

ДУХ И СИЛА. ВОЛЯ И РАЗУМ

Валентина Серебрякова

Недавно в нашей газете была опубликована заметка "Сила есть, с умом проблемы". Сегодня мы предлагаем интервью с тренером высшей категории по восточному единоборству Кудо детско-юношеской спортивной школы "Темп" Алексеем Аникушиным. Возможно, кое-кто после прочтения этого материала поймет, что есть другие возможности для собственного проявления, и что сила и ум должны идти бок о бок и развиваться в гармонии.

- Алексей, мы сегодня будем говорить о многом, но давайте начнем с разъяснения: что же такое Кудо, чем оно отличается от других видов единоборств?

- Кудо - современное контактное боевое единоборство, созданное в 1981 году японцем, мастером восточных единоборств Адзумой Такаси на основе его знаний о карате киокусинкай, борьбе дзюдо, тайском боксе. В настоящее время Кудо - это динамично развивающийся спортивный вид восточных боевых единоборств, признанный в Российской Федерации и других странах мира. Кудо, как вид единоборств, является кандидатом на включение в олимпийские виды спорта. На сегодня Россия - лидер в этом единоборстве. На последнем чемпионате мира Россия заняла первое командное место. Второе - Япония, причем с большим отрывом. Самое сильное юношеское Кудо - в Приморье. Здесь такой уровень соревнований! Кудоисты также могут принимать участие в соревнованиях по боксу, кикбоксингу, рукопашному бою.

- В своей работе разделяете ли вы достижение спортивных успехов и какие-то воспитательные моменты, или все взаимосвязано?

- Я тренирую 13 лет и, анализируя свою работу, понимаю, что все больше углубляюсь в педагогические аспекты. На первом этапе тренерской деятельности меня больше интересовали результаты ради победы. Морально-волевые и патристические качества были на втором плане. Сейчас все иначе. То, что раньше казалось вторичным, выходит на первый уровень и где-то даже не пересекается со спортивным результатом. Это пришло с возрастом и опытом. Тренерская мотивация ничуть не меньше, чем стремление спортсмена к достижению каких-то целей. Возможно, достигнув для себя каких-то поставленных ранее рубежей, тем более на уровне поселка, понимаешь, что этого более чем достаточно. Когда-то первоначальные цели казались туманными, были где-то там за горой, но, достигнув их, я почувствовал некое опустошение. Таким был прошлый год, когда мои ребята выиграли соревнования даже на тех уровнях, на которые я не рассчитывал. Был один победитель чемпионата России и два серебряных призера. И вот результат достигнут, а дальше что? И теперь понимаешь, что все-таки важнее то, что они получили не в физическом плане, а в моральном и психологическом. Важно то, что наравне с физическим совершенством они за годы тренировок приобрели еще и верные морально-этические ориентиры.

- С какого возраста мальчикам лучше начинать занятия Кудо? Все ли задерживаются в стенах спортивного зала надолго, или многие исчезают после нескольких тренировок?



- Согласно теории, оптимальный возраст для начала занятий - 10 лет. Но мы принимаем ребят разного возраста. Вообще сегодня проблема - привлечь ребенка в спортивный зал. Как правило, он приходит, насмотревшись телевизора, наслушавшись посторонних фантазий, ему все представляется красивым и несложным. Конечно, когда на экране герой с легкостью укладывает троих - это впечатляет. Мальчишка даже не подозревает, каким трудом это достигается. На самом же деле каждое посещение спортзала подразумевает монотонное, однообразное повторение какого-то действия, движения, что для психологии ребенка очень сложно.

ют свои навыки. Мысль об опасности и удар - это доли секунды. И я сожалею, когда узнаю, что жертвами спортсменов становятся обычные парни. Особенно огорчает, когда это происходит в пьяном состоянии. Но обобщать, что все, кто владеет приемами единоборств, - потенциальная угроза обществу, не стоит. Убить или искалечить человека может любой - палкой, камнем, ножом. И таких случаев по России гораздо больше.

- В вашей практике были случаи, когда кто-то из учеников пользовался своими физическими преимуществами несправедливо?

- Случаи были разные. Вот, например, недавно приезжали роди-

спортзал: чтобы добиться спортивных успехов или просто кулаки набить?

- Если парень пришел на тренировку с целью добиться какого-то авторитета среди сверстников путем избиений, унижений более слабых, то он не продержится в секции. Мой опыт показывает, что такие подростки не выдерживают каждодневных нагрузок, не справляются, потому что первоначальный посыл был другим: не достичь спортивных высот, а перенять пару приемов и запугивать тех, кто слабее. Такие "бойцы" быстро исчезают и продолжают на этом уровне самоуверждаться. Что касается спортсменов, то каждый из них знает горечь поражения, боль, знает эту цену, поэтому они десять раз подумают, прежде чем кому-то нанести вред. С другой стороны, если вас провоцируют на конфликт, и вы не видите другого пути решения, его надо решать жестко. У каждого человека есть понимание, что такое хорошо и что такое плохо. Другое дело, что понятия эти могут быть искажены неправильным воспитанием и нездоровой обстановкой в семье. А вообще такова натура мужчины, что он должен отстаивать свое достоинство, защищать близких людей, иметь смелость прийти на помощь. Если ты понимаешь, что ситуация может нанести тебе вред, например, их пятеро, а ты один, можно и убежать в крайнем случае, но людей этих надо запомнить, чтобы потом убедить их в том, что они были не правы.

- Но все ли ваши ученики стремятся к спортивным высотам?

- Нет, не все. Некоторым это даже не надо, они не за тем приходят. Кто-то в сложном переходном возрасте от недостатка родительского внимания или из-за отсутствия отца в семье пытается таким образом восполнить этот пробел. Мальчику в период, когда идет процесс самоутверждения, необходимо мужское общение, мужской совет, и, как правило, это даже читаемо в глазах детей. Тренер для него, однозначно, авторитет. Кроме того, парень вливается в мужской коллектив, уже имеющий традиции.

- Алексей, как вы считаете, служба в армии идет молодым людям на пользу? Вы своим ученикам рекомендуете отдать долг Родине? Сами вы служили?

- Я учился в институте Академии физкультуры, поэтому службу не

проходил. Когда поступил в Академию, подчеркиваю, что это было начало 90-х, там было такое непростое положение, как и во всей стране. Три этажа общежития были заселены студентами, а на остальных комнаты либо пустовали, либо там жили криминальные элементы. И в спортивной академии есть своя специфика. Там учатся не самые интеллектуально одаренные люди. В общежитии жили борцы, боксеры, несколько тяжелоатлетов, в общем - "стальной кулак". Для меня, провинциального парня, который был влюблен в свой спорт, было нелегко смириться с многими событиями, происходившими там. Я так рвался в эту Академию, впереди было столько незавоеванных вершин. В результате ощутил разочарование. Свою "армию" в институте я прошел в плане жизненного опыта - физического и психологического. Сейчас думаю, что, пройдя службу, возможно, я бы раньше пришел к некоторым вещам касательно восприятия окружающей действительности. Своим ученикам я однозначно рекомендую отслужить в армии. Даже тем, кто считает себя творческой натурой. У меня был подопечный, который учился в художественной школе и хотел реализоваться в этой области. Перед ним встал выбор: идти служить в армию или не идти. Я ему сказал: "Женя, надо идти". И, возможно, где-то до него достучался. Он сейчас служит. Я был у него на присяге. Его отец благодарил, сказал, что мне, как тренеру, удалось вырастить в нем стержень. И это, считаю, главное в моей работе. Сейчас в спецназе ГРУ служит еще один наш известный спортсмен - Даниил Иванов. Попасть в такие войска дано не каждому.

- Каким важным качеством должен обладать мужчина?

- В первую очередь - честность по отношению к себе. Ребятам говорю: если вы что-то сделали и поняли, что совершили ошибку, надо признаться в этом себе. Это большой шаг к победе. Но если еще вы признаетесь в этом человеку, которому нанесли обиду, будет полная победа. Жизнь - это постоянная борьба с соблазнами, зависимостями. Если вы способны бороться с ними, значит, чего-то стоите.

- Что вызывает у вас уважение к людям?

- Уважаю такое качество, как самодостаточность. Стараюсь в себе его развивать, поддерживать. Неважно кто ты - сантехник или губернатор, ты должен быть удовлетворен своим видением жизни, своими делами. Достоинство без самовозвышения - вот что важно. Вдвойне уважаю тех людей, которые, добившись успеха в жизни, могут и за себя постоять, и никак не станут это демонстрировать и кричать об этом на каждом углу.

- Воспитание духа и воли бойца Кудо как-то связано с понятием патриотизм?

- По этому поводу могу процитировать слова президента Федерации Кудо России Романа Анашкина: "Цель Кудо - это воспитание гражданина России - сильного, здорового, обученного, любящего своих родителей, учителей, друзей, гордящегося своей национальностью и верой, способного сделать Родину процветающей и защитить ее при угрозе. Личности, обладающие здоровыми амбициями, честолюбием, вооруженные необходимыми для современного мира знаниями и навыками, имеющие крепкое здоровье, способные выдержать интеллектуальные и физические нагрузки нашего времени, а самое главное - любящие людей". Это цель, и мне к этим словам добавить нечего.



Чтобы оптимально научить движению, нужны месяцы и годы тренировок. Им кажется, что научиться можно быстро, а на самом деле надо долго и упорно отрабатывать. Вот здесь и срабатывает воспитательный фактор - хочешь чего-то добиться, работай над собой.

- Сейчас в СМИ обсуждаются два уголовных дела, когда во время двух разных конфликтов чемпионом рукопашного боя и боксёром были убиты два парня. Что вы думаете по этому поводу?

- Считаю, что во всех случаях нужно разбираться без акцента, кто в конфликте физически более подготовлен. Внутри себя понимаю, что обученный боец не имеет права использовать свои знания рукопашного боя в решении проблем и всячески избегать физического контакта. Также понимаю, что в критической ситуации боксёр или каратист автоматически применя-

тели одного парня из Суражевки. Жаловались на двух пацанов из того же поселка, которые якобы ходят к нам в зал. Мол, они начали у вас заниматься, а в поселке ведут себя безобразно. На самом деле парни пришли только на две тренировки, поняли, что это тяжкий труд, и исчезли. У людей же срабатывает стереотип - ребята пошли в секцию и теперь кулаками на улице размахивают. Этих мальчишек я вызвал на откровенный разговор. На данном этапе вопрос удалось уладить. Позже я сказал родителям пострадавшего, что это не застрахует их сына от других подобных ситуаций, которые могут возникнуть вновь. Вы покопайтесь в проблемах семьи, все идет оттуда. Что-то было упущено в воспитании, если ребенок становится объектом нападок и не может постоять за себя.

- Как опытный тренер, вы можете быстро понять, для чего пришел мальчишка в