



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

29.06.2015 18:06

«Спорт по-женски»



В преддверии большого международного спортивного события в области пожарно-спасательного спорта - XI Чемпионата Мира, который пройдет в Санкт-Петербурге - мы побеседовали с тренером женской сборной ЦСК МЧС России, мастером спорта по пожарно-прикладному спорту Игорем Михайловичем Шамаевым, которому в этом году присвоили почетное спортивное звание «Заслуженный тренер России».

Каково это тренировать женщин?

По возрасту они мне в дочери годятся. Отношусь к ним, соответственно, как к своим детям. Я их всех люблю, старюсь девочкам помочь, но поблажек не делаю. Они мне все родные, поэтому в свободное время могу и по душам поговорить.

Какие впечатления были от первой тренировки женской сборной?

Для меня, как для тренера это все было абсолютно новое, но подход девушек к делу вызвал у меня интерес. Я увидел их «горящие глаза», стремление понять механизм этого спорта и огромное желание. В работе тренера это самое главное, когда ты видишь отдачу и чувствуешь, что твои спортсмены готовы работать на результат.

Если сравнивать мужчин и женщин, в чем принципиальное различие в подходе к тренировкам и соревнованиям?

Нагрузка не такая сильная, по сравнению с нормативами у мужчин. К примеру, на соревнованиях женщины поднимаются на 2 этаж, у мужчин это 4. На стометровке также вместо высокого забора - барьер, а вот с пожарной лестницей женщины не бегают на соревнованиях. Вес пожарной лестницы 8, 5 килограмм, но на тренировках девочки пробуют дисциплину, и даже берут вес больше. Пожарно-спасательный спорт так развивается, что скоро и девушки побегут с лестницей. Мы должны быть готовы.

Говоря о тренировках, девочки выносливее, чем мальчики. Удивительно, но я от них вообще не слышал об усталости. Они не говорят, что у них что-то болит, проще говоря, не жалуются на спорте, конечно, нет понятия мужчина и женщина, в первую очередь, ты - спортсмен. Но выносливость девушек меня просто поражает! Я видел их слезы только от обиды, если они не смогли хорошо выступить, но чтобы от нагрузок-никогда!

Каковы ваши основные принципы в работе, как тренера?

Безусловно, спортивные результаты очень важны, но в первую очередь я стараюсь с помощью спорта воспитать не только физически крепких людей, но и привить высокие моральные и нравственные качества.

Скоро самое главное событие года - XI Чемпионат Мира по пожарно-спасательному спорту в Санкт-Петербурге, какие задачи поставлены?

