши спортсмены сумеют составить конкуренцию сверстникам не только в стране, но и в мире.

Хоккей. После смены главного тренера «Локомотив» провел две встречи — уже под руководством нового ио главного тренера Александра Ардашева. Дома «железнодорожники» уверенно разобрались с рижскими динамовцами — 4:0. На выезде уступили челябинскому «Трактору», пропустив за две неполные минуты две шайбы и сумев отквитать за оставшиеся полтора периода всего одну. На челябинском льду отличился Антон Ландер.

Футбол. Ярославский «Шинник» на прошлой неделе сумел дважды порадовать своих поклонников. Сначала команда пробила в 1/8 розыгрыша Кубка России, в серии пенальти одолев представитель РФПЛ — клуб «Сочи». Затем одержала победу в игре с московским «Спартаком-2». Победный гол во втором тайме записал на свой счет Тимур Пухов. После этой победы «Шинник» сумел подняться на четвертое место в турнирной таблице ФНЛ.

Баскетбол. В воскресенье в Ярославле закончился еще один предсезонный баскетбольный турнир — «Кубок Дружбы», в котором помимо «Буревестника» принимали участие только экс-чемпионы Суперлиги России. Наша команда впервые в истории сумела одержать победу над «Востоком-65» из Южно-Сахалинска (88:84), в упорной борьбе взяла верх над «Университетом-Югрой» (81:79), но во второй день турнира уступила «Спартак-Приморью» — 71:92. Команда из Владивостока заслуженно увезла кубок на берега Тихого океана. «Буревестник» с двумя победами финишировал вторым.

Фехтование. В четверг и пятницу в СОК «Атлант» проходили соревнования по фехтованию на рапирах. Они были посвящены памяти нашего земляка Михаила Бородин. На 22-м по счету турнире встретились более трехсот сильнейших молодых рапиристов из шестнадцати регионов России. Четверо лучших рапиристов обеспечили себе право участия в международных соревнованиях в составе сборной России. Правда, их имена станут известны, когда пройдут еще три аналогичных турнира: два — в Москве, один — в Казани.