



Более двадцати лет Олег Васильевич Остапенко является одним из самых авторитетных и знаковых тренеров в мировой женской спортивной гимнастике. В свое время украинский специалист подготовил двукратную олимпийскую чемпионку Татьяну Лысенко. На Играх -92 в Барселоне его подопечная завоевала золотые медали в командном первенстве и на бревне, а также бронзу за опорный прыжок. Четыре года спустя на Олимпиаде-1996 в Атланте ученица Олега Остапенко — Лилия Подкопаева дважды поднималась на высшую ступень пьедестала. Она не оставила соперницам никаких шансов в абсолютном первенстве и вольных упражнениях, а также завоевала «серебро» в соревнованиях на бревне. В начале 2000-х Остапенко произвел фурор в спортивном мире, приведя в элиту женской спортивной гимнастики никому не известную ранее, бразильскую национальную команду. Появление гимнасток Дайаны Дос Сантос, Даниэлы Иполито, Даис Соузы и Жаде Барбозы укрепило его имидж, как тренера «умеющего делать звезд». Сегодня Олег Васильевич является главным тренером женской национальной команды Республики Беларусь по спортивной гимнастике. Вместе со своим коллегой Николаем Грядовкиным он согласился помочь в осуществлении программы по оптимизации отечественной спортивной гимнастики, ставшей в свое время «золотым фондом» не только мирового, но и олимпийского движения. С наставником сборной встретилась корреспондент «НС».

Олег ОСТАПЕНКО,

главный тренер женской сборной Беларуси по спортивной гимнастике:

«Советская школа спортивной

— Олег Васильевич, женская гимнастика двадцать лет назад и нынче, наверное, очень разнится?

— Гимнастика стала труднее, мощнее и атлетичнее. Но, на мой взгляд, она не стала красивее. Пожалуй, лишь брусья теперь «смотрятся» эффектнее, зрелищнее. Вольные упражнения тех лет мне нравятся больше — они были более гармоничные, более «хореографичные». Я часто просматриваю видеозаписи тех лет и могу сказать, что отдаю предпочтение гимнастике Советского Союза. Для меня — это красота движений, точность, когда расставлены все акценты. А сейчас этого нет, потому что пошел упор на технику, на атлетическую акробатику.

— Можно ли утверждать о каких-либо глобальных тенденциях, характерных для нынешнего времени?

— Сегодня четко просматривается тенденция оттока спортсменок из этого вида спорта. Думаю, это связано с тем, что гимнастика стала более сложной и для достижения результата требуется намного больше сил и терпения. К этому не всегда все готовы. Плюс — отрицательно сказались кризисы. Канула в историю такой мировой лидер, как румынская гимнастика, после развала Советского Союза потерялись белорусская и украинская школы. Россия еще пытается быть на плаву, но и у них проблемы. На лидирующие роли

вышла Америка. А все это сказывается на конкуренции, ее становится все меньше и меньше. Теперь не очень сложно предсказать, кто из спортсменок будет в финалах на отдельных снарядах, а в многоборье их вообще остались считанные единицы.

— Почему так сместился гимнастический вектор?

— Это ни для кого не секрет. В Америку уехало огромное количество тренеров из Европы, ведь туда приглашали самых лучших. Там создано огромное количество частных спортивных клубов. Сегодня в Америке и Канаде просто гимнастический бум, очень много детей приходит в спорт. Советская школа спортивной гимнастики стала образцом для подражания в Америке. Американцы из нее взяли лучшее, особенно селекционный метод через массовость в спорте. Ведь когда через гимнастические залы проходят тысячи ребят, то легче высмотреть одну-две звездочки. Теперь на постсоветском пространстве эта си-



стема разрушена. И чтобы поднять ту же белорусскую гимнастику, надо начинать с регионов. Нужно именно там искать маленькие таланты, и их затем передавать дальше. Начинать что-то делать на уровне уже существующей национальной команды — слишком поздно.

— То есть, не надо изобретать велосипед, а нужно просто вспомнить советскую модель?

— Беларусь, как не очень большая страна, всегда обходилась небольшим количеством тренеров и гимнастов.

Но здесь всегда регионы отличались сильными специалистами, педагогами с большой буквы. У каждого тренера было по 1-2 девочки, и в результате складывалась хорошая сборная. Теперь ситуация иная: слабые центры — слабые наборы. Сейчас надо опять все начинать сначала, искать, приглашать, устраивать тренеров. И еще значительная проблема — дефицит мужчин-тренеров. Женщинам самим не справиться, они могут работать в эстетическом плане, а мужчины должны отвечать за технику, силовую подготовку. Еще один проблемный вопрос: для большой эффективности в работе необходима обязательная учеба молодых специалистов. Лично я себя почувствовал тренером лишь после того, когда много времени провел в зале рядом с маститыми наставниками советской сборной. А к



Гимнастики стала образцом для подражания в Америке»

тому времени я уже проработал тренером больше двенадцати лет. Я вижу здесь молодых специалистов, у которых «плаза горят», но им еще учиться и учиться.

— Но свет в конце тоннеля все же просматривается?

— Я просмотрел на соревнованиях практически всех девочек 2002-2003 годов рождения — именно с ними есть смысл начинать работать. Есть несколько способных, но, что бы так сразу сказать «ах!» — увы, не скажешь. Я их привлекаю на сборы, присматриваюсь. Надо видеть, как они реагируют на нагрузки, как выдерживают. Гимнастика — трудный вид спорта, во многом искусственный. Вот в чем проблема. Это не легкая атлетика, где бег, прыжки являются естественным состоянием. Здесь всему

надо учить и учиться. А есть еще страх, который надо преодолеть, и много всего другого, которое «надо».

— Олег Васильевич, так чем завлечь юные дарования, как удержать?

— Конечно, главное, чтобы девочка хотела тренироваться, хоть это и очень сложная работа. У наставника должен быть педагогический дар, чтобы внушить юной спортсменке, что они хотят многого достичь. И третья составляющая — это родители. Папы с мамами должны помогать и придерживаться нужной логики: если дети начали тренироваться всерьез, то им надо идти до конца, а не при первых же слезах включать «песню про жалость». Только так становятся гимнастками.

— Следовательно, должны присутствовать мощные амбиции трех сторон: спортсмена, тренера и родителей. И тогда все возможно...

— У девочек амбиции, как правило, на словах. Сначала «хочу», а потом оптимизм пропадает — и куда деваются всякие амбиции?! Так что работы у нас много. Но я знаю, что могу здесь принести пользу. Улучшения будут — в этом я не сомневаюсь. Мне очень хотелось бы, чтобы мой труд воплотился во что-то серьезное. По крайней мере, я полон оптимизма. А когда человек задался определенной целью, то он должен стремиться ее достичь.

Беседовала
Татьяна ПОДБЕРЕЗСКАЯ



Официальный партнёр
Белорусской ассоциации
гимнастики



Генеральный партнёр
Белорусской ассоциации
гимнастики



Генеральный партнёр
Национальной команды
Республики Беларусь
по художественной гимнастике

