

«СПОРТ – ЭТО ЖИЗНЬ, ЦЕЛАЯ ЖИЗНЬ, И ДАЖЕ НЕМНОГО БОЛЬШЕ» Спорт

ЮБИЛЕЙ ТРЕНЕРА-ВОСПИТАТЕЛЯ ОЛЕГА ТИМОФЕЕВИЧА КОСЕНКО

Олегу Тимофеевичу Косенко, тренеру-воспитателю сестрорецкой спортшколы, ни за что не дашь 70 лет. Для воспитанников он старший товарищ и советчик. Его негласно называют золотым фондом школы.

«Раньше спорт был основным занятием для детворы. Других развлечений было мало. Много афиш висело про спортивные мероприятия, приглашали на соревнования по академической гребле, мотокроссу и др. Это сейчас – одни надоевшие артисты мелькают. Журналов много было про спорт. В «Физкультуре и спорте» интересно описывались различные соревнования, трудности на дистанциях. А для мальчишек всё, что трудно – привлекательно».

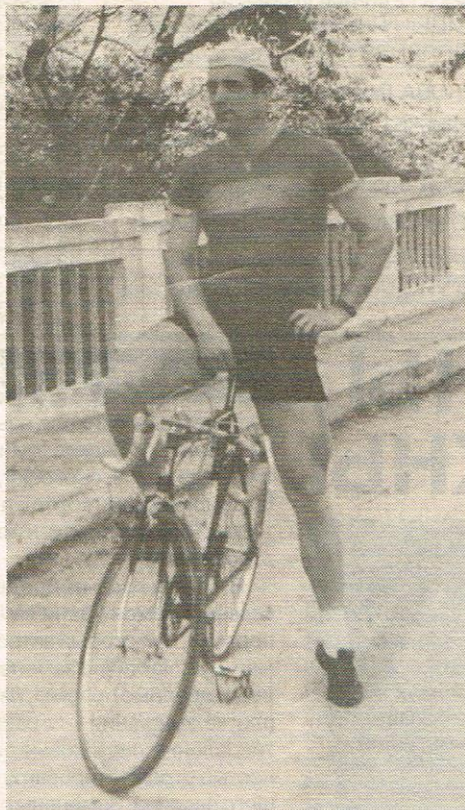
Стихийно создавались дворовые команды. Тренеры ходили по дворам набирать ребят в секции.

Он начал с хоккея. Во дворе пацаны сами заливали каток, играли класс на класс. Его заметили и пригласили в «Крылья Советов» на хоккей с мячом. Выдали коньки, клюшки, и 2 года Олег выходил на ледовое поле.

Причём, все виды спорта, которыми занимался Косенко, по его выражению, были «под разрядом»: в борьбе – 2-й, в хоккее – 3-й.

«Нам нравились круглые жетоны разрядников. Раньше принято было носить значки мастера спорта. Это сейчас считается пихонством. Давались награды не просто. Чтобы получить мастера спорта, надо завоевать с 1 по 4 место на международных соревнованиях не только в Вологде и Орле, как сейчас. Пройтись к пьедесталу было сложно. Спортсмены «трубили» в поте лица. Мы на тренировках по 200 – 240 км гоняли. По 8 часов катались. А сейчас ребята всего по 60, 80 км проезжают. 120 км для них – всё, предел. Мы уезжали в 10.00, возвращались в 8 вечера».

Раньше существовала мужская возрастная группа спортсменов по 27 лет. Мы видели, какая у них нагрузка. Они приезжали в мыле. Вот это был пример для пацанов! Мы жили спортом, это было наше дело, наш мир. Как церковь для верующих. Мы занимались ради того, чтобы преодолеть трудности. Стать мастером спорта было почётно. Деньги не играли никакой роли. А ещё мы отстаивали честь клуба. Мы – динамовцы! Мы любили всё это».



Он всегда новичков, пришедших в секцию, написать в тетрадке, чего они хотят добиться. Владимир Кореньков в своё время написал, что пришёл просто покататься. А потом выиграло самолюбие. Как-то его не взяли на сборы. Так он разозлился и решил доказать, что может выиграть. И доказал, опередив на гонках ребят, которые усиленно тренировались на сборах.

«Он почувствовал вкус победы и... стал спортсменом. Это характер. В основном все мои ребята такие – с характером. Мы их не подбирали и не отбирали, а воспитывали»

О каждом из своих воспитанников Олег Тимофеевич говорит подробно, с любовью. Создаётся впечатление, что в судьбе каждого мальчишки он принимал самое прямое участие, был им отцом родным.

Максима Крикливого, очень талантливого и многообещающего спортсмена, после тяжёлой болезни тренер убедил изменить жизнь в пользу здоровья. Это сейчас многие нацелены на результат во чтобы то ни стало. Но парень не пропал, и тренер продолжал помогать ему в жизни. Максим стал бизнесменом, дружит со своим наставником до сих пор.

Костя Кавалеров учился на автослесаря в ПТУ. Зимой тренер заставил его бегать на коньках. «Подарил» своему тестю А.В. Макарову – засл. тренеру по конькам. Костя стал ездить на тренировки из Колпино и таким способным оказался, что за один год попал в сборную юниоров.

«Я детский тренер, я на первом этапе готовлю ребят к чемпионству. А станут они чемпионами или нет – зависит от многого. У каждого есть свои возможности. Например, скоростные качества даются от природы. А в спорте скорость – основное. А вот выносливость, координация, ловкость – развиваются».

Ко всем ребятам отношусь одинаково, по-человечески. А нагрузки даю дифференцированно. Учиту, кто сколько выдерживает. Как сердечко, давление? Дозирую нагрузки. Давление повышается – даю два дня отдыха до гонок. Серёжа Морозов в горах прекрасно ездил. Колумбийцы очень удивлялись. У него была такая химия. Организм так работал, что все процессы протекали без кислорода».

Я пришёл к выводу, что те, кто хорошо учится, толковыми спортсменами становятся. А те, которые не очень смысленные, – и в спорте середнячками получаются. У меня тест был. Зачитывал четверостишие, а потом по секундомеру ребята должны были записывать стихи на память. Спортсмену нужна реактивность, сообразительность. В спорте всегда была выбраковка. А сейчас этому меньше уделяется внимание, поэтому и результаты не ахти. Надо сначала с родителями познакомиться. Ведь наследственность имеет огромное значение... Одно дело – занять детей, отвлечь от улицы. А другое – выявить лучших и помочь вырасти лидерами, чемпионами».

С. Дюшорин