

приходится двигаться все же больше!"



2000 год. Кипр. "Тренировка" Спартака. Олег РОМАНЦЕВ и Александр ЩЕГОЛЕВ. Фото Александра ВИЛЬФА, "СЭ";

*Первый сбор любой команды после зимнего отпуска, будь то межсезонье, как прежде, или
пауза
в
чемпионате
,
как
теперь
,
неизбежно
в
значительной
степени
посвящен
не
самому
любимому
футболистами
делу
-
физической
подготовке*

- Тренер по физподготовке - обязательная боевая единица в тренерском штабе команды или можно прожить и без него? - вопрос многолетнему рулевому "Спартака".

- Я так не считаю. Все зависит от того, как главный тренер выстраивает свою работу и как расставляет в ней акценты. Однажды меня пригласили на один из телеканалов, где в беседе бойкая ведущая задала мне точно такой же вопрос, с которого вы начали наш

разговор. Ответ практически не отличался от только что услышанного вами. Но девушка продолжала настаивать на том, что "Спартак" и Романцеву для полного счастья обязательно нужен по этой части опытный специалист. Пришлось объяснять ей, что такие зубры, как Бесков и Лобановский, у которых мне довелось поучиться, готовили своих игроков, не прибегая ни к чьей помощи. А она, словно не желая меня слышать, - опять за свое. По окончании же передачи мне рассказали, что муж ведущей - по профессии тренер по физподготовке и на тот момент оказался без работы. Лишь тогда ее настойчивость стала мне понятна.

- А если серьезно, почему все-таки вы не доверяли даже часть тренерской работы кому-то другому?

- Попробую объяснить. Для меня всегда было очень важно чувствовать, как футболисты переносят нагрузки, видеть их реакцию на предложенную программу. К примеру, я знал, что "максималка" - занятие с повышенным физическим напряжением, которое обычно практиковалось на первом сборе в Израиле, - воспринималась как тяжелейшее наказание. Но поскольку мне довелось работать с игроками, которые были преданы делу, то убеждать их в необходимости подобной "экзекуции", к счастью, не требовалось.

- Но ведь нагружать игроков можно и работой с мячом, что воспринимается ими куда с большим удовольствием.

- Это один из вариантов. Но не стоит забывать - в течение матча футболисту все же больше приходится двигаться без мяча.

- И все-таки, если бы в "Спартаке" вы доверились специалисту, отвечающему за физическую готовность футболистов, как бы распределили с ним тренерские обязанности?

- Я бы отдал ему на откуп не более 15 - 20 минут рабочего времени тренировки. Причем только при условии, что я лично бы наблюдал за всем происходящим.

- Во времена вашей игровой деятельности тренеры по физподготовке были не в чести?

- В "Спартаке" Константин Иванович Бесков был един во всех лицах. Знаю, что Валерий Васильевич Лобановский тоже не доверял никому вопросы функциональной готовности игроков. Но поскольку этому аспекту работы он придавал едва ли не первостепенное значение, тренер киевского "Динамо" и сборной, по-моему, одним из первых прибегнул к помощи научно-методической бригады, на регулярной основе контролирующей состояние футболистов после полученных нагрузок. Тогда это воспринималось как новаторство. Некоторые даже полагали, что Лобановский перебарщивает, что его методы функциональной подготовки вредят футболу, засушивают его, делают игру чересчур прагматичной. А когда Валерий Васильевич ушел, его провозгласили тренером, опередившим свое время.

- Вы, однако, по его пути не пошли.

- Это вовсе не означает, что я против подобного подхода к физподготовке. Просто я вырос на уроках Бескова. А те уроки плюс собственный игровой и жизненный опыт привели меня к выводу, что в процессе закладки скоростной и общей выносливости игроков тренеру важнее всего самому непосредственно чувствовать, буквально кожей ощущать, какова реакция ребят на нагрузки, насколько они их переносят эмоционально и физически.

- Это может быть следствием недоверия к тому, кому поручен участок работы по физподготовке?

- Только в какой-то мере. Главный тренер обязан быть еще и тонким психологом. И если я всецело руковожу тренировочным процессом, то знаю реакцию на него подопечных на все сто. Ведь если команда "не бежит", то спросят не с наемного иностранного или отечественного спеца, а с меня - Олега Романцева.

- А насколько важен авторитет главного тренера в этом процессе?

- Покойный Валентин Иванов говаривал, что если любое занятие проводит не он, а кто-то другой, то эффективность затраченного труда не превышает пятидесяти процентов. А Валентин Козьмич был очень скромным человеком.

- То есть вы хотите сказать, что, кроме первого лица в команде, все остальные для футболистов не авторитет?

- Вы слишком упрощенно поняли сказанное мною. Тем не менее от истины недалеко.

ТРЕНЕРЫ ПО ФИЗПОДГОТОВКЕ КЛУБОВ ПРЕМЬЕР-ЛИГИ

Клуб

Тренер по физподготовке

Страна

Возраст

Срок работы

ЦСКА

Паулино ГРАНЕРО

Испания

42

С 2010 года

АНЖИ

Арно Филипс

Голландия

37

с августа 2011-го

ЗЕНИТ

Альберто БАРТАЛИ

Италия

49

С 2010-го

КУБАНЬ

Виталий МИЛЮТИН

Белоруссия

47

С 2013-го

ТЕРЕК

Владимир ПАНИКОВ

Россия

43

С сентября 2011-го

СПАРТАК

Эду ДОМИНГЕС, Хавьер Нойа САЛЬСЕС

Испания

44, 30

С января 2012, 2013-го

РУБИН

Рауль ГОНСАЛЕС-РИАНЧО

Испания

52

С декабря 2008-го

ЛОКОМОТИВ

Мильенко РАК

Хорватия

65

2012

ДИНАМО

Петре ЛАЗАРЕСКУ

Румыния

42

С августа 2012-го

КРАСНОДАР

Николай ПРИЙМАК

Россия

36

С февраля 2008-го

РОСТОВ

-

АМКАР

Андрей РАЗИН

Россия

50

2000

ВОЛГА

-

КР. СОВЕТОВ

Александр ГРАЧЕВ

Россия

35

2013

АЛАНИЯ

-

МОРДОВИЯ

Юксель ЕСИЛОВА

Турция

44

С декабря 2012-го