

Фигуры на воде



СЛОЖНЕЙШИЙ И КРАСИВЕЙШИЙ ВИД СПОРТА — СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ — ПОКА МАЛО ЗНАКОМ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ. ДОЛГИЕ ГОДЫ СПОРТСМЕНКИ НЕ БАЛОВАЛИ НАС МЕДАЛЬНЫМИ БЛЕСКОМ, ОДНАКО, КАК ТЕПЕРЬ КАЖЕТСЯ, ПОЯВИЛСЯ СВЕТ В КОНЦЕ ТУННЕЛЯ.

В КОНЦЕ 2018 ГОДА **ЕЛЕНА СВЕТЛИЧНАЯ** СМЕНИЛА НА ПОСТУ СТАРШЕГО ТРЕНЕРА ПО СИНХРОННОМУ ПЛАВАНИЮ НАТАЛЬЮ САХАРУК. И ПЕРВЫЕ УСПЕХИ НЕ ЗАСТАВИЛИ СЕБЯ ЖДАТЬ. НА ЭТАПЕ МИРОВОЙ СЕРИИ В КАЗАНИ В 2019 ГОДУ СБОРНАЯ КОМАНДА ЗАВОЕВАЛА ЧЕТЫРЕ МЕДАЛИ. НО САМЫМ УСПЕШНЫМ В КАРЬЕРЕ БЕЛОРУССКИХ

СИНХРОНИСТОК СТАЛ ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ СРЕДИ ЮНИОРОВ, КОТОРЫЙ ПРОШЛЫМ ЛЕТОМ СОСТОЯЛСЯ В ПРАГЕ.

ВПЕРВЫЕ В ИСТОРИИ НА СОРЕВНОВАНИЯХ В ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «ФИГУРЫ» ВСЕ ЧЕТЫРЕ ЛИДИРУЮЩИХ МЕСТА БЫЛИ ЗАНЯТЫ НАШИМИ МОЛОДЫМИ СПОРТСМЕНКАМИ. ПРИЧЕМ ВАСИЛИНА ХОНДОШКО, ЗАВОЕВАВШАЯ ЗОЛОТО, ПОВТОРИЛА ДОСТИЖЕНИЕ ПРЕДЫДУЩЕГО ГОДА. ПРОРЫВ СОВЕРШИЛИ ДЕВУШКИ И В ГРУППЕ, ВПЕРВЫЕ ЗАНЯВ 4–Е МЕСТО В ПРОИЗВОЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И СОСТАВИВ ДОСТОЙНУЮ КОНКУРЕНЦИЮ ВЕДУЩИМ СПОРТСМЕНКАМ ИСПАНИИ И ИТАЛИИ.

Сегодня среди юниоров мы занимаем четвертую позицию в европейском рейтинге, — говорит Елена Викторовна. — Это значит, что в техническом плане наши спортсменки хорошо подготовлены. «Фигуры» были отдельным видом программы. Там девочки выступали без костюмов и музыки, а в черных купальниках и белых шапочках, и тем не менее смогли удивить судей. А в нашем субъективном виде спорта это немаловажно. Но в наступившем сезоне вместо «фигур» появится другой вид программы — акробатическая группа «хайлайт», он более зрелищный, именно к этому сейчас стремятся во всех видах спорта.

Сегодня в белорусском синхронном плавании олимпийских лицензий нет. Чудо еще возможно?

Да. За путевку мы будем бороться в квалификационном турнире, который должен был состояться в конце апреля — начале мая, но перенесен на неопределенный срок. Думаю, что состоится через год.

Если удача будет на вашей стороне, вновь набрать форму к Олимпиаде успеете?

За три месяца можно спуститься с пика и вновь подняться. Но надо учесть, возможности у нас ограниченные. В отличие от чемпионатов мира и Европы, где есть 10 комплектов медалей, на соревнованиях Олимпиады разыгрываются только два комплекта — в дуэтах и группах, техническая и произвольная программы суммируются.

Реальные шансы попасть только в дуэте, потому что разыграются 22 лицензии, а у нас на чемпионате мира была 15-я позиция. В группе шанс мизерный — всего 10 мест получают лицензию.

Наступил тот момент, когда нужно подтянуть некоторые технические элементы, на шлифовку которых

К СОЖАЛЕНИЮ, УСТОИ ТЯЖЕЛО ЛОМАТЬ. ЧТОБЫ СПОРТСМЕНКА ВЫИГРАЛА, СТРАНА РЕГУЛЯРНО ДОЛЖНА ПОПАДАТЬ В ТОП СИЛЬНЕЙШИХ



обычно не хватает времени. К примеру, внести корректировки по исполнению винтов и выталкиваний ни за пару дней, ни за неделю невозможно.

Сейчас к квалификационному турниру мы готовили Василину Хондошко и Дарью Кулагину. В прошлом году они выиграли у более опытных соперниц. Выступавшие на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро Ирина Лимановская и Вероника Есипович после окончания университета физической культуры перешли на тренерскую работу.

Наиболее солидный возраст, в котором завоевывалось олимпийское золото в синхронном плавании, — 28 лет и 210 дней: именно столько было сестрам-близнецам Карен и Саре Джозефсон, когда этот дуэт из США победил на Играх XXV Олимпиады в Барселоне в 1992 году.

У нас девушки выступают, пока учатся. Дальше не видят смысла, если не являются лидерами.

Сейчас в Беларуси подрастает молодое поколение. Конечно, девочкам еще надо поднабраться опыта. Но, к примеру, имя Василины Хондошко уже у специалистов на устах. Она себя ярко зарекомендовала и в соло, и в дуэте. Нам пророчили, что она завоюет пальму первенства и в престижной произвольной программе на последнем для нее юниорском первенстве континента. Но, видимо, судьи, как и прежде, побоялись нарушить традиции и вывести белоруску в лидеры.

К сожалению, устои тяжело ломать. Чтобы спортсменка выиграла, страна регулярно должна попадать в топ сильнейших. Нам же пока конкурировать с признанными грандами сложно.

В России сильнейшая в мире школа, на чемпионате страны выходят на старт 400 спортсменок, у нас в лучшем случае человек 80 наберется. Очень влияет отношение к виду спорта в стране. Поэтому равняться на Россию не имеет смысла. Там совсем другая подготовка. Девочки в буквальном смысле слова живут в стенах бассейна, в

школу не ходят, учатся дистанционно. Нам такое никто не позволит. Почему россиянки тренируются круглосуточно и не жалуются на судьбу? Потому что на место каждой участницы сбора всегда могут подключить кого-нибудь из резерва. Там огромная скамейка запасных.

Во Франции насчитывается 560 клубов, 18 тысяч занимающихся. Для сравнения, у нас в Минске одно отделение и одна школа, еще есть отделения в Бресте и в Гомеле. Но наши тренеры преимущественно минчане, поэтому ехать развивать синхронное плавание в областных центрах никто не хочет. В лучшем случае на местах обходятся своими силами. Кадровый вопрос в регионах у нас стоит остро.

С 2000 года на Олимпиадах российская команда не знала поражений. Неудивительно, что и тренеры востребованы.

Сейчас и украинских специалистов везде достаточно. Не так давно украинские спортсменки не отличались отменной техникой, уступали в «фигурах» и нашим девушкам, зато превосходили многих грандов в акробатике. Пробились на Олимпиаду в Рио-де-Жанейро, а год назад в дуэте и группах стали призерами чемпионата мира и завоевали золото в «хайлайте». Если есть большое количество именитых спортсменок, вскоре появляется такое же количество востребованных тренеров.

К сожалению, наши соотечественники призеров чемпионатов мира и Олимпийских игр еще не готовили.

Кто-то удивил существенным прогрессом?

Семимильными шагами идет команда Израиля. Она сумела привлечь финансы и топовых тренеров. Известно, что с девушками работает знаменитый испанский специалист Анна Торрес. Команда постоянно проводит сборы в Испании.

Почему «синхронный» бум долгие годы наблюдается в Европе?

Там любят различные шоу. Синхронницы не гоняются за результатами, им нужен праздник, красота, зрители и аплодисменты. Они уделяют внимание и хореографии, и акробатике, и плаванию.

В нашем варианте шоу — это первенство страны?

Да. Мы проводим соревнования в разных возрастах. Для маленьких детей обычно устраиваем новогодний праздник в виде сказки. Представление адресовано преимущественно самим девочкам и их родителям.



С советских времен синхронное плавание включено в представление в Московском цирке на проспекте Вернадского.

Сейчас в Москве выступают с шоу-программой и в торговом центре. У нас совсем другие реалии, функциональные обязанности и цели. Тренер — не режиссер с большой командой помощников. У каждого педагога идентичные задачи: набрать, научить, передать в высшее звено.

Ваше отношение к набирающему обороты мужскому синхронному плаванию?

Не очень... Кто-то сравнивает этот вид с выступлением артистов балета. Но балет — совсем другое дело. Артист хоть как-то одет, а спортсмен только в плавках — это неэстетично. Тем не менее у некоторых ребят программы выглядят очень зрелищно. Международная федерация плавания идет навстречу развитию, потому что количество просмотров в YouTube увеличивается в геометрической прогрессии.

В Китае и Испании сейчас этот вид на подъеме, Франция набирает обороты. У нас совсем другая картина. Я, например, сразу сказала, что на себя такую ответственность не возьму. Энтузиастов, готовых серьезно заняться этим видом, не наблюдается. К тому же с мальчиками нужна совершенно другая физическая работа, и в группе с ними работать тяжело. Девочки более координированные и развиваются быстрее.

Как привлечь занимающихся?

Обычно мамы девочек счастливы: отдадут дочь в тот вид спорта, где она получает всестороннее развитие. Реально наши дети могут показать класс и в гимнастике, и в плавании.

У нас один из самых сложных видов спорта. Если пловец преодолевает километраж и уходит отдыхать, гимнастка-художница может по 8 часов растягиваться и заниматься с предметами, то нашим девочкам надо все это сочетать вдобавок еще с акробатикой и хореографией.

Наши подопечные находятся по 8–10 часов в воде. И это определенно давит на психику. Спортсменки, пытаясь согреться, постоянно теряют энергию. Трудно найти баланс: ни в чрезмерно теплой, ни в холодной воде работать невозможно, а нейтральную температуру не всегда удается поддерживать. Многие новички не выдерживают заданной нагрузки и борьбы со стихией и прекращают тренировки. Остаются только поистине фанатичные люди.

В синхронное плавание можно прийти из других видов спорта и добиться успеха?

Конечно. Наиболее предпочтительные шансы у спортсменок, умеющих плавать и получивших подготовку в танцах. Гим-



настки-художницы эффектно, хорошо растянуты, но от чрезмерной гибкости они плохо чувствуют воду.

Те, кто пришел из спортивной гимнастики, лучше осваивают водную среду, потому что у них уже сформирован мышечный корсет. Честно признаться, я и сама начинала со спортивной гимнастики. Пришла в синхронное плавание поздно — в 10 лет и за пару лет освоила все элементы.

Варианты случайной победы в синхронном плавании допустимы?

Нет. Есть виды спорта, где соперники падают и один человек остается вне конкуренции. У нас это невозможно. Мы, конечно, желаем, чтобы судейство было объективным, и надеемся, что современные виды технической оценки вскоре будут внедрены, но система пока находится в стадии разработки.

Насколько сложно оценить выступление по достоинству?

Надо учитывать исполнение элементов над

водой, под водой, движения руками, ногами, синхронность, вертикальное положение, отклонения в градусах (если специально — то плюс, не специально — минус), геометрию — в общем, очень много нюансов. Люди не успевают следить за всеми компонентами сразу.

Иногда смотришь выступление и кажется, что спортсменки демонстрируют предел человеческих возможностей.

Когда мы научимся бегать по воде — вот это и будет предел.