

Наставник будущих мужчин

➤ К Сергею Щербнину на тренировки мальчишки приходят даже в гипсе



– ХОРОШИЙ парень – еще не профессия, – говорит своим воспитанникам Сергей Щербнин. И требует от них приложения сил к природным задаткам.

Он тренирует мальчишек и девчонок от семи до четырнадцати лет в секции дзюдо клуба «Цунами». Название у клуба неофициальное, как и эмблема: несколько лет назад краткое имя спортивной детско-юношеской школе олимпийского резерва № 8 в районе Калмыкова дети придумали сами. Авторы названия еще продолжают заниматься в клубе – не успели вырасти. Недавно появились и майки с эмблемой, и Сергей Щербнин, бывая в соседних сороковой и шестьдесят седьмой школах, не нарадуется, когда на переменах чуть не каждый третий – в такой майке. Его дядя.

На стене в клубе – таблица спортивного рейтинга воспитанников, от которого зависит, например, возьмут ли летом в спортивный лагерь. Думаете, отмечают достижения? Нет: настойчивость. Может не быть природных задатков или просто ты сегодня в плохой форме. Но пришел же трудиться – молодец, плюсики против фамилии. Считаешь, что можно на одной тренировке позаниматься, а другую пропустить ради стрелялки в компьютере? Получай за отсутствие минуса. Пришел, чтобы перед папой отчитаться, а сам норовил на матах повалиться и другим мешал? Пустой кружок в строчке: зря потратил свое и чужое время. А в конце года – подведение итогов, вручение призов. Представьте, действует. Даже в дни отмены занятий из-за морозов или карантина могут прибежать. Конечно, не только из-за строгой дисциплины: клуб – общение по интересам, и тренер дает возможность воспитанникам встретиться – сам приходит пораньше. Но сказывается и тренерская требовательность. Сергей Щербнин пацанам объясняет: возьмите, к примеру, олимпийца. Если он, как вы, разгоряченный, выскочит на мороз без шарфа да с мороженым и сляжет – подведет и команду, и страну. А его к Олимпиаде

четыре года готовили. Делайте выводы: если вы в спорте, то и за здоровье свое ответственны – болезнь редко одолевает того, кто не поддается.

Однажды случилось совсем уж немислимое: первоклашка после травмы, с гипсом, настоял, чтобы родители проводили его на тренировки – не хотел терять набранные очки. Сергей Валерьевич не ожидал такого поворота: болезнь у них принимается как уважительная причина отсутствия. Но настойчивость надо было поддержать, и он дал посильные задания: нога в гипсе – качай пресс и спину. И надо же: выходит мальчишка с тренировки, а навстречу – другой воспитанник, тоже в гипсе. Нашлось дело и ему.

Сергей Валерьевич пацанов понимает: сам мальчишкой пришел в спорт через «нелзя». И отправную точку помнит: как-то в продленке его десятой левобережной школы мальчишки начертили квадрат – «татами» – и выталкивали друг друга из него приемчиками. Что-то среднее между дзюдо и сумо. Просился в игру – не взяли. Стал настаивать – его тут же уронили. Ну, ясное дело: все года на два-три старше его. Месяца через три он, уже подучившись, сам предлагал им сразиться по правилам, да кто его, мелкого, всерьез будет принимать? Отказались все. Правда, по одному он обидчиков все равно отлупил, но скоро понял, что ощущение силы – в другом: если сам осознаешь свою силу, то ее и противник уважает. Зачем же тогда драться – может, договориться? Драться он стал реже, потому что нашел применение силам: после того поединка в продленке твердо решил заниматься карате.

Этим боевым искусством в середине восьмидесятых грезил все мальчишки. Да вот беда: не нашлось в городе такой секции. Он согласен был и на дзюдо, но тренер Александр Фигловский – перешедший директор спортшколы № 8 – не хотел брать за несмышляныша. На переговоры первоклашки Щербнин ходил сам, но, не добившись результата, на уговоры взял родителей. Те понимали, что это не столько его, сколько их шанс – способ держать сына в рамках: мама Татьяна Павловна весь день в детском саду,

отец Валерий Николаевич, теперь уже покойный, работал на калибровочном заводе. А у сына все интересы – бомбочки, рогатки, футбол, дневник весь исписан красным за поведение. И убедили тренера.

Но через год, когда Сергей уже был серебряным призером первенства города, Фигловского перевели на правый берег. Так далеко ездить второклашке не отпускали, а другие тренеры с маленьким работать отказывались. Спасибо, приняла Людмила Чеботарева – пусть это была секция акробатики, но она не дала остыть мальчишескому запалу, помогла остаться в спорте. Через два года, снова серебряным призером городского первенства – уже по акробатике, он вернулся в дзюдо: нынешний депутат городского Собрания и декан факультета физкультуры МаГУ Роман Козлов начинал тренерскую карьеру, набрал пацанов. Здесь Сергей наконец-то оказался в группе ровесников. И младший брат Анатолий за Сергеем потянулся, позднее стал мастером спорта, призером международных соревнований. Правда, позднее ушел в бизнес, зато теперь он первый спонсор всех спортивных щербнинских затей.

В первый же день тренировки у Романа Козлова Сергей Щербнин получил хороший мужской урок. Несмотря на тринадцатилетнюю разницу в возрасте, они к тому времени были уже несколько лет знакомы: занимались дзюдо у разных тренеров. Прежде это давало право приветствовать Романа на равных: «Здорово, друган!» Это самое «Здорово, друган!» Щербнин при первой же встрече выдал давнему товарищу в его новом тренерском статусе. И получил выволочку: мол, выйди и вернись, поздоровайся как должно. Он подчинился беспрекословно: урок принял. И высоко ценит другой урок Александра Фигловского и Романа Козлова – их усилиями в девять лет удержались позиции спорта, когда городу было не до него. Дзюдо в Магнитке едва дышало, тренеры уходили в бизнес, бронза Сергея Горбунова на первенстве Урала казалась вер-

хом достижения. Это означало, что у новичков не стало ориентира: ушло поколение спортсменов, не осталось заоблачных результатов. А теперь что ни год – новые призеры страны: Павел Юнусов, Максим Лобырев.

Детвора видит, что пробиться в сборную России – реально, можно выйти на европейский, мировой, олимпийский уровни. Секции дзюдо остаются бесплатными. Летом все большой семьей выезжают на базу в Абзаково, участвуют в тренировочных сборах, все клубы объединены под началом федерации дзюдо, сборная города не пропускает ни одного значимого соревнования в регионе и стране – вместе Крым и Рим прошли. Раздельно выступают только на клубных турнирах, где клубный дух достигает вершины. Но и в это время укрепляется командный дух: если кто-то пропускает тренировки, ребята сами их обзванивают – надо готовиться. Все за одного, один за всех.

Приводя к Щербнину сыновей, родители часто просят: сделайте из него мужчину. Но это же совместный труд: ну, не спустит тренер мальчишке, что пока тот по дороге на тренировку пинает снежные комья – бабушка несет его ранец. И в летний лагерь не возьмет: сам с семи лет каждый сезон – в «Юности», с дежурствами, заправкой постелей, самостоятельной стиркой, и воспитанников приучает к ответственности за себя. А в семье почему не догадаться объяснить, что рядом с бабушкой он уже мужчина, и портфель надо самому нести?

Хотя – всех под одну гребенку не причешешь. Есть у Сергея Щербнина необычный воспитанник. Пришел случайно: мальчишка как мальчишка, семь лет, ничего особенного. Ему разрешили на первый раз посидеть-посмотреть, а он норовил отвлечь тренера, предьявить свои способности. Тому не до него: тренировка – не травмировался бы кто. Пацан ждал – переоделся в шорты и майку и – давай крутить в зале сальто назад, вперед, боком. Да с большим отрывом от земли, с четким приземлением. Ни дать ни взять Алексей Немов – прославленный гимнаст, четырехкратный олимпийский чемпион, только маленький.

– Ты откуда такой прыгучий?
– У нас на квартале диван распоротый, я на нем с паркурщиками прыгаю.

Если сам осознаешь свою силу, то ее и противник будет уважать

Конечно, записал его Щербнин в дзюдо: по всему видно, перспективный. А он через время стал занятия пропускать. И всякий раз объяснения одно фантастичнее другого. Но интонация такая доверительная, что умом понимаешь – врет, а прислушаешься. Ну как вам история про отсутствие на занятии из-за ограбления квартиры? Приходит он домой, а там вор сидит на столе, скрестив ноги, – мальчишка детально описал позу Доцента из «Джентльменов удачи» в эпизоде встречи подсадного пахана в тюремной камере.

– Я ему хотел заднюю подножку, а он выскочил в окно, – заканчивает наш герой.

– А на каком вы этаже?
– На третьем...

Совсем заврался: то ли огня в жизни не хватало, то ли он сам мальчигоном. Были и жестокие розыгрыши: однажды в ответ на предупреждение тренера, что с пропусками не видать ему олимпийских медалей, договорился до того, что отец ему не родной, а отчим. А родной живет в Москве – чемпион мира по дзюдо. Или по самбо. Что-то в этом роде. Так что парень не пропадет. После у тренера был разговор с отцом.

Однажды пацан пропал из поля

зрения на два года и вдруг появился снова – но совсем другой. Куда делась россказни и пропуски занятий – переболел? Занимается серьезно, становится призером всероссийских соревнований. Если приложит еще усилий – может стать звездочкой.

Многое будет зависеть и от тренерского опыта. Первые годы Сергей Щербнин считал: перспективных надо сразу запускать в соревнования – прибавится мастерства. С годами присмотрелся к работе и прислушался к советам признанных спортсменов, в том числе в других видах спорта, – легендарного штангиста-олимпийца Василия Алексеева, тренера российской сборной по дзюдо Валерия Вострикова, который привел страну к трем золотым медалям на чемпионатах мира – никто его успеха не повторил. Благодаря их науке Сергей Щербнин понял, что новичка надо сначала сформировать как спортсмена. «Соревнования – большой стресс», – говорил Василий Алексеев. Бог дал человеку ведро нервов – если его опустошить в детстве, что взрослому останется? Ему вторил Востриков: «Общая беда российского спорта – детей кидают в соревнования, как в котел, не успев дать психологическую и техническую закалку, а после оставляют сильнейших». А для ребенка первое состояние, как допинг, – на всю жизнь. Если понял, что победил, потому что много трудился, он на всю жизнь запомнит это ощущение завоеванного успеха. Без этого – только ощущение случайной удачи или незаслуженного поражения. А тренер в ответе за справедливую оценку труда воспитанника.

И высоких планок для тех, кому Богом дано, тренер не отменяет. Призеры российских и зарубежных соревнований двадцатипятилетняя Анна Павлова и семнадцатилетняя Валерия Давыдкина, по мнению тренера, достигли многого на фундаменте, заложенном родителями и первыми тренерами – Ольгой Платоновой, Михаилом Макаровым, Натальей Прокопьевой. Могут достичь куда большего: участия в Олимпийских играх. Подруги Павловой по сборной боролись на чемпионатах мира и Европы, а у нее ни разу не выигрывали. Неправда, что амбиции спортсмену мешают: как раз тот случай, когда это хороший довесок к трудолюбию.

Для тренера их результаты – зеркало его работы. Те же Павлова и Давыдкина: их достижения – самые высокие в его тренерской карьере. Благодаря перспективным ученицам Сергей Щербнин расширил свой опыт, наблюдая работу спортивных наставников на международных соревнованиях, видел, как тренируют олимпийцев. Очень интересная техника у японских тренеров. Сергей старается не пропускать семинары с их участием. Для мастера важно окунуться в профессиональную среду, дополнить практикой почерпнутое из литературы. Поэтому Сергей Щербнин присматривается к опыту не только товарищей по цеху, но и лыжников, гимнастов – есть ведь во всех видах спорта общие методики. Недаром обучение новичка начинается с классики, а уж после – индивидуальная работа. И Сергею Щербнину неважно, с новичком работать или уже заявившем о себе: горели бы глаза. Конечно, у каждого свой потолок, но кто знает его заранее? Поэтому первое сентября тренер всегда встречает как начало новых открытий.

И еще один штришок к портрету: в конкурсе на лучшего детского тренера Магнитки в минувшем учебном году Сергей Щербнин назван победителем @

АЛЛА КАНЬШИНА
ФОТО > ДМИТРИЙ РУХМАЛЕВ

➤ Я не знаю, как побеждать других. Я знаю, как побеждать себя. Ямамото ЦУНЭТОМО