

Московский ФИГУРИСТ

№2 (71) 2024

Электронную версию
журнала
читайте на сайте
www.ffkm.ru

ВЕСТНИК ФЕДЕРАЦИИ
ФИГУРНОГО КАТАНИЯ
НА КОНЬКАХ ГОРОДА МОСКВЫ



СИЛЬНОЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ
НИНА ЖУК

ЗНАЙ НАШИХ!
ЕКАТЕРИНА
РЫБАКОВА —
ИВАН
МАХНОСОВ

МНЕНИЕ
ЕЛЕНА ЖГУН

МАССОВЫЙ СПОРТ
ЭВОЛЮЦИЯ
ВИДА

ТЕХНОЛОГИИ
СЕКРЕТЫ
ЗРЕЛИЩНОЙ
ПОСТАНОВКИ





**В АВАНГАРДЕ РАЗВИТИЯ
ВЕЛИКОЙ СТРАНЫ!**

WWW.BAM1.RU | INFO@BAM1.RU | +7 495 510-22-11



Уважаемые коллеги! Друзья!

Пройдет еще несколько дней, и новый сезон стремительно войдет в нашу жизнь: для спортсменов и тренеров — подготовкой к первым ответственным стартам, в ожидании которых на всех катках Москвы уже вовсю кипит работа, а для руководства Федерации — решением разноплановых проблем, которые жизнь ставит перед нами постоянно. Однако я уверен, что для каждого из нас новый сезон — это всегда ожидание новых возможностей и новых перспектив, которые придадут нам бодрость и надежду. Бодрость, потому что поставлены амбициозные цели и задачи, и надежда — как ожидание успеха в результате проделанной большой и трудной работы. Думаю, нам всем надо верить в свой потенциал, каждый день ощущать себя победителем, способным решить любую проблему, выполнить любую задачу. Просто надо помнить, что мы сами строим свою жизнь, что для наших творческих планов нет пределов, кроме тех, которыми мы сами себя ограничиваем. Новый сезон — это новое путешествие за вдохновением и успехом. Верьте в себя! И все получится.

*Искренне ваш,
Антон Абдурахманов*

Московский ФИГУРИСТ

Президиум Федерации фигурного катания на коньках г. Москвы:

Президент
Абдурахманов Антон Викторович
Вице-президенты
Иванов Олег Александрович
Устинов Кирилл Игоревич
Ответственный секретарь
Вереземская Ольга Ивановна

Члены президиума ФФКМ:
Аксенов Эдуард Михайлович
Баранова Дарья Дмитриевна
Волкова Людмила Сергеевна
Жгун Елена Вячеславовна
Кандыба Светлана Петровна
Маркова Ольга Дмитриевна
Росляков Сергей Сергеевич
Тихонов Алексей Владимирович
Ткалина Вера Николаевна
Ушакова Елена Юрьевна
Харченко Анна Вадимовна
Честных Александр Анатольевич
Эйсмонт Елена Николаевна

Журнал «Московский фигурист» №2 (71) 2024 год

Учредитель: ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «ИНТЕРЛЕД»

Издатель: ООО «ИД «Звездный бульвар». Адрес издателя:
117246, г. Москва, проезд Научный, дом 19, эт. 2, комн. 6Д, оф. 76

Адрес редакции: 121351, г. Москва, ул. Молодогвардейская,
д. 63Б, стр. 2. Адрес редакции (для писем): mosfigurist@mail.ru

Главный редактор: Ольга Вереземская

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору
в сфере связи, информационных технологий и массовых
коммуникаций (Роскомнадзор). Регистрационный номер и дата
принятия решения о регистрации: серия ПИ № ФС77-86936
от 04.03.2024 г.

Отпечатано в ООО «ОК Пресс»: 127322, г. Москва, Яблочкова
ул., дом 21, корпус 3, этаж 5, помещение X, комната 2А.

Заказ № 1508. Дата подписания в печать — 30.07.2024

Дата выхода в свет — 15.08.2024. Тираж 2000 экз.

Журнал распространяется на территории Российской Федерации.
Бесплатно. Может содержать материалы 12+



Фото на 1-й обложке:

Екатерина Рыбакова — Иван Махносов —
чемпионы Первенства России 2024 года в танцах на льду
(фото: Александр Виноградов)

СОДЕРЖАНИЕ

4 НОВОСТИ ФФКМ

СИЛЬНОЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ

Ледовая одиссея

К 90-летию легендарной
фигуристки

Нины Алексеевны Жук



16 ЗНАЙ НАШИХ!

Не ведая преград

Екатерина Рыбакова —
Иван Махносов:
«Мы будем добиваться
всего максимально»

24 МНЕНИЕ

Новый возрастной ценз

Главная интрига 2026 года
Елена Жгун



30

ГЛАЗАМИ ТРЕНЕРА

Парный элемент

Тодес, выброс,
подкрутка
и поддержка —
как это делается?

42 ДИСКУССИЯ

Задача не для всех

Эдуард Самохин:
«Танцы на льду — это уникальный
вид фигурного катания,
основанный на ювелирной
технике скольжения»

46 МАССОВЫЙ СПОРТ

Спортивные балеты на льду

Эволюция вида

ТЕХНОЛОГИИ

Увидеть музыку, услышать танец

54

Александр
Дружков,
Светлана
Константинова
Секреты
и рецепты
зрелищной
постановки



Президиум провел очередное рабочее заседание

22 мая 2024 года состоялось рабочее заседание президиума по адресу: г. Москва, ул. Дунаевского, д. 8, к. 1, ОАО «Бамстройпуть». В работе президиума приняли участие президент ФФКМ Антон Абдурахманов, вице-президенты: Олег Иванов, Кирилл Устинов, ответственный секретарь Ольга Вережская, члены президиума: Эдуард Аксенов, Людмила Волкова, Светлана Кандыба, Сергей Росляков, Алексей Тихонов, Вера Ткалина, Елена Ушакова, Александр Честных, Елена Эйсмонт, а также почетный член ФФКМ Софья Киташева. В работе президиума приняла участие генеральный директор ФФКМ Нина Мозер.

Председатель спортивно-технической комиссии Светлана Кандыба представила проект документа «Требования РОО «Федерация фигурного катания на коньках» к проведению коммерческих соревнований в г. Москве в сезоне 2024/25 г. для всех проводящих организаций», который был составлен в результате анализа соревнований текущего сезона, проведенного рабочей группой в составе Светланы Кандыбы, Кирилла Устинова и Елены Эйсмонт. Статистика всех проведенных в сезоне соревнований: официальные календарные соревнования — 137, неклассификационные — 53, фестивали — 64. Также в результате анализа были выявлены причины сложившегося дефицита квот на участие спортсменов по спортивным разрядам, который был вызван практикой внесения в расписание квалификационных соревнований неклассификационной нормы «Юный фигурист» под разными названиями, например «Новички», «Первые шаги», «Матрешки» и прочее. В результате соотношение допуска спортсменов к квалификационным соревнованиям сложилось не в пользу спортивных разрядов, что привело к проблеме выполнения и подтверждения старших разрядов. В результате анализа кризисной ситуации рабочая группа

предложила принять документ, регулирующий проведение коммерческих стартов в Москве. По итогам широкого обсуждения этого проекта члены президиума постановили документ «Требования РОО «Федерация фигурного катания на коньках» к проведению коммерческих соревнований в г. Москве в сезоне 2024/25 г. для всех проводящих организаций» принять.

Далее генеральный директор ФФКМ Нина Мозер поделилась информацией о том, что по согласованию с Москомспортом начиная с сезона 2024/25 ФФКМ станет работать на двух платформах ИАС. Спортивный ИАС будет работать в прежнем формате на базе официального календаря соревнований г. Москвы; ИАС для массового спорта будет фиксировать соревнования по синхронному катанию на коньках, спортивных балетов на льду, а также все неклассификационные соревнования. Также Нина Михайловна сообщила, что с нового сезона формат проведения турнира «Битва школ» изменится: спортсмены 2-го и 1-го спортивных разрядов получат возможность по итогам короткой и произвольной программ выполнить или подтвердить свои разряды.

Председатель дисциплинарной комиссии Елена Эйсмонт по следующему пункту повестки, посвященному переходам спортсменов — кандидатов в члены сборных команд Москвы, сообщила, что на текущую дату — 22 мая в ФФКМ — поступило 45 заявлений о переходах спортсменов указанной категории. Президиум утвердил все переходы спортсменов, поскольку их заявления поданы в сроки действия трансферного окна. Также президиум согласился с предложением Елены Николаевны проголосовать в чате президиума по всем заявлениям, которые могут поступить в ФФКМ до завершения действия трансферного окна переходов, а именно до 1 июня.



О требованиях РОО ФФКМ к проведению коммерческих соревнований в городе Москве в сезоне 2024/25 года. для всех проводящих организаций

Президиум ФФКМ постановляет:

1. Включение в Московский календарь соревнований должно быть утверждено комиссией по формированию Календаря ФФКМ и Президиумом ФФКМ до начала сезона 2024/25.
2. Включение новых соревнований в течение сезона 2024/25 возможно при согласовании с комиссией по формированию календаря и одобрении Президиумом ФФКМ (с возможностью голосования онлайн).
3. В случае отмены соревнований, изменения даты проведения соревнований или добавления категорий организатор обязан информировать об этом дирекцию ФФКМ не позднее чем за 30 дней до начала мероприятия. О замене главного судьи соревнований и т.п. организатор обязан информировать дирекцию ФФКМ в письменной форме на официальном бланке организации.
4. При подаче заявки на проведение соревнований организаторы обязаны указать виды фигурного катания на коньках и категории участников.
5. Соревнования должны длиться не менее 7 (семи) часов в день — при проведении соревнований в течение двух дней и не менее 6 (шести) часов в день — при проведении соревнований длительностью более двух дней.
6. В соревнованиях длительностью один день (но не менее 8 (восьми) часов) организатор обязан принять не менее одной категории участников 2-го или 1-го спортивного разряда, число которых должно быть не менее 12 человек в разряде.
7. Соревнования длительностью два дня и более должны включать в себя соревнования для спортсменов 2-го и 1-го спортивных разрядов; количество участников 2-го и 1-го спортивных разрядов должно быть не менее 18 человек в каждом разряде.
8. В заявленных в Московский календарь соревнованиях имеют право принимать участие только те категории участников, которые указаны в Регламенте соревнований (3-й, 2-й и 1-й юношеские разряды, 3-й, 2-й и 1-й спортивные разряды, КМС, МС).
9. Запрещено размещение информации на сайтах www.ffkm.ru, www.sportvokrug.ru о проведении соревнований, которые не входят в официальный Календарь ФФКМ, на странице соревнований, которые включены в Московский календарь.
10. Организаторам соревнований запрещается на сайтах www.ffkm.ru, www.sportvokrug.ru размещать любого рода рекламу и ссылки (за исключением спонсорских), переадресовывающие посетителей на иные сайты, кроме информационных ссылок на онлайн-трансляцию и онлайн-табло.
11. В случае нарушений данных требований комиссия по формированию Календаря ФФКМ при согласовании с Президиумом ФФКМ вправе отстранить организатора от проведения соревнований и отменить соревнования без переноса даты его проведения.

Почетный член ФФКМ Софья Киташева проинформировала членов президиума, что 19 апреля 2024 года состоялся тренерский совет ФФКМ, на котором основным вопросом было рассмотрение списков спортсменов — кандидатов в сборные команды Москвы на сезон 2024/25. Поскольку работа по составлению списков сборной продолжается, то их окончательная версия будет доступна членам президиума не позднее 1 июня 2024 года. Президиум поддержал рекомендацию тренерского совета перенести сроки проведения чемпионата Москвы на первую неделю октября 2024 года.

Обсуждая вопрос подготовки к отчетному общему собранию ФФКМ, президент ФФКМ Антон Абдурахманов высказал предложение назначить дату проведения собрания в октябре 2024 года в любой нерабочий день. Президиум постановил определить окончательную дату на следующем заседании президиума.

Тренерский совет ФФКМ подвел итоги сезона

19 апреля 2024 года прошло заседание тренерского совета ФФКМ, в работе которого приняли участие руководитель тренерского совета Ольга Маркова и члены совета: Ольга Бадяева, Виктория Буцаева, Жанна Громова, Елена Жгун, Софья Киташева, Елена Кустарова, Нина Мозер, Сергей Росляков, а также приглашенные специалисты Светлана Кандыба, Анастасия Ширяева.

Тренерский совет рассмотрел списки спортсменов — кандидатов в сборные команды Москвы сезона 2024/25, которые были сформированы на основании заявок, присланных методистами спортивных организаций. Совет утвердил кандидатуры спортсменов, которые по критериям отбора проходили в сборную. В случаях, когда условия отбора не были выполнены полностью, решение о включении в сборную принимал тренерский совет, в том числе основываясь на распоряжении Москомспорта о том, что если спортсмен в прошлом сезоне был внесен в сборную по решению тренерского совета, а в следующем сезоне условия отбора не выполнил, то по решению тренерского совета его вносить в списки нельзя. В парных видах фигурного катания совет руководствовался своим решением о зачислении вновь образованной пары в сборную команду, если один из партнеров соответствует критериям зачисления.

Тренерский совет принял решение рекомендовать президиуму ФФКМ перенести сроки проведения чемпионата Москвы на первую неделю октября 2024 года, аргументируя тем, что проведение в начале сезона таких крупных московских турниров, как Первенство Москвы (КМС) и чемпионат Москвы (МС), является критерием отбора спортсменов на Всероссийские соревнования и этапы Гран-при России.

Президиум ФФКМ утвердил переходы спортсменов

Президиум 22 мая и 31 мая рассмотрел заявления о переходах спортсменов — кандидатов в члены сборных команд Москвы и постановил:

1. Утвердить переходы спортсменов из одного региона в другой

1. **Алексахин Михаил Владиславович** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Плющенко Евгения Викторовича (АФК «Ангелы Плющенко») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
2. **Жилина Вероника Владиславовна** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Алферовой Людмилы Николаевны (АФК «Ангелы Плющенко») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Алферовой Людмиле Николаевне (АФК «Ангелы Плющенко»).
3. **Золотарев Даниил Евгеньевич** — из Федерации Краснодарского края (ККОО ФФКНК), ГБУ КК «РЦСП по ф/к на коньках», от тренера Федченко Софьи Анатольевны в Московскую федерацию (РОО ФФКМ) к тренеру Федорову Алексею Александровичу (МАФК).
4. **Костылева Елена Валерьевна** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Лютикова Игоря Александровича (МАФК «Легенда») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
5. **Мозалев Андрей Михайлович** — из Санкт-Петербургской федерации (ФФКК СПб) от тренера Давыденко Кирилла Анатольевича (ГБУ ДО СШОР «АФК») в Московскую федерацию (РОО ФФКМ) к тренеру Тутберидзе Этери Георгиевне (МАФК «Хрустальный»).
6. **Николаева Елизавета Васильевна** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Плющенко Евгения Викторовича (АФК «Ангелы Плющенко») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
7. **Пасечник Елизавета Алексеевна** — из Федерации Московской области (ФФКМО) от тренера Горшкова Алексея Юрьевича в Московскую федерацию (РОО ФФКМ) к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне (МАФК «Легенда»).
8. **Пастухов Александр Антонович** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Плющенко Евгения Викторовича (АФК «Ангелы Плющенко») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
9. **Плющенко Александр Евгеньевич** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Плющенко Евгения Викторовича (АФК «Ангелы Плющенко») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
10. **Погодина Арина Вячеславовна** — из Федерации Московской области (ФФКМО) от тренера Мельниковой Елены Владимировны (МАУ СШОР им. Ю.Е. Ляпкина) в Московскую федерацию (РОО ФФКМ) к тренеру Бадяевой Ольге Николаевне (МАФК «Мечта»).
11. **Рубцова Любовь Андреевна** — из Московской федерации (РОО ФФКМ) от тренера Василевского Алексея Георгиевича (ООО «Сет Поинт») в Федерацию Московской области (ФФКМО) к тренеру Плющенко Евгению Викторовичу (АФК «Ангелы Плющенко»).
12. **Садкова Дарья Андреевна** — из Федерации Республики Марий Эл (ФФКК РМЭ), ГБУ РМЭ «СШ по ЗВС», от тренера Золотаревой Анны Дмитриевны в Московскую федерацию (РОО ФФКМ) к тренеру Тутберидзе Этери Георгиевне (МАФК «Хрустальный»).

2. Утвердить переходы спортсменов из одной организации в другую в рамках московских организаций

1. **Ангелопол Валерий Сергеевич** — от тренера Крыловой Анжелики Алексеевны (МАФК «Олимп») к тренеру Линичук Наталье Владимировне (АФК «Ангелы Плющенко»).
2. **Антонышев Владислав Олегович** — от тренера Ушаковой Арины Андреевны (АФК «Ангелы Плющенко») к тренеру Ушаковой Арине Андреевне (МАФК «Мечта»).
3. **Корякова Майя Дмитриевна** — от тренера — Егоровой Елены Владимировны (МАФК «Олимп», отд. «Серебряные акулы») к тренеру Моисеевой Екатерине Владимировне (ЦСКА).
4. **Лоскутова Евгения Дмитриевна** — от тренера Ушаковой Арины Андреевны (АФК «Ангелы Плющенко») к тренеру Ушаковой Арине Андреевне (МАФК «Мечта»).
5. **Темергалин Самир Ирекович** — от тренера Шилиной Татьяны Александровны (ООО «Академия Хоккея») к тренеру Дудакову Сергею Викторовичу (МАФК «Хрустальный»).
6. **Хмелькова Ева Евгеньевна** — от тренера Ушаковой Арины Андреевны (АФК «Ангелы Плющенко») к тренеру Ушаковой Арине Андреевне (МАФК «Мечта»).
7. **Шинкаренко Александра Валерьевна** — от тренера Масленниковой Елены Станиславовны (МАФК «Вдохновение») к тренеру Линичук Наталье Владимировне (АФК «Ангелы Плющенко»).

3. Утвердить переходы спортсменов из одного отделения в другое в рамках ГБУ ДО МАФК

1. **Алексеев Петр Алексеевич** — от тренера Рослякова Сергея Сергеевича («Медведково») к тренеру Тарасову Филиппу Александровичу («Хрустальный»).
2. **Антонов Михаил Романович** — от тренера Румянцевой Ксении Геннадьевны («Хрустальный») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
3. **Бутенко Даниил Максимович** — от тренера Доброскокова Сергея Владимировича («Медведково») к тренеру Тарасову Филиппу Александровичу («Хрустальный»).
4. **Валеева Амина Ренатовна** — от тренера Харченко Анны Вадимовны («Созвездие») к тренеру Бадяевой Ольге Николаевне («Мечта»).
5. **Варламов Федор Алексеевич** — от тренера Жулина Александра Вячеславовича («Легенда») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
6. **Васькович Александр Ильич** — от тренера Алексеевой Светланы Львовны («Медведково») к тренеру Масленниковой Елене Станиславовне («Вдохновение»).
7. **Вахнов Александр Евгеньевич** — от тренера Алексеевой Светланы Львовны («Медведково») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
8. **Дрозд Павел Игоревич** — от тренера Жулина Александра Вячеславовича («Легенда») к тренеру Румянцевой Ксении Геннадьевне («Хрустальный»).
9. **Карпанова Мария Александровна** — от тренера Шляховой Виктории Юрьевны («Медведково») к тренеру Рослякову Сергею Сергеевичу («Медведково»).
10. **Качушкина София Сергеевна** — от тренера Жулина Александра Вячеславовича («Легенда») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
11. **Княжук Илья Викторович** — от тренера Доброскокова Сергея Владимировича («Медведково») к тренеру Мозер Нине Михайловне (МАФК «Вдохновение»).
12. **Курносенко Варвара Андреевна** — от тренера Жулина Александра Вячеславовича («Легенда») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
13. **Лукашова Валерия Дмитриевна** — от тренера Булычевой Оксаны Михайловны (МАФК «Медведково») к тренеру Похилиюку Георгию Владимировичу («Хрустальный»).
14. **Ноздреватых Кирилл Алексеевич** — от тренера Буцаевой Виктории Евгеньевны («Легенда») к тренеру Рублевой Екатерине Борисовне («Сокольники»).
15. **Поступаева Мария Юрьевна** — от тренера Нисунова Кирилла Владимировича («Олимп») к тренеру Громовой Жанне Федоровне («Олимп»).
16. **Прокопец Александра Викторовна** — от тренера Алексеевой Светланы Львовны («Медведково») к тренеру Масленниковой Елене Станиславовне (МАФК).
17. **Пурхало Мария Юрьевна** — от тренера Харченко Анны Вадимовны («Созвездие») к тренеру Бадяевой Ольге Николаевне («Мечта»).
18. **Савкина Дарья Владимировна** — от тренера Алексеевой Светланы Львовны («Медведково») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
19. **Самохвалов Арсений Александрович** — от тренера Шляховой Виктории Юрьевны («Медведково») к тренеру Рослякову Сергею Сергеевичу («Медведково»).
20. **Соколова Анна Алексеевна** — от тренеров Свирина Александра Васильевича, Жук Ирины Владимировны («Мечта») к тренеру Яновской Анне Святославовне («Синяя птица»).
21. **Столярченко Тимофей Витальевич** — от тренера Буцаевой Викто-

- рии Евгеньевны («Легенда») к тренеру Свирину Александру Васильевичу («Мечта»).
22. **Сябро Мария Алексеевна** — от тренера Харченко Анны Вадимовны («Созвездие») к тренеру Бадяевой Ольге Николаевне («Мечта»).
23. **Усова Полина Константиновна** — от тренера Румянцевой Ксении Геннадьевны («Хрустальный») к тренеру Крыловой Анжелике Алексеевне («Олимп»).
24. **Черемных Варвара Сергеевна** — от тренера Доброскокова Сергея Владимировича («Медведково») к тренеру Ушаковой Арине Андреевне («Мечта»).
25. **Хабибуллина Наталья Алексеевна** — от тренера Доброскокова Сергея Владимировича («Медведково») к тренеру Мозер Нине Михайловне («Вдохновение»).
26. **Халитова Валерия Альфредовна** — от тренера Доброскокова Сергея Владимировича («Медведково») к тренеру Тарасову Филиппу Александровичу («Хрустальный»).

ФФКМполнила свои ряды

Президиум рассмотрел заявления о приеме в ФФКМ от Казакова Артема Олеговича, Дейнего Сергея Викторовича, Шарый Леониды Леонидовны и постановил принять.

Президиум утвердил включение организаций в Реестр ФФКМ

Решением президиума от 22 мая 2024 года в Реестр ФФКМ включены ИП «Шарый Л.Л.», ООО «Школа фигурного катания Алексея Моторина».

Ледовая одиссея

К 90-летию легендарной фигуристки Нины Алексеевны Жук



Тренировка на льду высокогорного катка «Медео»

6 июля 2024 года легендарной **Нине Алексеевне Жук (Бакушевой)** исполнилось 90 лет. Вместе со своим партнером **Станиславом Жуком** они были первыми отечественными фигуристами, которые стали серебряными призерами чемпионата Европы 1958 года (Братислава, Чехословакия), а вскоре вошли в состав команды СССР по фигурному катанию, которая впервые приняла участие в чемпионате мира 1958 года (Париж, Франция), а затем и в Олимпийских играх 1960 года (Скво-Вэлли, США).

Нина и Станислав Жук являются прославленной спортивной парой отечественного и мирового фигурного катания, поскольку именно они начали первыми в истории выполнять поддержки на вытянутых руках, которые затем стали обязательным элементом.

Федерация фигурного катания на коньках города Москвы от всей души поздравляет Нину Алексеевну с замечательным юбилеем и желает здоровья, бодрости, оптимизма и долгих лет жизни!

Нина Бакушева (Жук) родилась и выросла в Ленинграде. В пятилетнем возрасте она и ее старший брат остались сиротами: ушла из жизни мама, а когда началась Великая Отечественная война, Нине едва исполнилось семь лет. Их отец ушел на фронт, оставив детей на попечение мачехи, и уже не вернулся. Мачеха во время блокады вывезла ее с братом в Ярославскую область под Углич к бабушке, где они пережили всю войну.

— Мы с братом стали сиротами в том возрасте, когда мало что понимали. Нам надо было бы расспросить бабушку, мачеху, соседей про маму и папу, но мы этого не сделали. Я так и не знаю, кто они были по профессии, откуда наши корни, — говорит Нина Алексеевна.

После войны, в 1946 году, Нина возвратилась в Ленинград, а брат остался помогать бабушке, которая много болела. Вернувшись в переживший блокаду город, Нина жила одна в большой коммунальной квартире с соседями. Окончив в 15 лет школу, девочка задумалась, на кого дальше учиться, и кто-то из соседей посоветовал ей поступать в физкультурное педагогическое училище. Хотя сама она никаким спортом до этого времени не занималась, эта идея ей понравилась. Она даже сагитировала

Окончив школу, Нина задумалась, на кого дальше учиться, и кто-то посоветовал ей поступать в физкультурное училище

двух своих закадычных подружек идти вместе с ней. Поскольку для поступления в физкультурное училище надо было заниматься каким-то спортом, Нина в срочном порядке записалась в секцию художественной гимнастики, но прозанимались там недолго: где-то через месяц-другой после зачисления в училище к ним на курс пришел тренер **Сергей Логинов** набирать студентов в секцию по фигурному катанию при стадионе «Динамо». Три подружки записались «на каток» и начали ходить на тренировки, забросив гимнастику.

Любовь не с первого взгляда

Тренером Нины Жук стал **Петр Орлов** — легендарная личность, он проработал с ней всю ее спортивную жизнь: сначала в одиночном, а затем и парном катании. Его учениками были такие выдающиеся фигуристы, как **Игорь Москвин, Майя Беленькая, Валентин Захаров, Лидия Герасимова, Людмила Белоусова, Олег Протопопов, Станислав Жук** и другие. О нем многие ученики оставили



Жук (Бакушева) Нина Алексеевна

Фигурное катание на коньках (парное катание).

Дата рождения: 6 июля 1934 г. (Ленинград, СССР).

Тренер: Петр Орлов.

Образование: высшее, Институт физкультуры и спорта им. П.Ф. Лесгафта (Ленинград, 1958).

Основные спортивные результаты (в паре со Станиславом Жуком):

- четырёхкратная чемпионка СССР в парном катании (1957, 1958, 1959, 1961);
- двукратный бронзовый призер чемпионатов СССР (1955, 1956);
- трехкратный серебряный призер чемпионата Европы (1958, 1959, 1960);
- участница чемпионата Европы — 6-е место (1957);
- участница двух чемпионатов мира — 8-е место (1958), 5-е место (1960);
- участница VIII Олимпийских зимних игр в Скво-Вэлли (США) — 6-е место (1960).
- Карьера:** учитель физкультуры в школе №21 г. Ленинграда (1953-1954);
- инструктор по спорту Ленинградского областного совета Всероссийского физкультурно-спортивного общества «Динамо» (1957-1961);
- ведущая солистка Московского балета на льду (1961-1964);
- тренер, старший тренер школы фигурного катания ЦСКА (1965-1989);
- тренер по контракту в Греции (1989-1993).
- Ученики:** Светлана Алексеева, Марина Саная, Анна Кондрашова (Леванди), Геннадий Красницкий, Роман Серов, Артем Торгашев и др.
- Звания:** «Мастер спорта СССР»
- «Заслуженный тренер РСФСР»;
- «Заслуженный деятель искусств России».
- Награды:** юбилейная медаль, посвященная 100-летию образования государственного органа управления в сфере физической культуры и спорта.

свои воспоминания, в которых Петр Петрович предстает интересным, разносторонним человеком. Все сходится на том, что он был очень добрым человеком, прекрасно знающим фигурное катание, что не удивительно, поскольку сам он был учеником **Николая Панина-Коломенкина**. Рассказывают, что он мог вращаться, сидя в волчке, по 50 оборотов и при этом читать газету. У Петра Орлова был талант практически с первого раза определить, получится у ученика стать фигуристом или нет. Этот талант будет также присущ тренеру Станиславу Жуку, который к тому же умел подобрать фигуристов в пару так, что они идеально подходили друг другу.

Окончив училище, Нина идет в школу работать учителем физкультуры и продолжает заниматься фигурным катанием в одиночном разряде. Но все время как-то так получалось, что она постоянно пересекалась с парным катанием.

— Все началось с того, что Петр Орлов однажды мне сказал: «Нина, завтра на соревнованиях мы с тобой выступаем в паре». Я удивилась: как это возможно, если мы даже за руки ни разу не держались? Петр Петрович говорит: «А я по ходу буду тебе подсказывать, что надо делать, а ты просто делай». Представляете? На соревнованиях так и было — он всю дорогу говорил, что надо делать: вот сейчас волчок, а сейчас встаем в ласточку — и так мы откатали программу до конца. В результате мы даже заняли второе место, — улыбается Нина Алексеевна.

На этом история с парным катанием не закончилась. На юношеском Первенстве СССР в Мурманске Нина с удивлением увидела в расписании, что в парах выступают **Нина Бакушева** и **Петр Орлов**. Тут ей пришлось проявить характер: отказалась наотрез. Однако через какое-то время Петр Петрович сообщил Нине, что приближаются важные соревнования для клуба «Динамо», а посему он решил поставить ее в пару со **Станиславом Жуком**.

— Если честно, я вообще не хотела заниматься парным катанием, мне тогда казалось, что это понижение в ранге и статусе, — вспоминает Нина Алексеевна. — Я была категорически против. Сказала тренеру, что не буду кататься в паре, лучше брошу фигурное катание вообще. И действительно бросила — три дня на каток не ходила. Потом пришла, потому что скучала по льду. Дальше я так и выступала в двух видах: и в одиночном, и парном катании. Тогда так можно было.

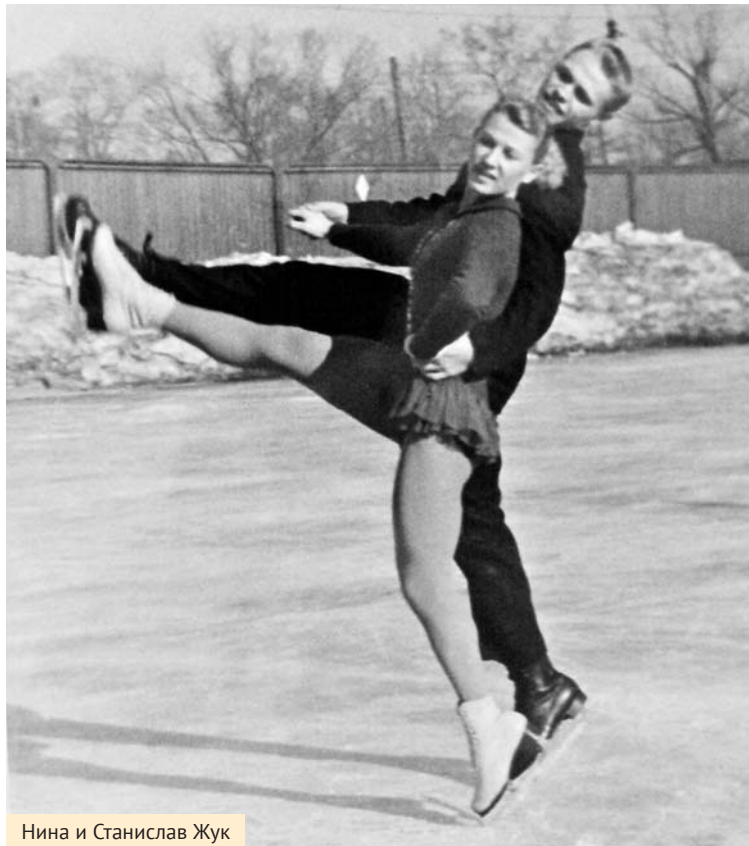
Надо сказать, что Станислав Жук — будущий партнер и муж — учился в физкультурном техникуме и занимался хоккеем и конькобежным спортом, а на «Динамо» пришел попробовать себя в фигурном катании из интереса. По словам Нины Алексеевны, в тот момент у нее не было никакого предчувствия, что она встретила свою судьбу.

— Мы были просто партнеры в паре. Даже никаких обоюдных симпатий не было, даже не гуляли вместе, — признается она. — Только одни тренировки, только фигурное

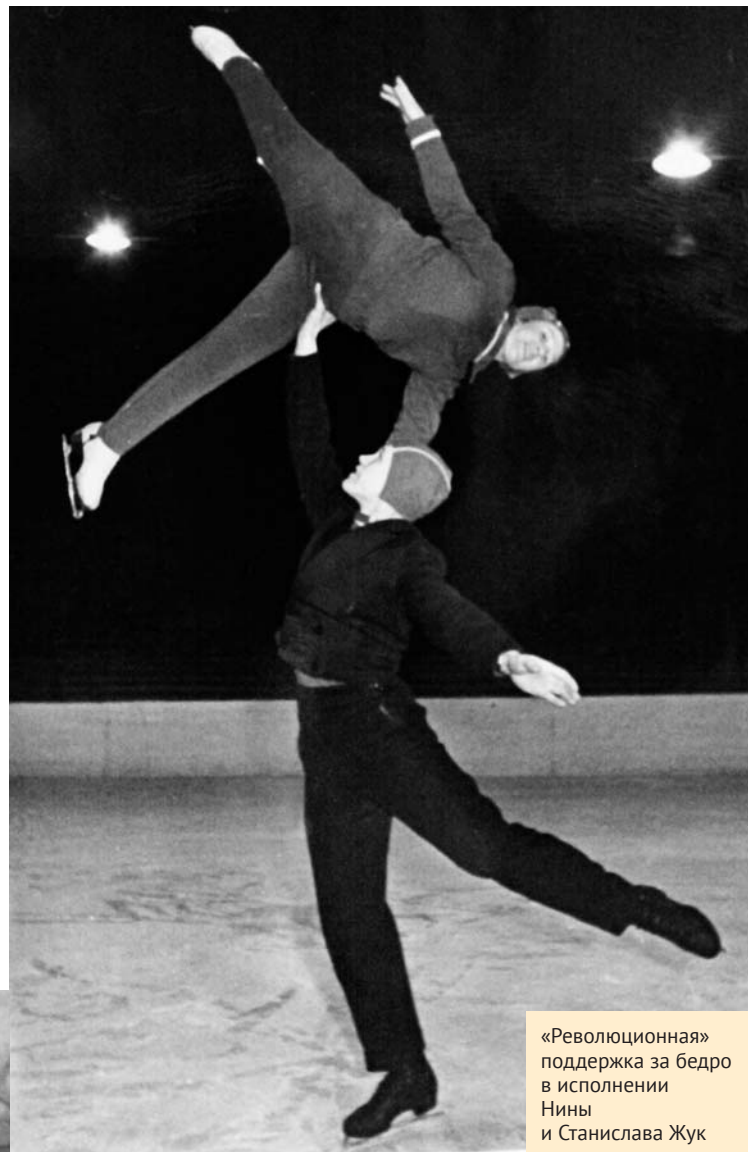
Станислав Жук — будущий партнер и муж — занимался хоккеем и конькобежным спортом, а попробовать себя в фигурном катании пришел из интереса



Слева направо:
Станислав Жук,
Петр Орлов, Нина Жук



Нина и Станислав Жук



«Революционная»
поддержка за бедро
в исполнении
Нины
и Станислава Жука

Нина занималась акробатикой, причем настолько успешно, что тренеры уговаривали ее перейти в этот вид спорта

катание было на уме. Как в училище в три часа дня занятия заканчивались, мы сразу бежали на каток, где катались до 12 ночи, пока нас не выгонят со стадиона. Мы жили на льду. В раздевалке немного у печки погреемся — и опять на лед. Хотя, конечно, кататься в морозы холодно было. Я с той поры каждой зимой на улице котов кормлю, помогаю им выжить в холода.

Их изобретение

Поскольку занятия фигурным катанием в 50-е годы прошлого века проходили зимой на естественном льду, а в теплое время года ледовые тренировки были недоступны, многие фигуристы занимались другими видами спорта. Нина Бакушева, например, занималась акробатикой, причем настолько успешно, что тренеры уговаривали ее перейти в этот вид спорта. Но безрезультатно. Однако умение работать в акробатическом дуэте оказалось востребованным в парном катании. Они со Станиславом делали всевозможные поддержки в зале, а потом переносили их на лед. В те годы такого элемента, как поддержка на вытянутых руках, просто не существовало. Все исполняли что-то наподобие обводки, когда партнерша подпрыгивает, опираясь на руки партнера, а он переносит ее вокруг себя.

— В Австрии, где мы в первый раз выступали на чемпионате Европы, мы сделали поддержки на вытянутых руках, что вызвало шок у судей и зрителей, — вспоминает Нина Алексеевна. — Судьи были настолько поражены, что не знали, какие оценки нам ставить, а газеты на другой день вышли с заголовками, что русские показывают на льду опасную акробатику, которую надо запретить.

И запретили. Однако Нина и Станислав продолжали всякий раз исполнять сложные поддержки, несмотря на то, что им за это неизменно снижали судейскую оценку. Однажды Станислав спросил чешского фигуриста **Зденека Долежала** (он катался в паре с **Верой Суханковой**. — Прим. ред.), с которым они дружили, почему им не засчитывают поддержку за бедро, ведь ничего сложного или опасного в ней нет. Действительно, Нина и Стас всегда ее исполняли легко и красиво. Чех ответил: «Потому что вы единственные в мире, кто делает такую поддержку. Вот когда все начнут ее делать, тогда и засчитают, потому что судьям деваться будет некуда». Так и случилось: вслед за ними эти поддержки стала делать тоже ленинградская пара **Людмила Белоусова** — **Олег Протопопов**, а затем и другие, в том числе зарубежные пары, начали включать их в свои программы, так что судьям пришлось смириться.

Через 52 года

Как признается Нина Алексеевна, на самом деле они никогда не ставили целью кого-то обыграть или непременно выиграть соревнования. Относились к распределению мест судьями спокойно, без ажиотажа. Никто не завидовал, наоборот, все друг друга поддерживали, помогали.

Их пара стремительно прогрессировала: в 1954 году только встали в пару — и сразу бронза на чемпионате СССР, на котором соревнования по парному катанию проводились впервые. Только первый раз выехали на международные старты — и сразу же призеры чемпионата

Европы 1958 года. Возможно, это было такое время, возможно, отечественная школа парного катания уже знала какой-то секрет, но и сегодня их феноменальный результат оставляет впечатление. Они были первыми нашими фигуристами, принявшими участие в чемпионате мира в 1958 году, а также первыми фигуристами, кто поехал на Олимпийские игры в 1960 году.

Надо сказать, что фигуристы нашей страны не выступали на Играх с 1908 года — с тех самых пор, как **Николай Панин-Коломенкин** выиграл золото в специальных упражнениях в Лондоне. То есть наша страна 52 года не участвовала в Играх, пока ИСУ не дал зеленый свет советской команде фигуристов. Чтобы просто посмотреть, что такое Олимпиада, и морально к ней подготовиться, в 1956 году в качестве зрителей фигуристы **Евгения Богданова**, **Ирина Фелицына (Ершова)**, **Татьяна Лихарева (Даниленко)** и их тренеры ездили на Игры в итальянский город Кортина-д'Ампеццо. Эти люди сегодня составляют наш с вами золотой ветеранский состав: они помнят историю отечественного фигурного катания не по архивам или рассказам, а как очевидцы и действующие лица тех событий.

Шестьдесят крючков по спинке

В 1960 году на Олимпиаде в Скво-Вэлли (США) Нина и Станислав Жук стали шестыми. На все международные соревнования фигуристы приезжали без своих тренеров: на сборную команду приходился только один тренер, он же руководитель делегации. Тогда организация соревнований была совсем иной. Современным спортсменам и болельщикам, наверное, даже трудно представить, что, например, проигрыватель с пластинками ставился на дощатый пол рядом со льдом, чтобы фигуристам было лучше слышать музыку. Правда, за бортиком постоянно ходили, отчего доски качались, так что иголка соскакивала с дорожки и музыка играла как попало.

— Когда соревнования закончились, — рассказывает **Нина Алексеевна**, — то всех спортсменов расселили по американским семьям. Мы со Стасом приходим в дом, куда нас определили, хозяйка встречает нас у порога и вдруг говорит: «Ой, надо же, а вы такие же, как и мы!» Мы удивляемся и спрашиваем: что вы имеете в виду? Оказывается, они были уверены, что мы ходим в лаптях и придем в гости со своим медведем. Их удивило, что в 60-м году советские спортсмены были одеты и причесаны так же, как они.

На самом деле удивление американцев можно понять. Конечно, в лаптях никто не ходил, но даже спустя 10-15 лет после войны в нашей стране не было каких-то вещей, которые были в Америке. Например, целой проблемой было пошить костюм для выступлений, потому что стрейч-материалов просто не было. У мужчин костюм был в виде классического фрака с брюками, и если надо было под-

нять партнершу на вытянутых руках, то все могло просто треснуть по швам. Портнихи очень мудрили с какими-то ластовицами и вставками, чтобы этого не происходило. Не было колготок, всем фигуристам приходилось чулки пришивать к спортивным трусам, чтобы кататься.

— Я помню смешной случай с нами в Давосе на самом нашем первом чемпионате Европы. Мы откатали программу и ушли в раздевалки переодеваться. Костюмы сняли, коньки сняли, собираемся уходить в гостиницу, тут объявляют, что наша пара заняла третье место и приглашается на пьедестал. И вот мы со Станиславом начинаем лихорадоч-

Фигуристы нашей страны не выступали на Играх с 1908 года, с тех пор как Николай Панин-Коломенкин выиграл золото в Лондоне



Чемпионат Европы в Гармиш-Партенкирхене, ФРГ (1960). Слева направо: Станислав и Нина Жук (СССР), Марика Килиус и Ханс-Юрген Боймлер (ФРГ), Маргрет Гебель и Франц Нингель (ФРГ)



Чемпионат Европы в Давосе, Швейцария (1959). Слева направо: Станислав и Нина Жук (СССР), Ханс-Юрген Боймлер и Марика Килиус (ФРГ), Джойс Коутс и Энтони Холлс (Великобритания)

Как признается Нина Алексеевна, они никогда не ставили целью кого-то обыграть или выиграть соревнования. Относились к распределению мест судьями без ажиотажа

но одеваться, а у меня застежка на платье — 60 крючков по спинке, потому что молнии тогда в нашей стране не продавались, их просто не было. Да и платья мы шили сами, сами их блестками обшивали. Так вот у меня сохранилась фотография, как мы стоим на пьедестале, где все в коньках, а мы без, потому что, пока все 60 крючков застегнули, коньки надеть не успели, — улыбается Нина Жук.

Жизнь после спорта

В 1960 году пара Нина и Станислав Жук занимает 5-е место на чемпионате мира, а в 1961 году они вновь становятся чемпионами СССР — лидерами сборной страны, после чего внезапно для многих заканчивают с любительским спортом и уходят в балет на льду.

— Дело в том, что в 1961 году должен был пройти чемпионат мира в Праге (Чехословакия), но его отменили, потому что произошла авиакатастрофа и вся американская команда по фигурному катанию погибла. Мы были очень хорошо готовы к этому чемпионату, но вот так случилось. После этого к нам в Ленинград на гастроли приехал московский балет на льду, и мы познакомились с хореографом Татьяной Александровной Сац, которая нас попросила помочь солистам балета с техникой скольжения. Мы согласились, стали ходить каждый день на их тренировки, в результате подружились с Татьяной Александровной и она начала нас уговаривать прийти работать в балет. И уговорила, — вспоминает Нина Алексеевна.

Это решение Нины и Станислава Жук завершить спортивную карьеру привело к определенным последствиям. Несмотря на все достижения, показанные в течение семи лет в спорте, несмотря на их революционный вклад в развитие парного катания как вида, им так и не было присвоено звание заслуженных мастеров спорта. Нина Алексеевна объясняет это просто:

— Мы катались не за деньги или звания, а за удовольствие. Мы три раза выиграли серебро чемпионата Европы, что давало нам право на присвоение этого звания. Это сейчас Федерация фигурного катания России по результатам международных соревнований документы на звания сама оформляет, а тогда не было такого. Документы надо было подавать спортсменам, собирать какие-то подписи, что мы постоянно откладывали в суете спортивной жизни. Мы постоянно тренировались, соревновались, короче, никто не подсказал нам, что это надо сделать.

Работая в балете на льду, Станислав практически сразу начал тренировать свою сестру Татьяну в паре с Александром Гавриловым, которые выступали за Ленинград. Иногда из-за подготовки к каким-то соревнованиям он пропускал гастроль, а когда у пары начались серьезные турниры, Станислав и Нина, проработав в балете четыре года, приняли решение уйти на тренерскую работу.

В отличие от Станислава, который работал преимущественно с парным катанием, Нина Жук полностью отдалась одиночному катанию

В это время их наставник Петр Орлов получил приглашение из Москвы работать тренером в ЦСКА на новом, только что открытом катке. Петр Петрович приступил к работе, создал группы, а потом пригласил Нину и Стаса к себе в ЦСКА, после чего вновь уехал в Ленинград. Станислав Жук стал начальником команды ЦСКА, а Нина — старшим тренером в школе фигурного катания. Свою дочь Марину родители сначала также привели на каток, но потом отдали ее в хореографическое училище.

В отличие от Станислава, который работал преимущественно с парным катанием, Нина Жук полностью отдалась одиночному катанию, потому что, как она признается, ей всегда больше нравилось работать с одиночниками. Да и сейчас одиночное катание ей больше всего нравится. Тренерские заслуги Нины Алексеевны отмечены званием «Заслуженный тренер РСФСР», что неудивительно, поскольку среди ее многочисленных учеников есть очень



Сольный номер артистов Московского балета на льду Нины и Станислава Жук

известные в мире фигурного катания люди, которых она с их первых шагов на льду привела к успеху. Как, например, самая юная в истории фигурного катания участница Олимпиады **Марина Саная**: в 13 лет приняла участие в Играх в Саппоро (Япония) в 1972 году. Как известный тренер танцев на льду **Светлана Алексеева**, которая каталась у Нины Жук в группе самого первого набора. Как фигуристка **Анна Кондрашова**, у которой Нина Алексеевна была первым тренером и привела ее в сборную команду СССР в звании «мастер спорта».

На тренерском поприще таланты четы Жук раскрылись еще ярче: они не просто жили и дышали работой до самозабвения, но и были настоящими фанатами фигурного катания, постоянно изобретали что-то новое, думали о своих спортсменах и днем и ночью. Станислав Алексеевич на сэкономленные в командировках карманные деньги купил кинокамеру, чтобы снимать тренировки. Как только они приходили домой, он садился просматривать запись, изучал каждое движение, причем пленка прокручивалась не только вперед, но и задом наперед, чтобы увидеть, какие шаги получаются в этом случае. В те годы техника фигурного катания только-только зарождалась, она была построена не на каких-то канонах, а на ощущениях. По воспоминаниям Нины Алексеевны, прыжки делались, как кому было удобно, кто как чувствовал, главное — зайти с определенного хода и выехать на одной ноге. Тогда тренер не говорил такие слова, как «сгруппируйся», «сделай мах ногой туда» или «вот так разверни бедро», — все было по-простому, потому что никаких учебников или пособий не было.

— Я тут посмотрела запись выступления Александра Фадеева, — делится Нина Алексеевна, — где он катает программу на русские мелодии. Знаете, я была поражена, какие интересные шаги он делал. Сейчас таких не делают, подзабыли. Например, в наше время был очень популярным прыжок «Олень», а сейчас его никто уже не делает, даже ради украшения программы. А жаль. Я сама иногда смотрю старые фотографии и думаю: неужели это все было с нами?

AVY

ЗАЛ БОРЬБЫ

ИМЕНИ АБДУРАХМАНОВА
ВИКТОРА ЮСУПОВИЧА

RJJ

ROY JONES JR. BOXING RUSSIA

АРЕНДА ЗАЛА
ЗАЛ БОКСА «RJJ»
ЗАЛ БОРЬБЫ «AVY»

БОКС И БОРЬБА
ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
В ГРУППЕ И ПЕРСОНАЛЬНО

+7 (933) 2222-440

info.RJJschoo@gmail.ru

г. Москва, ул. Молодогвардейская, 63Б, строение 2

Не ведая преград

Екатерина Рыбакова — Иван Махноносков: «Мы будем добиваться всего максимально»

Танцоры Екатерина Рыбакова и Иван Махноносков запомнились интересующейся публике, может быть, и недавно, но зато основательно, а именно с момента их стремительного прогресса, который показал дуэт за два последних года. В сезоне 2022/23 года они выиграли сначала бронзу Первенства России, а спустя год завоевали золотую награду самого главного юниорского турнира страны. Все эти достижения ребята показали в группе **Светланы Алексеевой и Елены Кустаровой**, у которых они занимаются с 2021 года и под руководством которых они уже в этом году откроют свой первый взрослый сезон.

— Екатерина, Иван, как вы оцениваете прошедший сезон?

Екатерина: Он прошел очень продуктивно. Мы много работали с нашими тренерами и смогли добиться поставленных целей. Научились быть более стабильными. Мы довольны прошедшим сезоном.

Иван: Мы нарастили техническую базу.

Екатерина: Да, и эмоционально мы улучшились.

Иван: Да не улучшились, а здорово махнули вперед!

— Чему вы научились? Что вы поняли?

Иван: Мы переосмыслили свое отношение к соревнованиям.

Екатерина: Да, мы поняли, что для нас все возможно. Если стремиться к цели, много работать, то невозможного нет.

— Что было в сезоне самым сложным?

Иван: Я, если честно, не помню сложностей. Может быть, только то, что мы уставали достаточно сильно.

Екатерина: Определенной сложностью для меня стала подготовка к Первенству России, потому что мы очень много тренировались, настраивались на свой максимум. В какой-то момент я, наверное, немного эмоционально устала постоянно настраиваться и готовиться к этому старту.

— Вы ожидали, что победите на Первенстве России?

Иван: Конечно. Даже были уверены в этом.

Екатерина: Мы пахали и день и ночь, чтобы взять этот кубок.

Иван: Да, это был для нас чек-поинт.

— Вам не терпится начать свой первый взрослый сезон?

Екатерина: Да, мы очень его ждем, даже немного себя эмоционально приостанавливаем, тормозим, чтобы не перегореть.



Екатерина:
Если стремиться к цели,
много работать,
то невозможного нет

Иван: Ничего мы не тормозим. Мы ждем не дождемся.
— **Какие у вас ожидания?**

Иван: Планы у нас на новый сезон максимально большие. И по жизни планы тоже серьезные, которые мы будем пошагово реализовывать. Поэтому переход на взрослый уровень — это важный этап в наших планах на будущее.

Екатерина: Это новый этап нашей карьеры, которого мы очень ждали. Теперь мы будем ставить перед собой новые цели.

Иван: Я не хочу разбрасываться громкими заявлениями, но мы будем добиваться всего максимально.

Екатерина: Мы настроены заявить о себе.

— **Какие качества вы хотели бы в себе развить как танцоры?**

Иван: Мы очень много вкладываемся в свое интеллектуальное и эмоциональное развитие. Стремимся кататься осознанно, имея представление, что мы катаем в плане программ и как мы катаемся в плане техники. Еще мы стремимся кататься эмоционально, одухотворенно.

Екатерина: Чтобы катать программу чисто, надо понимать каждое свое движение, каждый шаг. Мы к этому стремимся, хотим максимально развить в себе эти качества.

— **Что поменяется в вашей жизни при переходе на взрослый уровень?**

Екатерина: Думаю, что просто увеличится продолжительность произвольной программы, увеличится количество элементов в программах.

Иван: Наверное, в связи с тем, что будет больше нагрузка, нам надо будет больше работать над своими физическими кондициями.

— **На ваш взгляд, где жестче конкуренция — в юниорах или мастерах?**

Иван: В юниорской сборной была сильнейшая конкуренция. У нас были достойные соперники.

Екатерина: Думаю, что такие же соперники будут и впредь. Конкуренция есть всегда.

— **Вам нравится соперничать? Что для вас является стимулом?**

Екатерина:
*Чистый прокат —
вот стимул*

Екатерина: Чистый прокат — вот стимул.

Иван: Победить соперника — это дополнительный стимул.

— **Вы приглядываете за своими соперниками?**

Иван: Да, такой мониторинг мы проводим постоянно. Смотрим, что нам надо сделать, чтобы догнать кого-то или чтобы удержать свои позиции. Если есть какие-то ошибки, то исправлять их сразу же.

— **Какой элемент для вас — это элемент ультра-си?**



Екатерина: Для нас самой сложной, наверное, является хореодорожка.

— **Почему?**

Екатерина: Потому что на ней надо максимально эмоционально выложиться, а это бывает непросто. Несмотря на то что техническая оценка для всех одна и та же, здесь важно получить высокие баллы от судей, то есть их надо по-настоящему эмоционально зацепить.

Иван: В хореодорожке очень много свободы для творчества и много свободы для эмоций, поэтому приходится себя сильно контролировать, может быть, даже чуть-чуть сдерживать, чтобы дорожку выполнить ярко, но без ошибок. Наверное, поэтому мы и находим этот элемент сложным для нас.

— **С технической точки зрения ваши хореодорожки сложны или они поставлены на простых шагах?**

Иван: Нет, конечно. Их нам тренеры ставят на сложных шагах, придумывают разные штучки, чтобы было интересно и разнообразно. Такая свобода творчества в какой-то степени является для нас вызовом, потому что здесь мы выходим за рамки обыденного, обязательного.

— **Какие элементы вы отрабатывали в конце сезона?**

Екатерина: Мы много работали над техникой и скольжением. Отрабатывали реберное катание.

Иван: Еще нарабатывали позиции в паре и взаимодействие друг с другом.

— **Какие позиции для вас самые сложные?**

Екатерина: Для нас нет сложных позиций, мы во всех умеем кататься. Но если вообще говорить, то, наверное, самая сложная — фокстротная.

Иван:
*Победить соперника —
это дополнительный стимул*

Иван: Не самая. Бывают позиции еще сложнее, я даже их названия не знаю, — это те, которые встречаются на связующих шагах.

— **Как определить в танцах, что элемент не выполнен, если это не падение?**

Екатерина: Да, если упали на твизлах или поддержка развалилась, то все понятно. А вообще для обычного зрителя это сложная задача: надо знать, куда и в какой момент смотреть, особенно на шагах. Поймут только судьи и те, кто сам катался.

Иван: Нужно много смотреть в ноги, в след от конька, в рисунок.

— **Поддержки — это для вас сложный элемент?**

Екатерина: Нет, это, наверное, самое простое. Главное — по времени не передержать. Мы для этого сами секунды считаем, ну и по музыке знаем, где она начинается и где заканчивается. Но вообще, когда поддержка нарабатана, то она и по времени отработана тоже.

Иван: Но это не означает, что на поддержках мы расслабляемся.

Екатерина: Вообще ни на каких элементах нет возможности расслабиться. Везде нужен контроль. Три с по-



ловиной минуты жесткого контроля каждого шага, каждого движения.

Иван: Теперь контроля будет еще больше, уже на четыре минуты.

— У вас есть ваши любимые программы? Те, с которыми вам было жалко расставаться?

Иван: Мы любим все наши программы, но тяжелее всего нам было расставаться с программой «Самсон и Далила».

Екатерина: Еще нам очень нравилась программа «Нотр-Дам де Пари». Когда нам ее ставили, то мы посмотрели мюзикл, а сейчас я читаю саму книгу «Собор Парижской Богоматери» Виктора Гюго.

Иван: Да, я тоже прочитал книгу уже после того, как посмотрел мюзикл.

— Какая произвольная программа у вас будет в этом году?

Екатерина: Нам тренеры поставили программу на музыку Пуччини «Тоска». Нам нравится эта программа. Я бы сказала, что эмоционально нас в ней все вдохновляет: и музыка, и постановка.

Иван:
Я, если честно,
не помню сложностей.
Может быть, только то,
что мы уставали
достаточно сильно

Иван: Только музыка в ней будет звучать не оригинальная, а в рок-обработке.

— У вас есть программа вашей мечты?

Екатерина: Я даже не знаю. Когда-то я очень хотела кататься под саундтрек из сериала «Мастер и Маргарита», но сейчас это желание несколько ослабло, я как-то передумала.

Иван: Мне всегда хотелось бы кататься под какую-нибудь классику. Даже не знаю, какой композитор мне импонирует больше всех; наверное, все же Рахманинов.

— В списке ваших занятий есть ледовые тренировки, ОФП, хореография, акробатика, танцы. А что из этого самое любимое?

Иван: Я все люблю делать.

Екатерина: Да, мы все любим, но я бы хотела особенно выделить классическую хореографию. У нас ее ведет Борисова Елена Михайловна.

— Что более ценно для вашего внутреннего роста: поражение или победа?

Екатерина: Наверное, победы. Ведь человек ставит перед собой какую-то цель, и когда он исполняет задуманное, то внутренне растет.

Иван: Победа или поражение — это результат каких-то собственных действий, вследствие чего мы приобретаем определенный опыт. Больше опыта мы приобретаем из наших побед, так что победа однозначно.

— Кроме умения кататься и выступать на соревнованиях, чему еще научили вас ваши тренеры?

Екатерина: Они нас научили справляться с трудностями, которые подбрасывает жизнь. Самостоятельно решать проблемы. Они всегда дадут нам рекомендации, советы, как и что сделать. В этой группе мы стали взрослее.

— Как вы реагируете на критику в свой адрес?

Екатерина: Только положительно, если она конструктивная.

Иван: Даже если это человек, который не особо разбирается в танцах на льду, выслушать его мнение тоже интересно. Но лучше, когда человек может аргументировать свое мнение. Это более ценно. Нам интересно мнение людей, которые разбираются в фигурном катании. Мы можем у них спросить их мнение.

Екатерина: Если критика принесет нам пользу, улучшит нас, то мы обязательно прислушаемся. Нам важна критика профессионала, потому что танцы на льду — спорт, и не самый простой.

— Самый лучший совет, который вы получили в жизни?

Иван: Как-то раз Светлана Евгеньевна Ляпина мне сказала, что фигурное катание — это еще не вся жизнь, а всего лишь ее часть. Я эту мысль пропустил через себя и понял, что она очень права. Жизнь гораздо больше, чем фигурное катание, но мне потребовалось время, чтобы это осознать и усвоить. Сейчас я согласен с этим более чем на сто процентов.

— Какими достижениями или результатами вы гордитесь?

Иван: Пока тут особо гордиться нечем, хотя бывает приятно вспомнить какие-то победы, когда мы были молодцы и тренеры были нами довольны.

Екатерина: Мы просто рады, что у нас есть возможности заниматься любимым делом, что у нас есть здоровье, руки, ноги, семья, дом — это самое главное.

— У вас были такие случаи, когда вы добились результата вопреки каким-то обстоятельствам?

Екатерина: Наверное, да. Два сезона назад я неожиданно сломала ногу. У меня был перелом со смещением второй плюсневой кости на стопе. Тогда стоял выбор: идти на операцию или терпеть и продолжать кататься. Я выбрала кататься, потому что впереди были контрольные прокаты и я не хотела их пропускать. Прыгать и бегать было больно, а кататься — терпимо, так что я на контрольных прокатах прокаталась со сломанной ногой: просто привыкла к боли и не обращала внимания. После мне все же сделали операцию. Я хотела быстро восстановиться, очень переживала, что не успею подготовиться к Первенству России. Но все получилось, и мы там стали третьими.



Рыбакова Екатерина

Кандидат в мастера спорта в танцах на льду.

Дата рождения: 18 сентября 2004 г. (Москва, Россия).

Тренеры: Светлана Алексеева, Елена Кустарова, Светлана Ляпина, Ксения Монько, Екатерина Рублева, Иван Шефер.

Клуб: МАФК, отделение «Медведково».

Бывшие партнеры: Даниэль Купцов, Александр Панасенков, Сергей Книгин.

Махнонос Иван

Кандидат в мастера спорта в танцах на льду.

Дата рождения: 27 июля 2002 г. (Челябинск, Россия).

Тренеры: Светлана Алексеева, Елена Кустарова, Светлана Ляпина, Ксения Монько, Александр Жулин, Алексей Горшков, Максим Болотин.

Клуб: МАФК, отделение «Медведково».

Бывшие партнерши: Ульяна Колышкина, Ксения Давыдова, Елизавета Шичина.

Совместные результаты:

Первенство России 2023 — бронза,

Первенство России 2024 — золото.

— Какие у вас сильные стороны характера?

Иван: Я очень самокритичный. Мне это помогает осознать, что надо больше работать, что нельзя останавливаться на достигнутом.

Екатерина: Я умею добиваться поставленной цели. Бывает, что-то не получается, но я все равно это сделаю и гештальт закрою.

— От какой привычки вы бы хотели отказаться?

Иван: Я бы хотел во время катания не зажимать шею. Я с этим борюсь, потому что из-за этого зажима и напряжения в шее получается, что я не туда вкладываю энергию.

— Опишите характер вашего партнера пятью словами.

Иван: Катя целеустремленная, скромная, добрая, образованная, воспитанная. Вообще у нее прекрасный характер.

Екатерина: Я про Ваню могу сказать то же самое плюс добавлю: он харизматичный и эмоциональный. С Ваней очень весело кататься, он много шутит. Еще он хороший товарищ — всегда поможет.

— Сколько лет вы катайтесь вместе?

Иван: Мы вместе в паре шесть лет.

— Контакт сложился сразу?

Екатерина: Какое-то время мы притирались друг к другу. Мы тогда были подростками: мне 14 лет, Ване — 16. Наверное, больше стеснялись друг друга. Вообще, у нас есть целая история о том, как мы встали в пару. Мы ее даже никому еще не рассказывали. Когда мне было 10 лет, я каталась в танцах у Рублевой Екатерины Борисовны в «Сокольниках» и искала партнера. Нашли объявление на сайте для фигуристов, что Иван Махнонос тоже ищет партнершу. Мы поехали в Одинцово к тренеру Алексею Юрьевичу Горшкову на просмотр с Ваней. Покатались, нам всем все понравилось, но мы не смогли договориться, кто должен куда переходить. Моя мама не хотела, чтобы я одна ездила в Одинцово, а Ваня тоже не хотел ездить в Сокольники, потому что ему было далеко. На этом мы расстались. Спустя какое-то время Ваня мне пишет: «Давай встанем в пару?» Я отвечаю, что не могу, потому что катаюсь с другим мальчиком. Потом я осталась одна и пишу Ване: «Давай встанем в пару?» Он отвечает, что не может: у него есть партнерша. Прошло еще какое-то время, и мы оба остались без партнеров, списались друг с другом и решили опять попробовать. Поехали зимой в парк «Сокольники» на открытый лед, чтобы покататься вместе, все опять понравилось, и Ваня решил перейти к нам на «Синюю птицу». Вот так и встали в пару после двух лет нестыковок. Наверное, это судьба.

— У вас есть какие-то ритуалы, которые помогают настроиться на соревнования?

Екатерина: Я знаю, что фигуристы — очень суеверные люди, но я сознательно избегаю такого мышления, потому что следовать ритуалам — это попасть от них в зависимость. А я о себе знаю, что могу об этих суевериях много



думать, и если что-то пойдет не так, то меня это может сбить, расстроить, и я из-за переживаний могу плохо выступить на соревнованиях.

Иван: У нас вообще никаких ритуалов или талисманов нет. Мы не наделяем предметы магическими свойствами.

— Как вы отдыхаете от фигурного катания?

Иван: Прекрасно отдыхаем.

Екатерина: Вот год назад я начала учить английский язык, меня это отвлекает. Еще люблю собирать алмазные мозаики. Люблю ходить на выставки. Люблю ездить с семьей на дачу. Но больше всего люблю читать.

Иван: Я языки иностранные изучаю. Недавно взялся учить итальянский. Неплохо английский знаю. Сейчас читаю про Дракулу на английском. Люблю гулять, ходить на концерты классической музыки.

— Какую одежду вы считаете наиболее комфортной?

Екатерина: Мы любим красиво одеваться.

Иван: В повседневной жизни стараемся одеваться нарядно.

— Где вы учитесь? На кого?

Иван: Учусь в Малаховке. Третий год. Может быть, пойду в магистратуру, но тогда уже в ГИТИС. Правда, все говорят, что в ГИТИСе спортсменам сложно учиться и там придется выбирать: либо спорт, либо учеба.

Екатерина: Я учусь заочно в РУС ГЦОЛИФКе на кафедре режиссуры.

— А почему вы выбрали именно этот факультет?

Екатерина: Это случайно все получилось. Я собиралась

Екатерина:
*Тренеры нас научили
справляться с трудностями,
которые подбрасывает жизнь.
В этой группе мы стали
взрослее*

на тренерский, но плохо сдала ЕГЭ по биологии. Стало понятно, что на тренерский я с такими баллами не пройду. В приемной комиссии сказали: приходите на следующий год. А я, кроме биологии, еще по выбору сдавала литературу, потому что думала поступать в ГИТИС на кафедру к Чайковской Елене Анатольевне. Но с этим, скажем так, не сложилось. Когда наши тренеры узнали, что я нахожусь в такой ситуации, они предложили мне обратиться за советом к Марковой Елене Сергеевне, которая уже много лет сотрудничает со Светланой Львовной и Еленой Владимировной и помогает нашей группе, чем может. Елена Сергеевна посоветовала мне факультет режиссуры массовых спортивно-художественных представлений, потому что туда как раз надо было сдавать литературу. Я сначала думала, что поучусь там год, а потом переведусь на тренерский. Но мне понравилось. Я считаю, что мне вообще повезло, что так получилось. Я в восторге от этого факультета.

Елена Кустарова:

«За прошедшие два года мы убедились, что ребята умеют ставить перед собой цели и достигать их»

— Елена Владимировна, на ваш взгляд, какие самые сильные стороны у дуэта Екатерина Рыбакова — Иван Махноносов?

— Когда Катя и Ваня пришли к нам в группу, то нам вскоре стало понятно, что они обладают такими замечательными качествами, как трудолюбие и ответственное отношение к работе. Кроме трудолюбия, они еще очень работоспособны, что позволяет им добиваться определенного прогресса за короткий срок, а нам позволяет смелее предлагать им что-то новое, пробовать в постановках какие-то неординарные вещи. Еще одна их чрезвычайно сильная сторона в том, что у них внутри пары хорошие дружеские отношения. С такими парами тренерам всегда легче работать, потому что они не выясняют между собой никаких отношений. За прошедшие два года мы убедились, что ребята умеют ставить перед собой цели и достигать их. Они сделают все, чтобы у них получилось то, что им сказал тренер, хореограф или другой специалист. Сейчас мы начинаем с ними третий сезон, который, надеемся, будет таким же успешным, как и предыдущие.

— Какие задачи вы перед ними ставите в первый их взрослый сезон?

— Ребята завершили свою юниорскую карьеру победой на Первенстве России и переходят во взрослую категорию по возрасту. Нам как тренерам хочется, чтобы в их первый взрослый сезон они заявили о себе как о взрослой паре, чтобы о них не говорили, что они пока еще показывают юниорское катание. Нам хочется, чтобы они в программах выглядели по-взрослому, чтобы сразу понравились и запомнились публике и специалистам. Потенциал для этого у них есть.

— Какой стиль присущ этому дуэту органически? В каких образах они наиболее сильны?

— Мы подбирали для Кати и Вани образы, которые, как нам кажется, им очень идут. Мы ставили им дуэтные характерные программы о ярких взаимоотношениях мужчины и женщины: страсть, нежность, ревность и другие проявления чувств, — мы пробуем их в разных образах. Конечно, за те два сезона, что они у нас катаются, мы с ними попробовали не все образы, но обязательно будем придумывать и пробовать для них что-то особенное, интересное и яркое.

В новом сезоне у них произвольный танец на музыку Пуччини «Тоска», только в современной обработке. Мы выбрали с ребятами кавер-версию знаменитой арии в исполнении Федерико Пациотти в композиции E Lucevan Le Stelle. Надеемся, что получится интересно.

— Если продолжить говорить о разнообразии в образах и стилях, то, на ваш взгляд, чтобы ребятам стать разносторонними, над чем им надо больше работать?

— Универсальность или разносторонность — это то, что все тренеры стремятся развить в своих спортсменах, тем более что танцы на льду — это двоеборье, и если в произвольном танце стиль и образ мы можем выбирать, то в ритм-танце нам правилами предлагаются все возможные танцевальные течения и направления.

Развиваться в разных стилистических направлениях можно и нужно, но универсальность у дуэта появляется тогда, когда у них возрастает техническое мастерство. Именно это дает возможности. Больше ничего.

Елена Кустарова:
*Есть такая поговорка:
терпение и труд — все
перетрут. Для танцев на льду
это настоящая мудрость*

Еще я бы не стала забывать, что у каждого из нас от природы есть предрасположение к какому-то своему стилю и образу и изменить кардинально эту природу невозможно. Можно с парой работать и работать над какими-то еще выразительными средствами, но все равно в итоге все так или иначе делают основную ставку на свои сильные стороны.

— Что бы вы хотели пожелать им как дуэту, какой дать совет, чтобы он привел их к успеху в карьере?

— Я бы им пожелала терпения. Знаете, есть такая поговорка: терпение и труд все перетрут. Надо сказать, что для танцев на льду это настоящая мудрость. Мы, к сожалению, неоднократно наблюдали такие истории, когда какие-то перспективные или даже гениальные дуэты распадались или заканчивали кататься, потому что не выдерживали конкуренции, потому что сильно огорчались после какого-то проигрыша: у них просто опускались руки, умирала мотивация работать дальше. Поэтому Ване и Кате я желаю терпения и еще раз терпения, а трудолюбие у них есть. Если они будут верны себе и своим целям, то будет и успешная карьера.

Новый возрастной ценз

Главная интрига 2026 года

Елена Жгун

Ни для кого не секрет, что пройти отбор на Олимпиаду 2026 года и принять в ней участие смогут представители женского и мужского одиночного катания, которым исполнится 17 лет на 1 июля, предшествующее началу сезона 2024/25 года. Данное решение о повышении возрастного ценза, опубликованное в коммюнике №2494 Международного союза конькобежцев от 30 июня 2022 года, потребует оптимизации и совершенствования системы подготовки фигуристов с целью адаптации к новым требованиям правил международной системы соревнований. Главной интригой и проблемой является вопрос: сумеют ли фигуристки возраста 17 лет и старше сохранить тот фантастический уровень сложности и разнообразие прыжков в четыре оборота в своих программах, который они демонстрируют сегодня на первенствах России различного уровня в 12-14 лет?

Чтобы ответить на этот вопрос, для начала следует посмотреть, как сейчас обстоят дела с прыжками ультра-си в женском и мужском одиночном катании. Учитывая повышение возраста допуска одиночников на соревнования, будет интересно проследить соотношение возраста фигуристов и наличия прыжков в четыре оборота в их программах. С этой целью было предпринято небольшое исследование, в ходе которого проанализировано более 110 соревновательных программ с сентября 2022 по март 2024 года и проведена оценка количественных показателей прыжков в 4 оборота и Акселя в 3,5 оборота в произвольных программах сильнейших фигуристов России и мира.

В первом сезоне нового олимпийского цикла (2022-2026 гг.) в мужском одиночном катании продолжился активный процесс освоения и успешного исполнения в соревновательных программах всех видов прыжков высшей категории сложности. Это подтверждается тем, что в се-

зоне 2022/23 впервые в истории официально зарегистрировано исполнение прыжка Аксель в 4,5 оборота 18-летним представителем США **Ильей Малининым**. Скорее всего, повышение возрастного ценза до 17 лет не скажется отрицательно на мужском одиночном катании: у юношей, которые успешно пережили время пубертата, стремительный скачок роста и в связи с этим временную раскоординацию движений, после 17 лет наблюдается рост мышечной массы и появляется серьезная мотивация. Их взросление сопровождается стремлением доминировать, побеждать, испытывать адреналин от исполнения сложных элементов в отличие от многих девушек, у которых в пубертатный период начинается подготовка к будущему материнству и природа активирует инстинкт самосохранения, что в отдельные периоды проявляется в появлении страха исполнения многооборотных прыжков. В этот период у спортсменок часто падает мотивация продолжать тренироваться и работать над собой, пото-

Сумеют ли фигуристки 17 лет и старше сохранить тот фантастический уровень сложности и разнообразие прыжков в четыре оборота, который они демонстрируют сегодня в 12-14 лет?

му что во время пубертата меняются и психика, и тело. Поддержание надлежащей спортивной формы к 17 годам и старше будет зависеть прежде всего от генетики и особенностей физиологии спортсменки, а также от культурно-бытовых традиций семьи и от собственных волевых усилий спортсменки. Самоконтроль за массой тела должен присутствовать в жизни фигуристки с этапа начальной подготовки, потому что, когда «накрывает» пубертат, брать себя в руки и переходить на здоровое сбалансированное питание сложно. Но даже после того, как организм перестроится на новый лад и пройдет острый период увеличения массы тела, страх прыгать или отсутствие мотивации кататься может остаться. Как бы тренеры ни говорили «терпи, работай», перестройка тела часто все равно давит на спортсменку без наличия исключительной мощной мотивации. Чтобы улучшить психоэмоциональное состояние фигуристок и как-то поднять мотивацию, возможно, есть смысл создать для них возможность соревноваться исключительно в своей возрастной группе.

Бесспорное лидерство

В настоящее время у российских одиночниц пик стабильного исполнения четверных прыжков приходится на возраст девушек 12-13 лет. Сегодня в России наблюдается сумасшедшая конкуренция на фоне поражающей воображение сложной координации. Если два-три года назад мы знали имена лишь **Щербаковой, Трусовой и Валиевой** как исполнительниц четверных прыжков, то за это время наши тренеры воспитали внушительное число уникальных спортсменок. Сейчас практически в каждой школе есть тренеры, которые, если к ним придут способные дети, гарантированно обучат их качественным многооборотным прыжкам. Действующая система судейства

Жгун Елена Вячеславовна

Заслуженный тренер России

Дата рождения: 24 августа 1957 г. (Москва, СССР)

Тренерская деятельность:

Тренер-преподаватель ГБУ «Московская академия фигурного катания на коньках» «Конек Чайковской» (2000–2022).

Ученики: за более чем 20 лет работы подготовила победителей и призеров первенств России, этапов и финалов Кубка России (взрослые и юниоры), этапов ИСУ Гран-при (юниоры), спартакиад молодежи и учащихся, Всемирной универсиады молодежи и студентов, чемпионатов и первенств г. Москвы и других Всероссийских и международных соревнований.

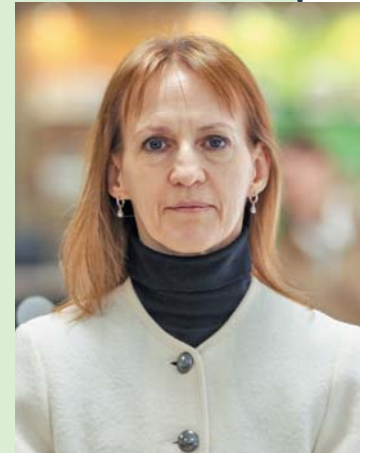
Преподавательская деятельность:

С 1989 года по настоящее время — преподаватель в РУС «ГЦОЛИФК» (доцент кафедры «Теория и методика конькобежного спорта, фигурного катания на коньках и керлинга»).

С 2003 года по настоящее время — приглашенный специалист на курсы повышения квалификации для тренеров по фигурному катанию России.

За 35 лет преподавательской деятельности Елена Жгун подготовила более 70 специалистов по фигурному катанию на коньках, в их числе: Ирина Жук, Даниил Глейхенгауз, Сергей Росляков, Ирина Слуцкая, Илья Клишкин, Алексей Василевский, Кристина Горшкова — Виталий Бутиков, Сергей Добрин и др.

Научная деятельность: кандидат педагогических наук. Автор более 50 публикаций, в том числе трех учебных пособий, используемых в учебном процессе при подготовке специалистов физкультурных вузов.



Елена Костылева



Лев Лазарев

Скорее всего, повышение
возрастного ценза до 17 лет
не скажется отрицательно
на мужском одиночном
катании

На рис. 1 представлены данные показателей возраста и количества прыжков в 4 оборота в произвольных программах сильнейших представителей женского одиночного катания на чемпионате России и финале Гран-при в сезоне 2022/23. Эти два старта были приняты за основу для сравнения, так как проходили примерно в одинаковые сроки в декабре 2022 года.



МНЕНИЕ

Рис. 2 иллюстрирует показатели возраста и количества прыжков в 4 оборота в произвольных программах сильнейших представителей женского одиночного катания на чемпионате России (2023) и Первенстве России среди юниоров (2023).

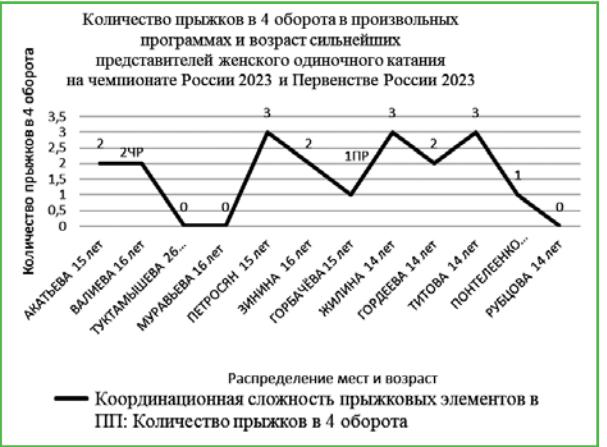
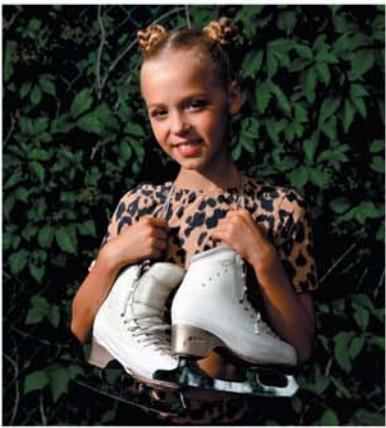


Рис. 3 дает представление о ситуации в мужском одиночном катании в России и мире. Анализ возраста участников чемпионата России 2023 года в мужском одиночном катании показал, что все участники (100%) были старше 17 лет.



Как показано на рис. 3, представители России значительно уступают фигуристам Японии и США по количеству и разнообразию прыжков в 4 оборота в произвольных программах. Чемпион мира 2023 года **Шома Умо** (Япония) показал в произвольной программе пять прыжков в 4 оборота, **Илья Малинин** (США), который владеет уникальным прыжком Аксель в 4,5 оборота, выполнил шесть.



реклама

АГ®

"Азбука Фигуриста - бренд профессиональной экипировки для фигуристов от "А" до «Я», где визитной карточкой является индивидуальность!"

Основатель и вдохновитель
Шайкевич Н.

azbukafigurista.ru

Спорт должен быть красивым!!!

Исполнительный директор Нудина Е.С.

которых — четверной риттбергер. В сезоне 2023/24 **Аделя Петросян** представила успешное исполнение прыжка флип в 4 оборота.

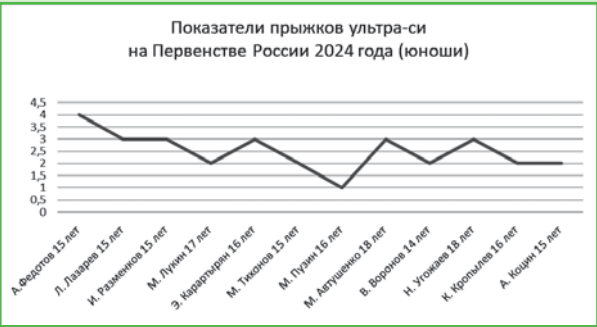
Чемпионка России 2023 года **Софья Акатьева** выполнила два четверных тулупа, а также Аксель в 3,5 оборота, но с ошибкой. **Елизавета Туктамышева** и **Софья Муравьева**, показавшие соответственно третий и четвертый результат, исполнили по два прыжка Аксель в 3,5 оборота, что является очень сложным для женского одиночного катания. Возрастной диапазон среднего возраста участниц составил 15-16 лет, за исключением 26-летней Елизаветы Туктамышевой. Возрастную группу старше 17 лет на чемпионате России составили всего три спортсменки из 18 участниц. Прыжки в 4 и 3,5 оборота успешно выполняли фигуристки 15-16 лет, и ни одна спортсменка старше 16 не представила данных элементов, за исключением Елизаветы Туктамышевой.

На международных стартах прошлого сезона зарубежные спортсменки не включали в свои соревновательные программы прыжки в 4 и 3,5 оборота, и средний показатель возраста сильнейших фигуристок находился в пределах от 19 до 22 лет (средний возраст 20 лет), исключением стала 15-летняя **Изабо Левито** (США), победительница первенства мира среди юниоров 2022 года. Следует отметить, что в сезоне 2023/24 ситуация начала менять-

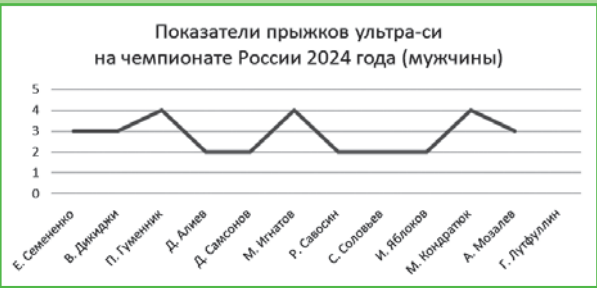
ся и за рубежом также идет процесс освоения прыжков в 4 и 3,5 оборота.

Полученные результаты сравнительной оценки количества прыжков ультра-си в программах сильнейших представителей одиночного катания России и мира в категориях взрослых и юниоров говорят о том, что спортсменки из России остаются бесспорными лидерами по всем показателям в женском одиночном катании. В сезоне 2023/24 года Аксель 3,5 оборота и прыжки в 4 оборота (4Л, 4Т, 4С) представлены в произвольных программах **Маргариты Базылюк**, **Алисы Двоеглазовой**, **Лидии Плескачевой** (3А), **Алены Приневой**, **Елены Костылевой**. В мужском одиночном катании по результатам сезона 2022/23 преимущество сохраняли фигуристы Японии, США и Южной Кореи, которые имели лучшие показатели по количеству и качеству прыжков всех видов в 4 оборота. Также очевиден прогресс в плане повышения качества и разнообразия прыжков представителей России в мужском одиночном катании в сезоне 2023/24. Возросла координационная сложность прыжков наших юниоров, которые исполняют в программах, кроме Акселя в 3,5 оборота, и прыжки 4Л, 4Ф, 4Т, 4С. Чемпионат России 2024 по прыжковым элементам выиграли **Арсений Федотов** и **Лев Лазарев**, они же стали победителями и призерами всех основных соревнований в категории «юниоры».

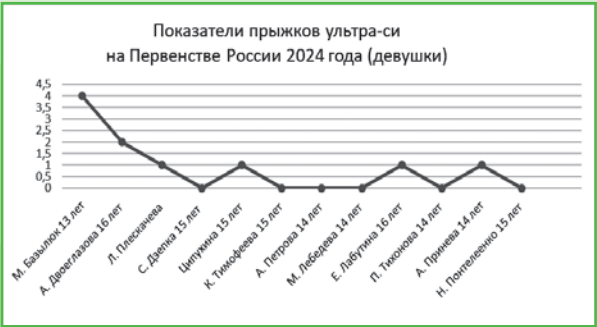
Первенство России 2024 (юноши)
Возраст участников 14-15 лет составил суммарно 64,6 %.



Чемпионат России 2024 (мужчины)
Возраст участников старше 17 лет составляет 100%.



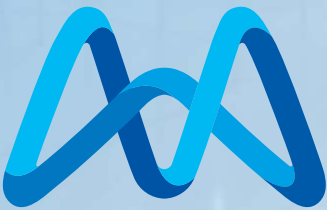
Первенство России 2024 (девушки)
Возраст участниц 13-14 лет составил суммарно 83,3%.



Чемпионат России 2024 (женщины)
Возраст спортсменок старше 17 лет составляет 33,3%.



Реклама. scmolodezhka.ru



МОЛОДЁЖКА®
• спортивные комплексы •

Достигни лучшего

г. Москва, ул. Молодогвардейская, 63Б, строение 2
+7 (980)8888-040
scmolodezhka@gmail.com

Парный элемент

Тодес, выброс, подкрутка, поддержка — как это делается?

Парное катание считается технически самым сложным видом фигурного катания, причем не потому что парники исполняют тройные прыжки, а потому что все парные элементы они делают благодаря скоординированным между собой действиям. Как разучиваются эти элементы, что является самым сложным и как достигается совершенство? «МФ» расспросил об этом заслуженных мастеров спорта в парном катании Марию Петрову и Алексея Тихонова.



Подкрутка в исполнении Александры Бойковой — Дмитрия Козловского

Официальный спонсор



Тихонов Алексей Владимирович

Заслуженный мастер спорта России (парное катание).

Дата рождения: 1 ноября 1971 г. (Куйбышев, СССР).

Тренеры: Людмила Великова, Георгий Великов, Татьяна Тарасова, Юлия Ренник, Ардо Ренник, Вера Бирбраер.

Образование: высшее, НГУ им. П.Ф. Лесгафта.

Основные спортивные результаты:

с Ириной Сайфутдиновой — чемпионат мира среди юниоров: бронза (1989);

с Юкико Кавасаки (за Японию) — чемпионаты Японии: золото (1993, 1994);

с Марией Петровой — чемпионаты мира: золото (2000), серебро (2005), бронза (2003, 2006);

чемпионаты Европы: золото (1999, 2000), серебро (2004, 2007), бронза (2002, 2003, 2005, 2006);

чемпионаты России: золото (2006), серебро (1999, 2000, 2001, 2003, 2004, 2005), бронза (2002);

Олимпийские игры: 6-е место (2002), 5-е место (2006).

Место работы: МАФК (отделение «Хрустальный») — тренер.



Петрова Мария Игоревна

Заслуженный мастер спорта России (парное катание).

Дата рождения: 29 ноября 1977 г. (Ленинград, СССР).

Тренеры: Людмила Великова, Георгий Великов.

Образование: высшее, НГУ им. П.Ф. Лесгафта

Основные спортивные результаты:

с Антоном Сихарулидзе — чемпионаты мира среди юниоров: серебро (1993), золото (1994, 1995), чемпионат России: серебро (1995);

с Таймуразом Пулиным — чемпионат мира среди юниоров: серебро (1997);

с Алексеем Тихоновым — чемпионаты мира: золото (2000), серебро (2005), бронза (2003, 2006);

чемпионаты Европы: золото (1999, 2000), серебро (2004, 2007), бронза (2002, 2003, 2005, 2006);

чемпионаты России: золото (2006), серебро (1999, 2000, 2001, 2003, 2004, 2005), бронза (2002);

Олимпийские игры: 6-е место (2002), 5-е место (2006).

Тодес

— Мария, Алексей, почему тодес еще называется «спираль смерти»?

Алексей: Этот элемент в 1920-х годах придумали немцы, в 1948-м на Олимпийских играх впервые за одну руку исполнили канадцы. В 1960-х Людмила Белоусова — Олег Протопопов придумали три тодеса и назвали их так: «спираль классическая» — это тодес назад-внутри, «спираль жизни» — вперед-внутри и «спираль любви» — вперед-наружу.

Мария: Я думаю, они прекрасно понимали все нюансы и сложности этого «простого» элемента. А название

«спираль смерти» появилось потому, что голова партнерши располагается слишком близко к коньку партнера. Если тот, не дай бог, будет падать, то может ее поранить. Понятное дело, на любом элементе такое может случиться, но в то время еще не было таких элементов, какие есть сейчас, и тодес казался очень рискованным.

Алексей: Зрителям он может казаться не таким сложным, как выброс или подкрутка, но профессионалы знают, что сделать классический тодес с большим количеством оборотов не так уж просто.

— А в чем загвоздка?

Мария: Теряется натяжение в руках партнеров, партнерша под конец начинает подвезжать к партнеру все ближе и ближе, и дальше вращение становится невозможным. В тодесе важно держать и контролировать это натяжение как основу всего элемента, тогда он не развалится и будет смотреться динамично.

Алексей: Партнер, стоя в циркуле, никаким образом не может подтолкнуться, чтобы дать дополнительный импульс вращению, а партнерша тоже его не раскручивает и не дает ему ускорения. Партнер, когда ему скорости на третий оборот уже

Мария: Название «спираль смерти» появилось потому, что голова партнерши располагается слишком близко к коньку партнера

не хватает, может попытаться приподняться, чтобы дожать этот оборот, но как только судьи это зафиксируют, они все предыдущие обороты обнуляют и начинают считать обороты заново.

Мария: Собственно, поэтому никто не делает тодесы более трех оборотов.

Алексей: Я видел четыре-пять оборотов в вариации «вперед-внутри», но без скорости это было грустное зрелище.

— Я правильно понимаю: существует четыре варианта исполнения тодеса?

Алексей: Совершенно верно. Партнер всегда стоит на правой ноге назад-наружу и по спирали завинчивается с большего радиуса в меньший, принимая положение циркуля, а все эти четыре варианта исполняет только партнерша.

Мария: Самые простые для девочки — это тодесы на правой ноге «вперед-внутри» и на левой ноге «назад-внутри». Более сложный вариант — на правой ноге «назад-наружу» и самый сложный, который редко делают, — на левой ноге «вперед-наружу».

Алексей: В правилах указано: во всех вариантах голова партнерши должна быть ниже колена партнера, а тодес «вперед-наружу» своей архитектурой не позволяет партнерше лечь в горизонтальную плоскость, поэтому ей приходится достаточно сильно прогнуться в грудном отделе позвоночника, чтобы опустить голову. Визуально положение похоже на мостик. В качестве примера его можно посмотреть у олимпийских чемпионов 2022 года китайцев Суй Вэньцзин — Хань Цун.

Мария: Тодесы различаются по стоимости: «вперед-внутри» — самый дешевый, уже подороже будет тодес «назад-внутри», следующий по цене — «назад-наружу», и самый дорогой и редкий — это тодес «вперед-наружу».

— Почему же он редкий, если самый дорогой?

Мария: Потому что даже на базовом уровне на него надо потратить много сил, а уж набрать сложности на 4-й уровень практически невозможно. А если наберешь, то сильно устанешь. Если же сделать даже самый дешевый «вперед-внутри» и со-

брать все черты сложности плюс дополнительно высокие GOE от судей, то в сумме получится почти так же. И нет смысла мучиться.

Алексей: В этом году обязательным элементом в короткой программе будет тодес «назад-наружу». Поскольку по правилам в произвольной программе пары должны показать различные тодесы, думаю, мы увидим сочетание двух дорогих вариантов, а самый дешевый и самый дорогой будут забыты.

— Что является для тодеса чертами сложности? Они реально усложняют вход-выход или просто украшают элемент?

Мария: Они действительно усложняют исполнение, поскольку по правилам вход в элемент должен происходить именно из сложной позиции, которую спортсмен принял. Например, партнерша должна из складки или пистолетика сразу лечь в тодес как бы единым движением без паузы. Судьи это контролируют.

Алексей: У партнера сложным входом считается позиция кораблика, когда он едет по дуге левой ногой вперед наружу и должен, не вы-

растая, перейти в циркуль. Это черта сложности, хотя для пары такой вход наименее трудоемкий.

Мария: В один год ИСУ ввел черту, которая считалась сложной для партнеров: переход из заднего циркуля в передний. На деле получался один оборот в заднем циркуле и один оборот в переднем. То есть как только девочка только легла в тодес и сделала оборот, так мальчик переходил в передний циркуль, и девочка оставалась позади него.

Алексей: Да, тот тодес оценивался хорошо, и все начали его делать, но из-за смены положения красивого циркуля в выпаде ни у кого не получалось, поэтому он выглядел так себе. Потом ИСУ отменил эту опцию,

лет будет служить украшением программы, но он подвергнет риску весь элемент. Что касается выхода из тодеса перелетом, то там другая проблема: в конце в руках ослабевает натяжение, поэтому поднять в воздух партнершу будет сложно, а главное — не будет эффектно. Может быть, однажды такие перелеты кто-нибудь и сделает, но пока все делают реальные вещи.

— Как спортсмены разучивают тодесы с нуля?

Мария: Учат в зале. Если сразу выйти на лед, то ничего не получится. Партнерша для начала должна понять, что значит находиться в горизонтальной плоскости, опираясь лишь на руку партнера и ребро

своего конька. Она должна научиться принимать позиции, держать их ровно, без вывала в какую-либо сторону, обязательно ощущая упор руки. Партнерша должна понять, как напряжением мышц держать прямую линию — рука, опорное плечо, спина, бедро и нога, на которой она стоит. Если эту линию не держать или сделать прогиб в спине больше, чем надо, то есть риск уйти с ребра и упасть.

Алексей: Партнер в зале учится принимать позу циркуля, он должен понять, как у него работают плечи и рука, а потом уже выходить на лед. Да и на льду сначала пробуют разные подводящие движения типа обводки партнерши в ласточке или арабеске, чтобы партнер научился заходить на

Алексей: Профессионалы знают, что сделать классический тодес с большим количеством оборотов не так уж просто

предложив в качестве новой черты тодес в три оборота.

Мария: На самом деле парники привыкают ко всем этим сложным позициям, они их нарабатывают до автоматизма, даже порой забывают, как делать вход из простой позиции.

Алексей: В результате на 4-й уровень сложности пара должна сделать: любой сложный вход и/или выход для партнерши или партнера, позицию циркуль, голова девочки располагается ниже колена партнера и три полных оборота.

— Можно ли исполнить заход на тодес или выход из него с отрывом партнерши ото льда, с каким-то перелетом? Это не запрещено?

Алексей: Не запрещено, однако технически это сложно сделать, поскольку после перелета партнерше надо как-то попасть на льду в точку, которая обеспечит правильный радиус и натяжение в руках. Сам пере-



Заход на выброс
в исполнении
Кристины Астаховой —
Алексея Рогонова

Алексей: Партнер перед броском представляет собой пружину, идеальную, если колени и локти одновременно включатся при броске вверх

циркуль, вести ее по дуге, держать центровку, чувствовать натяжение в руках, которое должно быть постоянно.

— Бывает, что руки размыкаются?

Мария: Если только партнерша их каким-то кремом намазала перед стартом.

Алексей: Все хваты заранее отрабатываются, ищется тот, который для ребят удобный и надежный. Причем на каждый тодес есть свой хват руками.

— Чьи тодесы вы считаете эталонными?

Алексей: Из наших парников прошлых лет это Екатерина Гордеева — Сергей Гриньков, Елена Бережная — Антон Сихарулидзе, Татьяна Волосожар — Максим Траньков, Ирина Роднина со своими партнерами и многие другие, которые прекрасно их выполняли. Из зарубежных, пожалуй, канадцы Джейми Сале — Давид Пеллетье.

В нынешней сборной все наши ребята хорошо делают тодесы. В этом сезоне обязательным элементом будет сложный тодес «назад-наружу» — вот посмотрим, кто как справится.

Выброс

— Выброс имеет репутацию самого эффектного и рискованного элемента парного катания. Как он появился?

Мария: Первым в истории парного катания был выброс Аксель в полтора оборота. Его исполнили американцы — брат и сестра Кауфманы — на Олимпиаде в Гренобле в 1968



Выброс в исполнении
Пан Цин — Тун Цзянь (Китай)

Мария: Самые красивые выбросы — те, которые прыгают с дуги, поскольку дуга увеличивает пролет

короткой программе для юниоров, то наказать могут.

— Как оценивается качество исполнения выброса судьями?

Алексей: Здесь важна скорость обоих партнеров перед элементом, в идеале скорость входа в выброс и скорость выката из него должна быть одинаковой. Затем длина и высота пролета и длина выезда у партнерши. Чем длиннее выкат, чем он уверенней, тем лучше.

— Можно ли увеличить оценку с помощью каких-то черт сложности?

Алексей: Можно с помощью сложных входов. Любая акробатика приветствуется. Например, Александра Бойкова — Дмитрий Козловский заходят на выброс тройной риттбергер через сальто назад, а потом максимально быстро в темп они делают выброс.

году. Долгие годы этот выброс так и назывался «Кауфман».

— Выбросы как-то различаются по сложности?

Алексей: Теоретически выброс можно сделать с захода на любой прыжок, и его стоимость будет практически соответствовать стоимости прыжка. Самый дорогой из двойных прыжков и самый дешевый из тройных — это Аксель в два с половиной оборота, поэтому его редко делают. Немецкая пара Алена Савченко — Робин Шелковы тренировала выброс в три с половиной, но чисто на соревнованиях он у них так и не получился.

Мария: Самые красивые выбросы — те, которые прыгают с дуги, поскольку дуга увеличивает пролет.

На мой взгляд, самыми красивыми были выбросы двойной Аксель и тройной сальхов у Екатерины Гордеевой — Сергея Гринькова. Они у них получались с длинным выездом. Их выбросы выглядели просто невесомыми: не было ощущения метания снаряда. Зубцовые выбросы тоже хорошо смотрятся, но они получаются короче, а с тулупа сейчас вообще никто не прыгает, потому что с него неудобно. То есть в активе используют четыре прыжка: сальхов, риттбергер, флип и лутц. Правда, в парном катании на флипе или лутце не наказывают за неправильное ребро, поскольку их стоимость одна и та же.

Алексей: Если флип или лутц является предписанным элементом в

Мария: Усложнять элемент акробатикой есть смысл только в том случае, когда пара уверена на сто процентов, потому что после каких-то акробатических наворотов партнерше надо за доли секунды принять нужную позицию и выполнить выброс.

Алексей: Большие мастера тем и отличаются, что могут себе позволить такие украшения, которые внешне смотрятся легко, а на деле это сложная координационная работа.

— Насколько выброс сам по себе сложный элемент?

Алексей: Если одиночники исполняют прыжок в одиночку, то на выбросе парники его делают вдвоем. Только они своими слаженными действиями усиливают прыжок и делают его между собой пополам.

Мария: Партнерша перед выбросом подсаживается на опорной ноге и давит в руки партнера, чтобы сохранить позицию. Ее задача в этот момент — быть ровной. Она должна толкнуться, и в момент отрыва они с партнером должны совпасть по усилию и движению. Высота и пролет выброса будет зависеть от броска партнера, как и выезд.

Алексей: Это такая жесткая связка, когда они в выбросе становятся одним целым, чтобы одновременно толкнуться. Тут нельзя менять наклон, позицию и дугу наезда, нельзя сильно подкручивать партнершу относительно ее оси, потому что она может сбиться с направления полета.

Мария: Если партнеры совпали в момент толчка, то партнерше вообще ничего не надо делать. Ей главное на заходе — встать ровно в свою позицию, держать руками упор в руки партнера, подсесть в толчок, причем не сильно, и дальше уже не мешать партнеру.

Мария: В парном катании все легко и просто, если партнеры сумели совпасть. Это даже важнее того, что ты умеешь делать

Алексей: Я бы сказал, что партнер помогает ей его делать. Он должен создать момент наката в выброс, правильно поймать момент толчка, чтобы бросить девочку не позже и не раньше. Если он чувствует, что партнерша на заходе заваливается либо в круг, либо из круга, он должен ее выровнять. Правда, скорректировать центровку могут только мастера, ведь все происходит за секунду. У одиночников тоже бывает вывал на прыжках, но они могут его скомпенсировать на выезде, а парникам из-за большой амплитуды полета так сделать сложно.



Подкрутка в исполнении Евгении Тарасовой — Владимира Морозова

Мария: В парном катании все легко и просто, если партнеры сумели совпасть. Это даже важнее того, что ты умеешь делать.

— Сколько времени парники учат выброс?

Алексей: Изначально пробуются одинарные выбросы в зале и на льду, чтобы отработать въезд в элемент, толчок и отрыв. Потом, когда момент толчка совпадает, когда есть отрыв и пролет, то уже добавляются обороты. Сделать двойной выброс — это две недели, на третьей уже начинают пробовать тройной. Правда, для того, чтобы он стал стабильным, надо больше времени — обычно сезон.

Мария: Когда я каталась в паре, то совершенно не умела делать двойной выброс, потому что мы всегда делали одинарный для проверки толчка, высоты и выезда, а затем шли на тройной.

— Если этот элемент так быстро выучивается, то почему случаются ошибки, падения?

Мария: Бывает, не хватило выносливости в прокате, или очень хотели сделать хорошо и перестарались, или не совпали по амплитуде: партнерша могла идти на выброс активно, а партнер нет. Еще бывают какие-то недоразумения: соскочил с ребра во время толчка или попал в чужой

след в начале выброса. Партнеру в момент выброса тоже сложно: случается, он настолько вкладывается в выброс, что по инерции летит за ней через зубцы рыбкой.

Алексей: В фазе обучения какие-то ошибки возможны, а с ростом мастерства их становится гораздо меньше. Но вообще этот элемент надо делать с холодной головой.

Подкрутка

— Какой элемент сложнее: выброс или подкрут?

Мария: Для меня лично подкрут всегда был более сложным элементом. Мы с Алексеем его делали в классическом варианте: я вылетала не горизонтально, как сейчас это делают, а вертикально, и боялась задеть партнера коньками. Сейчас из-за смены положения партнерши в воздухе он стал менее опасным.

Алексей: Я тоже считаю, что выброс проще делать, чем подкрут.

— Подкрут и выброс при обучении идут в паре?

Алексей: Нет, это совершенно разные элементы, хотя и в том и в другом случае важно, чтобы партнеры совпали в момент толчка. Для этого они оба подсаживаются в плие, в этот момент руки партнера должны находиться на талии партнерши, а ее руки должны на них опираться. Партнер перед броском представляет собой пружину, идеальную, если колени и локти одновременно включатся при броске вверх. Партнерша тоже толкается, и не только ногами, но и руками, которыми она давит на руки партнера. В целом это должно быть похоже на выстрел снаряда, на старт ракеты с космодрома: взрывное движение вверх. Важно это делать в хорошем темпе, без остановок. Если все сделано технично, то мы получаем подкрут, как у **Татьяны Волосожа** — **Максима Транькова**, **Евгении Тарасовой** — **Владимира Морозова**. У Тарасовой — Морозова, на мой взгляд, в последнее время вообще была лучшая подкрутка в мире.

— С какого прыжка партнерша уходит в подкрут?

Мария: Только с лутца. Раньше еще делали с Акселя, но в этом случае партнеры должны стоять лицом друг к другу, что более опасно. На Играх в Сараево в 1984 году наша пара **Елена Валова** — **Олег Васильев** делали два подкрута: лутц и Аксель. Больше я не помню никого с таким набором.

— При оценивании этого элемента на что судьи обращают внимание?

Алексей: Обращают внимание на скорость перед выполнением элемента, особенно если сложный вход — это шаги, положение шпагат ног партнерши, на высоту подкрута у партнерши и на скорость выката.

— Какие черты сложности есть у подкрута?

Мария: Одной чертой является сложный вход с определенных шагов, например моухок, чок-тау и

ся на работе с высотой и получить надбавки за это. В итоге, чтобы получить 4-й уровень за подкрут, пара должна без паузы зайти на элемент со сложного входа, затем партнерша на подъеме вверх должна выполнить шпагат, дальше партнер, пока она в полете, должен успеть опустить руки вниз и, наконец, поймать партнершу руками четко под косточки бедер, без касания друг друга какими-либо частями тела. Партнерша в момент приземления должна открыть руки вверх, чтобы мальчик мог ее подхватить. Она должна быть натянута, как струна.

Мария: Партнерша вообще постоянно должна быть как струна.

— В момент броска партнерши наверх и в тот момент, когда партнер ее ловит, каким образом он удерживает равновесие?

Алексей: Есть несколько техник выполнения подкрута партнером.

Мария: Нынешние спортсмены — заложники системы: они учат только дорогие элементы

дальше дуга наезда. Если партнерша в этот момент оказалась далеко от партнера, он должен ее максимально близко к себе подкатить, но без рывка. Дальше делается плие, толчок и выход наверх в подкрут. Классический шпагат теперь стал чертой сложности, хотя раньше это был атрибут подкрута, этот элемент так и назвался: «лутц-шпагат».

Когда девочка толкается, то ее левая нога сразу же идет в разножку (шпагат. — Прим. ред.), в этот момент партнер должен уйти с траектории движения ее ноги, чтобы не получить удар себе в ногу.

Алексей: Некоторые пары жертвуют шпагатом, который, как парашют, тормозит скорость полета, и считают, что им лучше сосредоточить-

Например, когда на входе пара идеально попала в толчок, то партнер во время броска наверх даже немного подпрыгивает, чтобы самому перестроиться на передний ход и затем поймать партнершу. Есть другая техника: партнер встает на зубцы, и дальше он просто переступает и доворачивает себя на передний ход. Еще бывает техника, когда левая нога партнера идет в стопор поперек хода, дальше идет бросок, а затем он уже доворачивается на ход вперед. Так Володя Морозов делал, но это редкая техника.

Мария: Если вот так все подробно рассказывать, то начинает казаться, что все это просто невозможно сделать. На самом деле в быстром темпе оно как-то само делается.

— Кто придумал такой элемент, как подкрутка?

Мария: Если честно, мы не знаем. Знаем только, что до конца 1960-х годов пары выполняли одинарную подкрутку, а уже в 70-х начали делать тройные. Первую четверную подкрутку сделали наши спортсмены **Марина Черкасова и Сергей Шахрай**.

Поддержка

— Кто главный в паре при выполнении поддержки?

Мария: Конечно, партнер. Зрители обычно обращают внимание на работу девочки, а то, что делает мальчик, не замечают, хотя все на 80% зависит от него.

— Что лежит в основе градации поддержек по сложности?

Алексей: Они делятся на категории в зависимости от способа подъема партнерши вверх. Я бы выделил три базовые группы: свечки, жимы и

Алексей: Отличие входа лассо в том, что во время жима левая и правая рука партнера находятся на разном уровне

лассо. Самый простой способ — это подъем за какую-то часть тела, бедро или талию, на сленге у парников он называется «свечка». Средней сложности — подъемы жимом или рука в руке. Наконец, самый сложный — это вход через лассо. Внутри каждой категории есть свои варианты исполнения, так что видов поддержек достаточно много.

Мария: Увидеть простую поддержку на соревнованиях сейчас достаточно сложно, если только она не указана как обязательный элемент в короткой программе. В прошлом сезоне обязательной была поддержка за бедро, в протоколе ей соответствует значок 3 Li.

Алексей: Простые поддержки особо не пользуются спросом. Спор-

тсмены стараются делать те, которые посложнее, а значит, подороже. Произвольную всегда наполняют всем самым сложным: зачем использовать поддержки из третьей категории, когда можно сделать из пятой?

Мария: В этом сезоне обязательной будет поддержка жимом из четвертой категории — 4 Li. Варианты могут различаться в позиции партнерши перед подъемом: либо лицом к партнеру, либо спиной к нему, но главное — подъем должен быть жимом в две руки, а дальше уже можно переходить в любую позицию.

Алексей: Поддержки из пятой категории — лассо (5 Li) — тоже имеют множество вариаций.

— В чем отличие поддержек четвертой категории от пятой?

Алексей: Отличие входа лассо в том, что во время жима левая и правая рука партнера находятся на разном уровне, а партнерша во время подъема делает почти оборот вокруг партнера.

Мария: Его движения напоминают бросок лассо.

Алексей: Партнер сгибает левую руку в локте, дает девочке точку опоры, которая располагается на уровне его бедра или чуть выше; его правая рука находится у него надо головой, готовая стать следующей точкой опоры; затем партнер подсаживается, чтобы партнерша с левой или правой ноги начала прыжком делать вход в поддержку. Ее задача, находясь в движении подъема на опорной левой руке, начать давить на правую руку как на вторую точку опоры.

Мария: Партнерша именно прыжком выталкивает себя в поддержку и делает вокруг партнера практически один оборот. Для нее главное — мах в прыжке сделать не слишком широко, чтобы не сместить центровку. Поддержка лассо часто разваливается



Заход на реверс-лассо в исполнении Евгении Тарасовой — Владимира Морозова

именно по этой причине. В классическом исполнении партнерша должна выйти наверх лицом по ходу движения и тут же отпустить одну руку. После этого партнер начинает уже двигаться по площадке. Но обычно девочка отпускает руку, когда партнер уже сделал пол-оборота, потому что, пока она наверх ровно не выйдет, она руку отпустить не может.

Алексей: Партнер, когда он подсел и уже готов сделать вход в поддержку, должен не вставать на зубцы, иначе он потеряет равновесие и элемента не будет. Оценивается, когда партнер выполняет вход в поддержку не останавливаясь. Это максимально быстрый приход в первую позицию поддержки.

— Вы сказали, что у поддержки лассо есть множество вариаций. Какие именно?

Алексей: Если говорить о лассо с хода назад, то еще есть вариант сделать лассо через лутц: девочка едет ходом назад, толкается, как на лутц, и доворачивается в воздухе на полный оборот. Также есть вход в лассо с хода вперед или через Аксель. В этом случае девочка едет ходом вперед, а мальчик ходом назад, и тогда ей надо лишь пол-оборота докрутиться во время подъема, что сделать проще, чем в первом случае, когда нужно сделать полный оборот над головой партнера. Правда, это будет из четвертой категории — 4 Li.

вход и/или выход из поддержки после акробатических кульбитов. Еще одна черта — это смена позиции партнерши наверху в какую-то сложную вариацию, например в шпагат или в звезду лицом вверх или вниз, вариантов много.

Алексей: У партнеров чертами сложности являются: вход в поддержку из позиции кораблика, скольжение в поворотах во время прохода по площадке и удержание партнерши на одной руке в течение двух оборотов во время прохода по площадке. Поддержка — это не только поднять и опустить партнершу, это еще и проход на скорости по площадке с поворотами.

Алексей: Судьями приветствуется, когда партнер умеет катиться на скорости, а не переступать при переходе с заднего хода на передний

Еще есть реверс-лассо, когда мальчик и девочка едут ходом назад и партнерша входит в подъем спиной, как с прыжка риттбергер. Реверс-лассо и лассо с хода назад стоят 7 баллов ровно, так что при хорошем исполнении с учетом черт сложности можно набрать 9 баллов за каждую.

— Какие черты сложности засчитываются в поддержке?

Мария: Черта сложности засчитывается, если судьи видят какую-то координационную сложность перед выполнением поддержки и после нее. Вся эта акробатика или хореография для пары — дополнительная нагрузка, как координационная, так и физическая. Например, если пара делает реверс-лассо с заднего хода и партнерша едет в затяжке в шпагате, то она должна выйти в подъем из этой позиции.

Черты сложности у партнерши:

— Есть какие-то требования к тому, как партнер должен в поддержке делать проход по льду?

Алексей: Судьями приветствуется, когда партнер умеет катиться на скорости, а не переступать при переходе с заднего хода на передний.

Мария: Это умение, как мне кажется, либо дано от природы, либо нет. Я помню пару **Алексей Соколов и Юлия Обертас**, которые катались с нами в одной группе. Может быть, они с неба звезд не хватили, но Алексей поддержки делал идеально: он в них просто катался. В нашей действующей сборной хочу отметить это умение у пары **Екатерина Чекмарева — Матвей Янченко**.

— По каким причинам поддержка может развалиться?

Мария: Если вход в нее выполнен неправильно, не совпали на толчке и потеряли возможность ее сделать. Если сбой случился во время самой



Поддержка в исполнении Екатерины Чекмаревой — Матвея Янченко

поддержки, то, возможно, партнерша либо пошла на смену позы раньше, чем был готов мальчик, и он не успел полноценно подготовить ей точку опоры, либо она не сделала ту позицию, которую надо было. Бывает, костюм как-то соскользнул.

Алексей: Существует железное правило: если есть опасность, что партнерша упадет или они оба упадут, то партнер должен согнуть руки. В целях безопасности партнер обязан прекратить поддержку. Бывает, партнер борется до конца, пытается спасти положение, но судьи все равно видят, что она сорвана, так что по большому счету нет смысла за нее бороться.

Мария: Еще бывает причина срыва из-за качества льда: дырка или щель от чужого следа. К этому нельзя быть готовыми.

Алексей: Чтобы быть стабильными и проработать все варианты, пар-



Поддержка в исполнении
Нatalьи Хабибуллиной —
Ильи Княжука

Алексей: Существует железное правило: если есть опасность падения, то партнер должен согнуть руки. В целях безопасности он обязан прекратить поддержку

ники огромное количество раз проходят поддержки в зале. Отрабатываются входы-выходы и позиции наверху, чтобы чувствовать движения друг друга, и только потом поддержки переносят на лед. Кстати, на льду благодаря скольжению их проще делать.

— Как часто парники осваивают новые для себя поддержки?

Мария: Не так уж часто. Обычно пара осваивает какие-то три-четыре поддержки и дальше их всю жизнь делает. Конечно, если ИСУ меняет правила, то все подстраиваются, но в основном все делают уже наработанное, стараясь это просто улучшить. Мы в свое время учили все поддерж-

ки, а нынешние спортсмены — заложники системы: они учат только дорогие элементы.

— Как-то меркантильно звучит...

Мария: Да, звучит меркантильно, потому что все нацелены выиграть. Тренеры и спортсмены охотнее проявляют фантазию на предмет сложных входов и выходов из поддержек.

— В мире такая же тенденция?

Мария: Да, из года в год все в основном делают одни и те же позиции.

Алексей: Могут сказать, Татьяна Волосожар и Максим Траньков всегда были в поиске чего-то нового. Некоторые поддержки они вообще сделали первыми, и уже за ними начали все повторять. Максим

Траньков — надо отдать ему должное — первым сделал подъем в поддержку с кораблика еще в паре с Марией Мухортовой. ИСУ потом признал этот вход чертой сложности. Множество интересных штук показывали Дарья Павлюченко и Денис Ходыкин. Они немного недорабатывали по качеству, но по разнообразию были впереди. Катались не по шаблону.

— Мы сейчас переживаем период отстранения от международных стартов. Этот промежуток времени может нам быть как-то во благо?

Алексей: Время любого кризиса — это время каких-то изменений, было бы желание. Мне кажется, сейчас как раз такое время, когда задуманное можно воплотить. Здесь все зависит от желания тренера искать что-то новое и от желания спортсмена это новое искать и делать! Порой из сумасшедших идей рождается нечто прекрасное и удивительное. Любое творчество надо приветствовать и поддерживать. Нужно дерзать. И не оглядываться.



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ АРМИЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

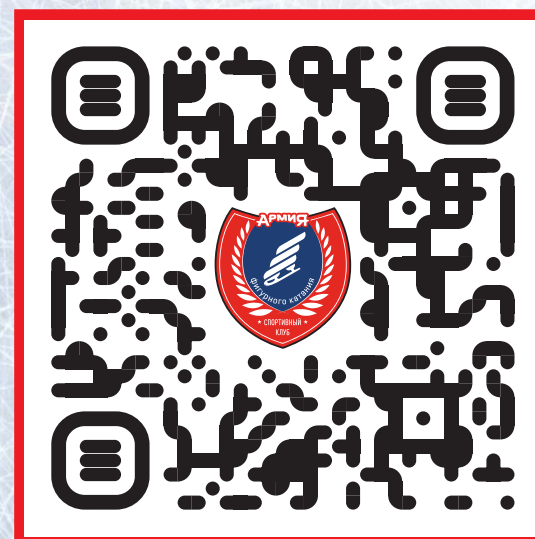
ОБЪЯВЛЯЕТ НАБОР

НА СЕЗОН 24/25

- СПОРТИВНЫЕ ГРУППЫ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ГРУППЫ
- НАБОР МАЛЫШЕЙ В ГРУППУ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ
- НАБОР СПОРТСМЕНОВ В ГРУППУ СИНХРОННОГО КАТАНИЯ

БОЛЕЕ ПОДРОБНАЯ
ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ:

+7 969 104-104-1





Людмила
Пахомова —
Александр
Горшков

Задачка не для всех

Текст: Ольга Вerezemская
Фото: Юлия Комарова,
Марина Евдокимова,
Ольга Тимохова, а также из личных
архивов Евгении Богдановой

Эдуард Самохин: «Танцы на льду — это уникальный вид фигурного катания, основанный на ювелирной технике скольжения»



Самохин Эдуард Евгеньевич

Заслуженный тренер России.

Дата рождения: 2 июля 1944 г.

Тренер: Юрий Невский, Александр Трещов, Юрий Циммерман.

Образование: высшее, МГПИ им. Ленина.

Клуб: ДСО «Спартак» («Сокольники»).

Ученики: Сергей Пономаренко, Татьяна Дурасова, Марина Климова, Елена Крыканова, Евгений Платов, Майя Усова, Александр Жулин, Елена Гаранина, Игорь Завозин и др.

— Эдуард Евгеньевич, на ваш взгляд, танцы на льду сегодня и 30 лет назад — это разные танцы?

— Безусловно, они отличаются. За 30 лет танцы на льду стали сложнее, потому что изменилась соревновательная программа, а также изменились сложность и техника исполнения. Когда из соревнований исключили обязательные танцы, когда в программу включили новые обязательные элементы: твизлы, вращения, поддержки и прочее, — то танцы изменились.

— Вы согласны с решением ИСУ исключить обязательные танцы из соревновательной программы?

— Да, я бы тоже их отменил, потому что зрителям было скучно на это смотреть. Что такое обязательные танцы? Это те же обязательные фигуры, только выполненные под музыку и в связках. Если тренер соотносит что-то в технике, то он способен обучить своего спортсмена кататься с помощью придуманных им упражнений, составленных связок и прочее. Обязательные танцы можно оставить для разучивания парам 2-го и 1-го спортивных разрядов, чтобы не придумывать для них велосипед.

— Почему в танцах на льду процесс обучения такой длительный, что спортсмены только ближе к 30 годам выходят на какой-то высокий уровень?

— Это связано с законом танца: спортсмен должен на льду уметь владеть своим телом настолько, чтобы мочь танцевать. В нем все должно быть совершенно: и техника, и пластика. От природы человек может быть и музыкальным, и прекрасно сложенным, но если он по коньку слабый, то показать себя на льду не сможет.

— Вам нравится сегодняшний уровень технической подготовки наших танцоров?

— Могу сказать, что по технике все танцоры выглядят примерно одинаково, потому что все делают одни и те же элементы, просто кто-то сам по себе сильнее, а кто-то слабее, но в основном все одинаковые. То же самое могу сказать по постановкам танцев. У нас почти все делают по три-четыре беговых для разбега перед дорожкой, потом еще три-четыре беговых и какой-то следующий элемент и так далее. В последнее время я, к сожалению, не вижу у наших танцоров во время исполнения ими программ характер самого танца. За последний период увидел что-то характерное в произвольной программе дуэта Варвара Жданова — Тимур Богданов-Смирнов (тренер Ксения Румянцева. — Прим. ред.) на музыку оперы Россини «Севильский цирюльник». Для меня это была единственная пара, которая отличалась от всех как настроением, так и характером: танец был исполнен в том стиле, в котором звучала музыка. В основном же наши танцоры катаются так, что музыка им не мешает. Разбежался — сделал элемент — выехал.

— С чем вы это связываете?

— Прежде всего с уровнем владения скольжением. Парни еще как-то катаются, а девушки во владении коньком

Что такое обязательные танцы? Это обязательные фигуры, выполненные под музыку и в связках

им уступают. Когда тренеры ставят спортсменов в пару, то практически сразу начинают работать с ними как с парой, хотя, на мой взгляд, их надо еще учить кататься по отдельности, потому что каждый из них должен научиться технике скольжения. Перешедшие в танцы одиночники, даже если за их плечами несколько лет одиночного катания, начинают снова с азов, поэтому тренер должен грамотно и ответственно подойти к обучению танцам. Это же танцы! А они мне сегодня напоминают такое квазипарное катание без прыжков, выбросов и поддержек просто потому, что наши спортсмены не владеют техникой скольжения. Поэтому мы проигрываем и будем проигрывать тем же канадским тренерам, к которым сейчас почти со всего мира съехались тренироваться первые и вторые номера сборных разных стран.

— Как вы считаете, в чем феномен успеха тренерского штаба Дюбрей — Лозон — Агенауэр?

— Долгое время считалось, что канадцы просто предложили новую хореографию, внесли в танцы на льду новую стилистику, однако они ничего не смогли бы сделать, если бы не оттачивали технику владения коньком до совершенства. Насколько я знаю, в их штабе трудится целая бригада

специалистов, которые работают над техникой скольжения, вращений, поддержек, над хореографией в разных ее видах, над театральным мастерством и так далее.

— Разве сегодня не все так работают?

— Давайте я вас сам спрошу: кто у нас в стране самый успешный тренер? Ответу: **Ирина Александровна Винер**. Не только потому, что она занимается отбором талантов по всей стране, но и потому, что она собирает лучших специалистов для работы в своих школах. Она построила свою вертикаль: пригласила к себе самых лучших из тех, кого нашла, всех обеспечила жильем, хорошей зарплатой. Это все специалисты высокого класса. Да, у нее есть возможности для таких решений, но есть и понимание, что надо делать именно так. Я уверен, что такое же понимание есть и у канадцев. То есть они понимают, что уровень профессионализма тренеров второго-третьего эшелона должен быть таким же высоким, как и первого. Этот тезис работает для всех координационных видов спорта, особенно для танцев на льду. В фигурном катании непреходящую важность имеют тренеры, которые ставят конек, знают, как научить технике. В любом тренерском штабе должны работать специалисты, равные первому лицу по профессионализму и пониманию. Понятно, что у них в Канаде в финансовом плане гораздо больше возможностей, поскольку у них катаются лучшие спортсмены со всего мира, понятно, что они работают с **Романом Агенауэром**, который чрезвычайно талантлив, но их уникальность в том, что они собрали отличную команду, в которой специалисты, чьи имена даже не на слуху, каждый день пашут. Так что их успех заключается именно в этом.

Людям, далеким от специфики танцев на льду, никак не объяснить, в чем их сложность

— Но вы согласны, что они привнесли в танцы на льду моду на новую хореографию?

— Мода на это есть, но посмотрите: в этой новой стилистике успешно работают только они сами, и никто больше — ни **Барбара Фузар-Поли**, ни **Юрис Разгуляевс**, ни **Марина Зуева**, ни **Игорь Шпильбанд**, ни наши тренеры — никто не перешел на эту хореографию. Пытались повторить, сделать что-то похожее, но не смогли создать что-то соизмеримое.

— На ваш взгляд, почему мы утратили свое лидерство в танцах на льду? Чего нам не хватает для успеха?

— Нам много чего не хватает... Давайте вспомним историю: когда **Елена Чайковская** начала тренировать **Людмилу Пахомову**, Пахомова до этого была четырехкратной чем-



Варвара Жданова —
Тимур
Богданов-Смирнов

пионкой РСФСР в одиночном катании, а у самой Чайковской было два высших образования, одно из которых ГИТИС, балетмейстерское отделение, плюс собственный богатый танцевальный опыт. Я считаю, что нам сегодня не хватает профессионализма, а также сил, средств, культуры и воспитания. Не хватает общего уровня мастерства. И конкуренции: тренеры не должны брать всех, кто пришел. Я недавно видел по Интернету, как проходит кастинг в труппу Цирка дю Солей. Приходят претенденты в количестве примерно 150 человек, из которых возьмут двух-трех. Хотя остальные тоже мастера своего дела, но им предлагают еще поработать над собой и прийти в следующий раз. Вот в чем успех группы **Этери Тутберидзе**? К ней едут перспективные дети со всей России, она имеет возможность проводить жесткий отбор в свою группу. Кроме того, у Тутберидзе рядом с ней работает сильная команда специалистов, поэтому они все взаимозаменяемы.

Ювелирное искусство

— Как обычно болельщику объяснить, в чем заключается спортивная составляющая танцев на льду? На какие детали вы обращаете внимание, если хотите понять класс спортсмена?

— Я смотрю на все сразу: на технику катания, на исполнение элементов, на пластику, на музыкальность и прочее. Я иногда смотрю, и моим глазам больно: ни техники, ни красоты, ни харизмы. Болельщику, далекому от специфики танцев на льду, никак не объяснить, в чем сложность, потому что ее надо понимать чисто технически. Дилетанту практически невозможно объяснить, где черное, а где белое, потому что танцы на льду — это такой уникальный вид фигурного катания, построенный на микроэлементах, на ювелирной технике скольжения. Его, собственно, таким и создавали. Зрителям остается лишь ориентироваться на свои эстетические ощущения, что они и делают. Девочка красивая, костюм нарядный — этого уже достаточно для фанатов, поэтому в танцах на льду им никогда ничего не докажешь, поскольку у них

Уровень профессионализма тренеров второго-третьего эшелона должен быть таким же высоким, как и первого

один критерий: нравится — не нравится. Хотя люди должны же понимать, чем исполнение балета «Лебединое озеро» труппой Большого театра отличается от клуба самодеятельности...

— Сейчас в Интернете можно посмотреть, как одну и ту же балетную партию исполняют разные танцовщицы, и многое становится очевидным...

— Да, можно было бы в качестве обязательных хореографических программ включить в соревнования исполнение какой-то балетной партии. В классических балетах, таких как «Щелкунчик», «Лебединое озеро», «Спящая красавица» есть характерные танцы, которые можно было бы переложить на лед. Но сама мысль, что 15 пар должны будут показать один и тот же испанский или венгерский танец, сильно смущает, тем более что один-два дуэта исполняют его как надо, а остальные ужасно. Тут надо думать. Может быть, в произвольную программу надо включить три дорожки шагов, чтобы увидеть мастерство катания танцоров в полной мере.

— Кто для вас является воплощением эталонного катания в танцах на льду? На каких примерах можно было бы воспитывать вкус?

— Я могу перечислить по отдельности партнеров и партнерш, которые, на мой взгляд, были талантливы во всех смыслах. Партнерши — это **Людмила Пахомова**, **Ольга Волложинская**, **Марина Климова**, **Оксана Грищук**, **Марина Анисина**, **Татьяна Навка**, **Тесса Вирту**. Из партнеров первый — **Илья Авербух**, рядом с которым по таланту никто не стоит, может, кроме **Гийома Сизерона** и **Скотта Моира**.

— Как-то не густо...

— Конечно не густо, потому что надо родиться таким же талантливым, как **Барышников** или **Нуриев**, но только в танцах на льду. А нам хочется постоянно видеть на льду гениев и испытывать восторг от их катания.



Тесса Вирту —
Скотт Моир
(Канада)

Текст: Ольга Вerezемская
 Фото: Марина Евдокимова, Ольга Тимохова, Степан Канадский

Спортивные балеты на льду

Эволюция вида

Состоявшийся 27 апреля 2024 года финал турнира спортивных балетов на льду оказался примечательным со многих точек зрения. Прежде всего тем, что увиденное никак не совпадало с традиционным представлением об этом виде фигурного катания, сформировавшимся еще 15-20 лет назад. Тогда казалось, что вся эта самодеятельность существует только для того, чтобы родители могли полюбоваться на своих детей в костюмах и заснять их на видеокамеру. Что сегодня собой представляют танцевальные коллективы, которые теперь называются «спортивные балеты на льду», можно было увидеть в финале «Битвы школ» на льду «ЦСКА-Арены». Забегая вперед, скажу: ничего общего с тем, что было раньше. На льду арены царили хореография и драматургия, трюки и элементы: то-десы, поддержки, прыжки в несколько оборотов, вращения вместо обычных для прежних лет статично стоящих по периметру льда детей в костюмах цветочков, бабочек, пчелок и катания на двух ногах тех, кто умел как-то кататься. Вместо всего прежнего зрители увидели динамичное действо, приковывающее взгляд.

Как и благодаря чему танцевальные коллективы и балеты на льду незаметно для многих эволюционировали самым кардинальным образом, мы спросили у руководителей ведущих спортивных балетов на льду, чьи коллективы в разных возрастных категориях выиграли финал этих соревнований.



Обязательная хореографическая программа театра на льду «Алеко»

В 2024 году исполняется полных 10 лет с того дня, когда все или почти все танцевальные коллективы Москвы согласились с предложением московской Федерации проводить соревнования этого официально непризнанного вида фигурного катания по правилам, разработанным Международным комитетом спортивных балетов/театров на льду при участии комиссаров ИСУ и действующим на всех международных соревнованиях. Процесс перехода был непростым: потребовалось почти два года, чтобы убедить большинство руководителей коллективов в необходимости это сделать. Многие в ответ настаивали, что делать это не имеет смысла, поскольку лишь единичные танцевальные коллективы ездят за рубеж соревноваться, большинство же выступает исключительно в родных стенах, а для внутреннего пользования прежние правила вполне их устраивают. Курирующему это направление члену президиума ФФКМ Сергею Рослякову пришлось терпеливо и доходчиво разъяснять, что действующие правила представляют собой скорее понятия, чем правила, и что если думать о развитии этого вида в Москве и России, то рано или поздно так или иначе какие-то преобразования придется делать.



Произвольная программа «Горящая Роза» балета на льду «Конек-Горбун»

Процесс перехода был непростым: потребовалось почти два года, чтобы убедить большинство руководителей в необходимости это сделать

— С того момента, как мы начали участвовать в каких-то выездных международных соревнованиях, наше представление о танцевальных коллективах изменилось, — рассказывает **Виктория Прусова** (балет «Айс Кристалл». — Прим. ред.) — Мы увидели интересные команды, чья исполнительская манера катания была яркой и смелой, можно даже сказать наглой. Мы увидели, что каждый член команды, выходя на лед, ощущает себя солистом, звездой. Мы увидели, как можно выстраивать идею и сюжет программы с помощью средств хореографической выразительности. У нас все это не было развито, и не потому что нам фантазии не хватало, а потому что в нашей среде не было общего запроса на это развитие. Поэтому, когда Федерация предложила перейти на новые правила по стандартам Международного комитета спортивных балетов на льду, мы эту идею восприняли позитивно.

Проблемы или возможности?

Однако тренеры, уже согласившись в целом, что новые правила — это новые возможности развития вида, при переходе на международные правила столкнулись с рядом проблем. В переходный период многие коллективы испытывали сомнения, что смогут работать в рамках этих правил. Также были сложности из-за недопонимания, как выстроить тренировочный процесс.

— У нас были постановки, когда на льду одновременно находилось по 40-60 человек, — вспоминает **Елена Медведовская** (театр на льду «АМАС». — Прим. ред.) — Это происходило лишь потому, что было невозможно сказать родителям, оплатившим занятия, что их ребенок еще плохо катается и поэтому в представлении участвовать не бу-

дет. В результате на лед выходили все, даже те, кто с трудом мог стоять на коньках. Однако в процессе работы по новым правилам мы все хорошо к ним адаптировались: если раньше мы ставили один-два танца на весь коллектив, то сейчас мы ставим три танца для каждого возраста, так что все наши дети участвуют в соревнованиях, каждый в своей возрастной группе.

По действующим с 2014 года в Москве правилам соревновательная программа состоит из двух частей: обязательная программа, в которой предписаны на текущий соревновательный сезон тема, хореографический процесс и жесты, а также произвольная программа, где дана полная свобода творчеству. По признанию тренеров, им больше нравится работать над короткой программой, поскольку это дает возможность художественно проработать поставленную задачу, тем более что ее детскому коллективу придется выполнить без дополнительных подсказок в виде костюмов, грима, декораций — только в строгом, черного цвета трико, чтобы судьям и зрителям ничего не мешало увидеть, какими хореографическими средствами коллектив решает постав-



Произвольная программа «На лугу» театра на льду «Алеко»

Было невозможно сказать родителям, оплатившим занятия, что их ребенок еще плохо катается и поэтому в представлении участвовать не будет

ленную художественную задачу. Сегодня все московские тренеры говорят о том, что прогресс такого вида, как спортивный балет на льду, связан с переходом на эти правила, которые потребовали от постановщиков иначе взглянуть на драматургию программ, а от хореографов и тренеров — применить новые средства выразительности, что в целом и привело к росту технического уровня всех участников.

— Сегодня мы используем весь арсенал фигурного катания: парные элементы, поддержки, прыжки и вращения, — продолжает **Елена Медведовская**. — Общая динамика тренировок и занятий существенно поменялась. Благодаря новым правилам моторная сложность и интенсивность тренировок выросла не только для детей, но и для тренеров в два-три раза. Мы теперь рисуем схемы для обязательных танцев. Думаю, что тренерам и постановщикам самим работать стало намного интереснее.

Поскольку участники коллектива выступают и соревнуются по возрастам, то теперь для каждого возраста надо придумать свою постановку. Количество программ, которые надо поставить за один сезон, порой доходит до девяти, а такая художественная нагрузка — не для слабых и неуверенных в себе.

— Наши дети — такие же дети, как и все другие, — сложные, — констатирует **Полина Хибовская** (театр на льду «Конек-Горбунок». — *Прим. ред.*) — Наверное, самая главная для них мотивация заниматься — это программы, которые мы создаем. Для нас самая большая проблема — это придумать такую программу, ради которой они будут ходить в балет, увлеченно работать на репетициях, не пропуская занятий, ведь у каждого из них тоже свои заботы: и школа, и репетиторы, и семья, и друзья. Я даже скажу, что перед нами стоит двойная задача: с одной стороны, придумать конкурентную соревновательную программу, с другой — такую программу, чтобы она им нравилась, иначе они потеряют интерес.

Некоторые программы прошлых лет живы до сих пор в памяти тех, кто их видел. Они запомнились не только зрителям и специалистам, но и соперникам. **Елена Медведовская** с ходу назвала несколько впечатливших ее программ соперников: «Болеро», «Красное и черное», «Шахматы». Коллеги отметили программу «Космос», поставленную «АМАС» лет 15 назад. **Ольга Кондрашова** (театр на льду «Алеко». — *Прим. ред.*) вспомнила, как на одном из фестивалей в «Лужниках» дети из коллектива **Людмилы Кубашевской**, которые тренировались исключительно в



Балет на льду «Айс Кристалл»

Год основания: 2005.

Руководители: Прусова Виктория Викторовна, Позднеева Елизавета Александровна.

Театр на льду «Алеко»

Год основания: 1977.

Руководитель: Кондрашова Ольга Ильинична.

Театр на льду «АМАС»

Год основания: 1992.

Руководители: Медведовская Елена Альфредовна, Почаева Анна Михайловна.

Театр на льду «Конек-Горбунок»

Год основания: 2014.

Руководители: Пятибратова Ксения Сергеевна, Хибовская Полина Михайловна.

зимнее время на открытом льду, вышли на Малую спортивную арену с ведерками с краской и, катаясь под музыку, разрисовали этой краской весь лед. Руководители балетов отметили такие постановки этого сезона, как «Каменный цветок» («АМАС»), «Ритмы и диско», («Конек-Горбунок»), «Чебурашка» («Айс Кристалл»), «Барашки» («Алеко»).

А вы смогли бы?

Хочется верить, что каждый болельщик и любитель фигурного катания, увидев спортивный балет на льду, испытает уважение к тренерам и их воспитанникам, понимая, что перед ним не какие-то ленивые дети, а, наоборот, трудяги, которые достигают всего старанием и полной отдачей, которые этот уровень хореографии и владения коньком нарабатывают всего за два-три часовых занятия на льду в неделю, что ни в какое сравнение не идет с общим количеством льда в спортшколах. Наверное, только хорошо разбирающийся в нашем спорте человек поймет, что тренеры благодаря своему невероятному мастерству, если не сказать магии, могут за 8-12 занятий в месяц сделать такую программу, которую не стыдно и показать, и посмотреть.

Тренеры только благодаря своему невероятному мастерству могут за 8-12 занятий в месяц сделать программу, которую не стыдно показать

— Мы вместе с нашими ребятами каждый раз бросаем себе вызов, — считает **Виктория Прусова**, — потому что ты либо берешься что-то создать в предлагаемых обстоятельствах, либо не берешься — других условий у нас нет. Вот вырастил ты свой коллектив, — как и чему ты их научил, с тем ты и работаешь, и других спортсменов у тебя нет. Если у тебя есть силы и фантазия сделать что-то красивое и приличное — ты молодец, если нет, то лучше и не браться.

— Наши дети примерно к 14-15 годам достигают такого же уровня мастерства, на какой выходят спортсмены к 8-9 годам, — говорит **Елена Медведовская**. — В наших коллективах есть дети, которые занимаются по несколько лет и к определенному моменту уже хорошо катаются, так что уровень старшей группы коллектива может быть очень даже впечатляющим.

— Действительно, — подхватывает **Елизавета Позднеева** (балет «Айс Кристалл». — *Прим. ред.*), — когда мы 19 лет назад стали создавать коллектив, то свой путь начинали с простых элементов скольжения типа фонариков, а сегодня в наших программах мы используем самые высшие и сложные элементы скольжения, комбинированные вращения, многооборотные прыжки, вплоть до прыжка двойной Аксель, двойные лутц и флип.



Фрагмент выступления в шоу «Моя Москва — моя Россия»

В большинстве спортивных балетов на льду среди участников нет действующих спортсменов, все сплошь любители

Важно отметить тот факт, что в танцевальных коллективах нет особой текучки состава участников. В основном присутствует только возрастная текучка: дети заканчивают кататься в момент окончания школы и поступления в вуз. Хотя по действующим правилам они могут кататься хоть всю жизнь в категории «взрослые».

— Некоторые выпускники, — продолжает **Анна Почаева** (театр на льду «АМАС». — Прим. ред.), — уже став взрослыми, так и делают: возвращаются в свой родной коллектив, потому что скучают. Например, у нас в балете катаются дети и их родители, и такие команды встречаются все чаще. Такого 30 лет назад точно не было.

В большинстве спортивных балетов на льду среди участников нет действующих спортсменов, все сплошь любители. Такая ситуация связана с тем, что, занимаясь по три часа в неделю, эти фигуристы вряд ли смогут сдать тесты и быть допущены к соревнованиям, а технику фигурного катания они наращивают в основном в течение сезона, когда накачивают программы, или же во время межсезонных сборов. К тому же тут надо понимать сле-

дующее: не все дети хотят быть спортсменами и соревноваться по разрядам. В балетах на льду есть свои мотивационные стимулы: стать солистом, кататься в первой линии, выступать с сольными элементами и прочее.

— Так было и раньше, — утверждает **Ольга Кондрашова**. — Дети по каким-то причинам не шли в большой спорт, но хотели заниматься фигурным катанием, поэтому приходили в балет на льду. При некоторых стадионах руководство создавало для них такую секцию или кружок, чтобы дети могли заниматься чем-то интересным. Одним из первых такой коллектив был создан в «Лужниках», на открытой площадке. Эти ребята не только катались в свое удовольствие, но и принимали участие в разных театрализованных праздниках и новогодних елках.

Праздник к нам приходит

Тот факт, что фигурное катание является одним из самых зрелищных видов спорта, на основе которого можно создать любое шоу, не требует доказательств.

В отсутствие международных турниров спортсмены и тренеры перенаправили свой творческий потенциал на зрелищные мероприятия

— Популярность шоу, основанного на фигурном катании, возникла не сегодня, — считает руководитель театра на льду «Алеко» **Ольга Кондрашова**, — но сегодня эта популярность переживает свой расцвет, поскольку все известные спортсмены и тренеры — **Илья Авербух**, **Татьяна Навка**, **Евгений Плющенко**, **Этери Тутберидзе** — сейчас вплотную занимаются созданием и продвижением своих шоу с участием звезд фигурного катания и работают в основном с ними.

Однако ушедший сезон 2023/24 показал со всей ясностью, что и действующие спортсмены — как фигуристы, так и команды по синхронному катанию — хотят более активно осваивать жанр показательных выступлений, что проявилось в их участии во многих телевизионных проектах, а в синхронном катании — в проведении отдельного от официальных соревнований конкурса шоу-программ с выходом лучших команд в финал.

Этот интерес понятен: в отсутствие официальных международных турниров спортсмены и тренеры перенаправили свой творческий потенциал на зрелищные мероприятия, где свобода творчества ограничена только собственной фантазией. А что же спортивные балеты на льду? Ведь по сути спортивное сообщество этими действиями начало осваивать территорию, которая изначально так или иначе принадлежала детским танцевальным коллективам и театрам на льду.

— Если говорить об участии детских балетов на льду в шоу-программах, то такие выступления есть уже в копилке коллективов, — говорит **Виктория Прусова**. — Вот, например, наш коллектив много раз приглашали с началом зимнего сезона катания на коньках участвовать в торжественных открытиях муниципальных площадок в различных муниципальных районах Москвы, в праздничных шоу-программах, проводимых на катках, посвященных Дню Победы. Яркий тому пример — состоявшееся этой весной в «Мегаспорте» великолепное шоу «Моя Москва — Моя Россия», где участвовали одиночники лучших спортшкол Москвы, дуэты парного катания и танцев на льду, команды синхронного катания и лучшие коллективы балетов на льду. Настоящий праздник, аплодисменты, восторг зрителей — все это позволяет каждому ребенку почувствовать счастье и восторг, которые дарят шоу-программы и мероприятия на льду, где дети могут выступать и дарить свои танцы.

Правда, если раньше детские танцевальные коллективы приглашали выступать перед зрителями на больших соревнованиях, то сейчас, увы, не приглашают. Однако жизнь почти всегда предлагает какие-то варианты: раньше, например, никогда такого не было, чтобы соревнования были бесплатными, а теперь есть, причем не просто бесплатные, а под софитами на огромной «ЦСКА-Арене», с телетрансляцией и замедленными повторами, с трибунами, полны-



Произвольная программа «Чебурашка и крокодил Гена» балета на льду «Айс Кристалл»

ми зрителей, призами и подарками.

— Когда такое было? Да никогда. За 40 лет ни разу, — констатирует Елена Медведовская. — Надо сказать спасибо Федерации Москвы, которая с прошлого сезона начала проводить для нас бесплатные соревнования. Мы все очень благодарны.

Безусловно, новое всегда или почти всегда настораживает, так уж устроен человек. Но если еще вчера что-то казалось невозможным, лишним или даже вредным, то сегодня оно может восприниматься как насущная потребность и прекрасный стимул к развитию, особенно если адаптация к этой новизне проходит спокойно и безболезненно.



Произвольная программа «Танец сквозь века» балета на льду «Айс Кристалл»

Триггерная точка

Для спортивных балетов на льду вопрос их признания является триггерной точкой уже давно. Практически в таком же положении находится другой вид фигурного катания — синхронное, которое вот уже несколько десятилетий ожидает от Международного олимпийского комитета решения включить этот вид спорта в олимпийскую семью. Хотя в последние годы настроение в рядах тех, кто занимается развитием синхронного катания, заметно изменилось: устав ждать милости от чиновников, которые все никак не решаются на этот шаг, спортсмены и тренеры, очевидно, перестали ждать положительного решения этого вопроса и решили жить своей интересной жизнью.

Корень проблемы, как его видят многие руководители детских коллективов, состоит в том, что спортивный балет на льду, являясь видом фигурного катания, не является видом спорта и не включен в Единую всероссийскую спортивную классификацию. Наверное, такое решение со стороны Минспорта справедливо, ведь по сути эти коллективы являются самостоятельными детскими танцевальными ансамблями, которые должны, скорее, подпадать под крыло Министерства культуры или образования, но закона как раз состоит в том, что дети показывают свое искусство танца в коньках и на льду с помощью элементов фигурного катания. Словом, перед нами, как это модно сейчас говорить, синтетический вид деятельности, в котором не разберешь, чего больше: спорта или искусства.

— Мы не претендуем на то, чтобы нашу дисциплину признали видом спорта, нам надо, чтобы нас просто признали, чтобы у нас был статус вида фигурного катания или любой другой, лишь бы нас заметили, — поясняет свою позицию Ольга Кондрашова. — Мы все занимаемся физическим и художественным развитием детей. Все тре-

Безусловно, новое всегда или почти всегда настораживает, так уж устроен человек

неры имеют высшее физкультурное образование, проходят курсы повышения квалификации, сдают экзамены, получают лицензию, так что случайных людей здесь нет.

Действительно, театр на льду «Алеко», имеющий статус образцового детского коллектива, существует почти полвека — 47 лет; театр «АМАС» — 32 года, балет на льду «Айс Кристалл» — 19 лет, театр на льду «Конек-Горбунок» — 10 лет.

Десять лет назад, пусть не сразу, но кардинальная перестройка мышления специалистов, занимающихся развитием спортивных балетов на льду, произошла. Также за последние годы заметно поменялся статус самих коллективов: теперь все в основном являются коммерческими организациями, а любой руководитель коллектива еще и бизнесмен. Если 10-15 лет назад тренеры с завистью говорили, что за границей у каждого коллектива за спиной стоит их клуб, то теперь все коллективы имеют свою, в основном в виде ИП зарегистрированную организацию, занимающуюся развитием детского массового спорта и входящую в Реестр ФФКМ. Словом, все постепенно меняется, и меняется к лучшему. Возможно, как раз сейчас пора начинать думать, куда и каким образом двигаться дальше? Но это при условии, что сообщество спортивных балетов на льду ощущает внутри себя потребность в этом движении.

Реклама. hotel-molodezhka.ru

МОЛОДЁЖКА • ГОСТИНИЦА •

Гостеприимство и комфорт
в любое время

Москва, ул. Молодогвардейская, 63Б строение 2
Круглосуточно +7 (968) 4-400-600
molodezhkahotel@gmail.com

Увидеть музыку, услышать танец

Секреты и рецепты зрелищной постановки



Александр Дружков,
доцент РУС «ГЦОЛИФК»
Светлана Константинова,
старший преподаватель РУС «ГЦОЛИФК»



Фото: Марина Евдокимова, Степан Канадский, а также из личных архивов авторов статьи

Зрелищен ли спорт? Странный вопрос... Конечно зрелищен, ведь это лежит в самой его природе. Непредсказуемые коллизии матчей в игровых видах спорта; волнующие поединки борцов, боксеров, фехтовальщиков; головокружительные выступления представителей фристайла, горнолыжников, гонщиков «Формулы-1»; накал тактической борьбы в сочетании с запредельными нагрузками велосипедистов, лыжников, легкоатлетов, конькобежцев, гребцов, пловцов, тяжелоатлетов; преисполненные изящества и координационной сложности программы прыгунов в воду, акробатов, гимнастов и фигуристов — это ли не удовольствие наблюдать за развитием событий, испытывая сильнейшие эмоциональные переживания?

Безусловно, спорт — это яркое зрелище, иначе бы он не собирал миллионы людей у экранов с телетрансляцией и тысячи болельщиков на стадионах, не имел бы внушительного числа фанатов. Но почему тогда в паузах баскетбольных или волейбольных матчей на площадку выходит группа гимнасток или танцовщиц для исполнения двигательной композиции под ритмичную музыку? Почему борцы и боксеры хотят, чтобы их на ринге представляли эффектные девушки? Зачем на соревнования по спортивной гимнастике организаторы приглашают для участия в церемонии открытия звезд эстрады? Налицо явная тенденция украсить ход спортивных состязаний всевозможными средствами, которые могут стать яркими сюрпризами для публики и одновременно имеют спортивно-двигательную основу. Причин этого множество. Это не только желание популяризировать данный вид спорта среди болельщиков и привлечь новых занимающихся, основная причина — удержать внимание зрителя.

Дружков Александр Львович

КМС по спортивной гимнастике.

Год рождения: 1953 (Москва, СССР).

Образование: высшее — ГЦОЛИФК (Государственный центральный ордена Ленина институт физической культуры), МГУК (Московский государственный университет культуры).

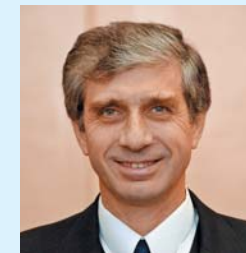
Основные результаты спортивных соревнований: чемпион Москвы в опорных прыжках.

Место работы: кафедра режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова (РУС «ГЦОЛИФК»).

Научные работы: соавтор учебника «Массовые спортивно-художественные представления», автор более 30 печатных трудов.

Звания: заслуженный работник физической культуры; отличник физической культуры.

Награды: орден «Знак Почета», медали.



Константинова Светлана Евгеньевна

КМС по спортивной гимнастике.

Год рождения: 1965 (Таганрог, СССР).

Образование: высшее — ГЦОЛИФК, МГУК.

Основные результаты спортивных соревнований: член сборной команды Московской области.

Место работы: кафедра режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова (РУС «ГЦОЛИФК»).

Научные работы: соавтор учебника «Массовые спортивно-художественные представления», автор более 10 печатных трудов.

Звания: отличник физической культуры; заслуженный преподаватель РГУФК.



Налицо явная тенденция украсить ход спортивных состязаний всевозможными яркими средствами

В данной статье мы не будем говорить об организации и проведении церемонии открытия Олимпийских игр, хотя для любого дипломированного режиссера спортивно-массовых зрелищных мероприятий участвовать, а тем более руководить подобным процессом — это пик профессиональной карьеры. Получив образование режиссера спортивно-массовых мероприятий, каждый из выпускников дальше находит себя в различных формах самовыражения на этом поприще. Кто-то оказывается явно сильнее в способностях придумывать что-то оригинальное, другие открыли в себе талант режиссера-постановщика, третьи становятся великолепными режиссерами-репетиторами, четвертые выделяются организаторскими способностями.



Открытие XXII летних Олимпийских игр в Москве (1980)

Спортивно-массовое зрелище — это прежде всего актуальная идея, а дальше ее наглядное воплощение

ми на должностях директоров или начальников штабов. Иногда встречались такие мастера, которым удавались все профессиональные ипостаси одинаково хорошо. Каждая режиссерская группа на открытии очередной Олимпиады ищет возможности показать всему миру свое оригинальное шоу, где кульминацией часто становится свой особенный способ зажжения олимпийского огня.

Яркое зрелище

В течение последних десятилетий заметно оживилось направление спортивно-художественных представлений отдельных видов спорта, которые включают в себя показательные выступления профессиональных спортсменов, построенные на методе театрализации и облагороженные художественным оформлением. Особенно заметны постановки специалистов спортивной гимнастики — **Алексея Немова, Светланы Хоркиной**; художественной гимнастики — **Алины Кабаевой, Маргариты Мамун**,

Евгении Канаевой, а также, несомненно, специалистов фигурного катания — **Ильи Авербуха, Татьяны Навки, Евгения Плющенко**.

Во всех этих представлениях великолепна материально-техническая сторона: использование самой современной аудио-, видеоаппаратуры, художественного оформления, в том числе потрясающих размеров экранов, приглашения модных музыкальных, вокальных солистов и коллективов, звезд эстрады, цирка, театра и кино, именитых спортсменов — победителей крупнейших международных соревнований. Сценаристы, режиссеры, спортивные хореографы, балетмейстеры, художники, гримеры — огромное количество профессионалов занято в организации и проведении этих шоу.

Известный режиссер **Марк Захаров** однажды сказал: «Не важно, что показывают, главное, чтобы было интересно». Однако возникает следующий вопрос: а почему интересно? Какие способы используют режиссеры, чтобы удержать интерес зрителя?

Специфические выразительные средства

Спортивно-массовое зрелище — это прежде всего актуальная идея (и дальше ее наглядное воплощение), для реализации которой подбираются такие средства, как музыкальное сопровождение, убедительное художественное

Три светлых современных банкетных зала для проведения мероприятий любого масштаба и тематики



RAMENKY

БАНКЕТНЫЕ ЗАЛЫ

Авторское меню

Банкеты от 15 до 150 гостей

Своя парковка

Европейская и восточная кухни

Сцена и профессиональный звук

Организация мероприятий под ключ

ул. Большая Очаковская, д. 2, стр. 23
Тел./WhatsApp +7 (993) 898-10-41
ramenkybanquet@yandex.ru



Массовое поточное упражнение с использованием многоярусных платформ различного диаметра

Спортивная режиссура имеет свои средства выразительности, которые знакомы любому, кто хоть раз видел открытие Олимпийских игр

оформление (костюмы, декорации, предметы), участники (спортсмены, артисты) праздника, которые будут воплощать задуманное режиссером. Если говорить о такой дисциплине, как спортивная режиссура, в чьей основе лежат именно физические упражнения, то жанр спортивно-массовых зрелищ имеет свои средства выразительности, которые вспомнит любой человек, видевший хоть раз открытие Олимпийских игр.

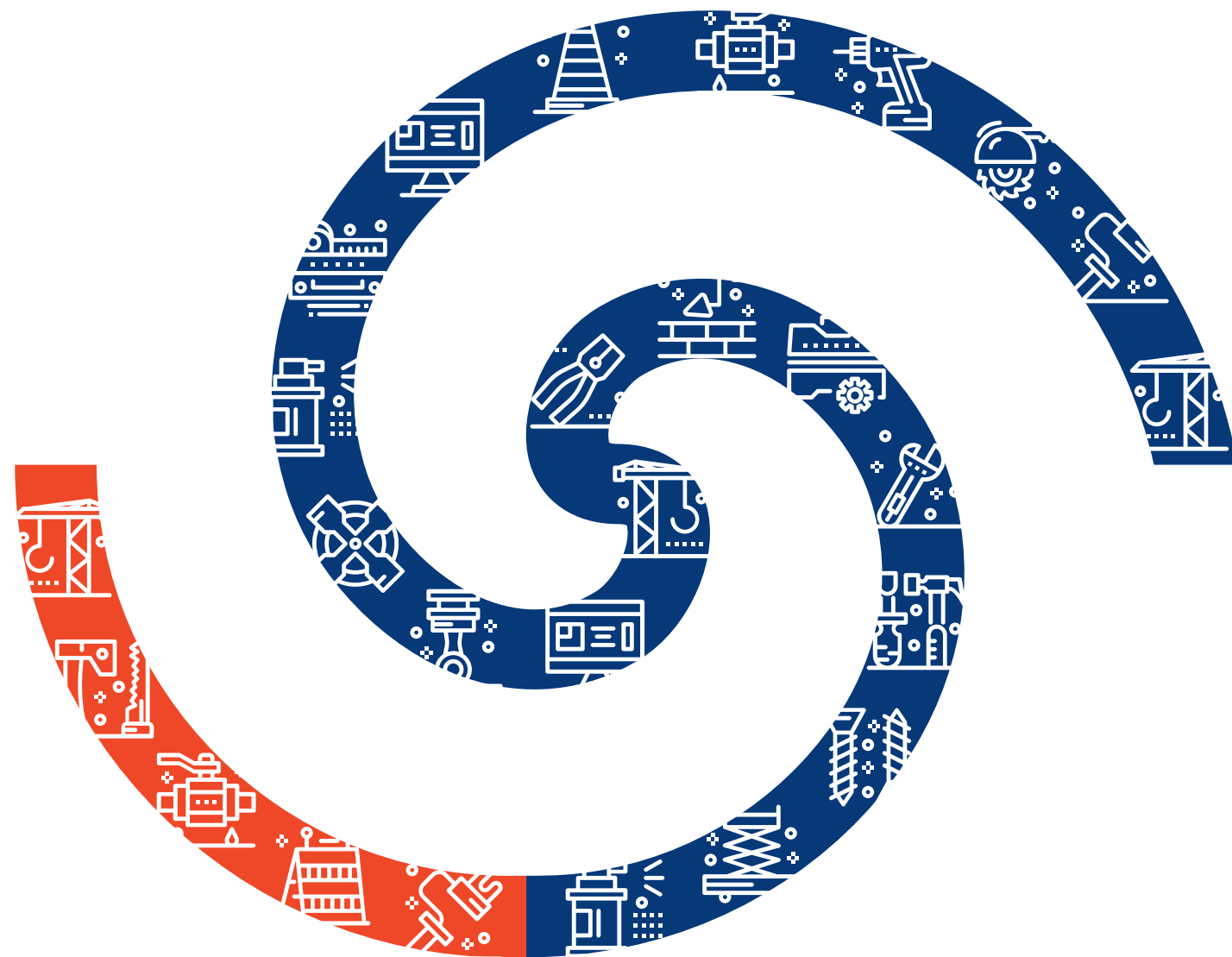
Во-первых, это построения и перестроения участников на площадке (сцена, стадион, каток) с целью изменения конфигурации рисунка. Перестроения в различные построения или тематические рисунки — это, как правило, самая динамичная часть любой программы. Все перемещения принимаются зрителем как глобальные изменения формы и содержания представления. Иногда они встроены в двигательную композицию так, что не прекращают

начатый «разговор» данным видом упражнения, а в других случаях перестроения несут служебную функцию при монтаже фрагментов. Конечно же, оба вида перестроений должны быть тщательно продуманы и отрепетированы.

Во-вторых, это массовые упражнения, когда участники синхронно или последовательно выполняют упражнения, отображающие конкретный вид спорта — акробатику, гимнастику, фехтование, борьбу, фигурное катание и прочее. Например, 800 человек одновременно делают сальто назад или стойку на руках, или что-то другое, в зависимости от вида спорта. К массовым упражнениям также относятся поточные упражнения, особенностью которых является использование специальных конструкций, например многоярусных платформ разного диаметра, которые спортивные режиссеры на сленге называют «ваза». Когда располагающиеся на таких платформах участники начинают определенным образом двигаться, вся конструкция оживает и становится зрелищно притягательной. Хорошо известное активным болельщикам движение «волна» также относится к поточным упражнениям. Это последовательное выполнение одних и тех же движений в общем строю или массе, однако в отличие от самостоятельного исполнения «волны» на трибунах участники спортивно-массового праздника выполняют ее также на конструкциях с выверенной точностью движений: парабола вниз, парабола вверх. На базе «волны» (если смотреть в торец) спортивный режиссер может показать винт — движение, похожее на кручение коленвала.



хика
СОГРЕВАЕМ ХОЛОДОМ



ООО «ХИКА» является производителем холодильного оборудования с оптимальным соотношением цены и качества. Высококвалифицированные специалисты ООО «ХИКА» осуществляют проектирование, монтаж, эксплуатацию, обслуживание и ремонт холодильных установок, вентиляционных систем и систем водоподготовки любого уровня сложности, не только оборудования собственного производства, но и оборудования других производителей, как отечественных, так и зарубежных.

khika.ru

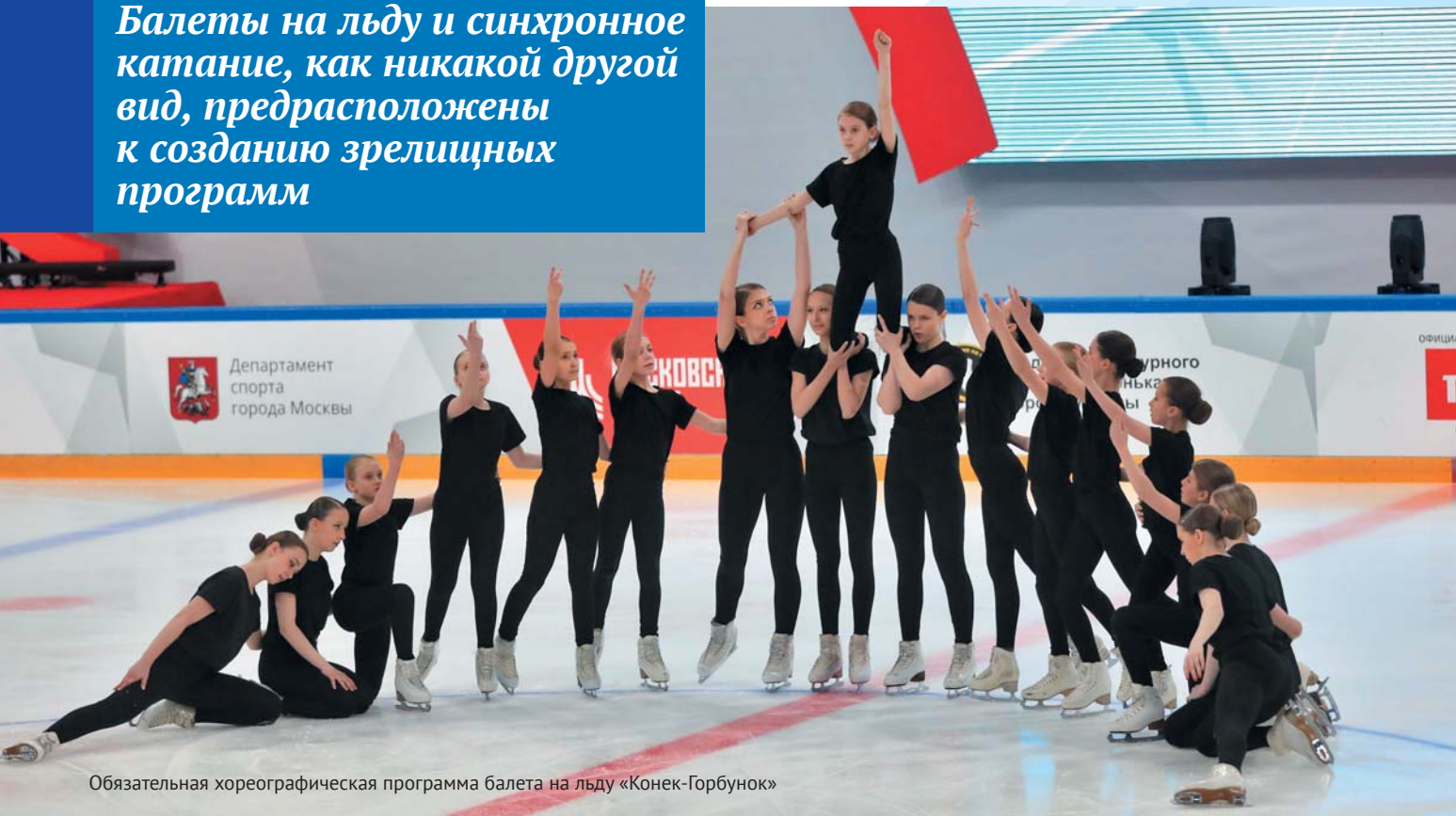
Еще одним средством выразительности являются сольные номера участников с высоким уровнем подготовки. Солистами могут быть как спортсмены, так и артисты балета, цирка, вокалисты, чтецы, артисты. Приглашенные звезды являются акцентом всего праздника, к ним на несколько минут привлекается внимание зрителей, поэтому, чтобы придать номеру большую яркость, желательно создать интересный фон с помощью массовых упражнений остальных участников. На представлении во время церемонии закрытия XII Всемирного фестиваля молодежи и студентов в Москве 1985 года главный режиссер церемонии, народный артист и заслуженный тренер Российской Федерации, лауреат Государственной премии СССР, заслуженный деятель искусств РФ, профессор **Борис Петров** предложил сделать эпизод по мотивам балета «Лебединое озеро», объединив в нем артистов и статистов массовой группы балета. Народный артист СССР главный балетмейстер ГАБТ **Юрий Григорович** высказал сильные сомнения насчет уместности и возможности балетной постановки на стадионе. Борис Николаевич пригласил Юрия Николаевича на вечернюю репетицию, которая отражала весь замысел его постановки, только без балетных солистов. Эффект получился желаемым — главный балетмейстер увидел, что художник массовых стадионных представлений предлагает ему полуторатысячный кордебалет для пяти сценических площадок, который ни в коем случае не затмевает солистов, а лишь своим «дыханием» и сверкающим реквизи-

Балеты на льду и синхронное катание, как никакой другой вид, предрасположены к созданию зрелищных программ

том преподносит зрителю балетную сказку про волшебное озеро. Почти 8 тысяч человек на трибунах рисовали живые картины, показывая огромные ландшафты под музыку **Петра Чайковского**. Указав на площадки, Борис Петров сказал: «А вот здесь будут балерины исполнять свой сольный номер». Впоследствии благодаря этому опыту открылись новые перспективы в развитии жанра с помощью подобных массовых спортивно-хореографических композиций.

Наконец, четвертым средством выразительности является художественный фон, созданный участниками, размещенными на центральной трибуне, которые с помощью кусков ткани различного цвета и оттенка создают картины, в том числе и движущиеся. Именно благодаря этим участникам на закрытии Олимпиады-80 плакал олимпийский мишка.

Эти четыре средства выразительности, используемые в разных вариациях и последовательностях, являются основами спортивной режиссуры. Безусловно, для самых кульминационных и важных моментов праздника режиссеры готовят что-то невероятно сложное и/или красивое, чтобы создать наиболее эффектное зрелище. Однако насколько бы ни был весь праздник увлекательным, длительность одного отделения программы желательно спланировать в рамках 1 часа 15-20 минут. Даже самые крутые шоу со всевозможными спецэффектами или театральные постановки с прекрасными актерами зрителю будет тяжело смотреть дольше этого времени без перерыва.



Обязательная хореографическая программа балета на льду «Конек-Горбунок»



Произвольная программа «Операция «Рейнхард» театра на льду «Алеко»

Раскрыть потенциал

Фигурное катание, несомненно, имеет большой потенциал для проведения турниров с использованием приемов по созданию зрелищности. Например, на чемпионате России всегда проводится церемония открытия с торжественной частью, а завершается чемпионат традиционными показательными выступлениями сильнейших фигуристов. Последние годы интерес зрителей и болельщиков вызывают новые, построенные на принципах шоу турниры: «Русский вызов» и Кубок Первого канала. Массовые виды фигурного катания, такие как синхронное катание и спортивные балеты на льду, также обратили свое внимание на создание инновационных шоу-программ и проведение масштабных фестивалей и конкурсов. Это не удивительно: оказавшись отрезанными от международных соревнований, спортсмены тем самым заполучили шанс отвлечься от обычного цикла календарных соревнований и начать искать новые идеи для самовыражения, наслаждаясь творчеством. Поскольку основным средством выразительности зрелищных спортивных представлений являются массовые упражнения, то балеты на льду и синхронное катание как никакой другой вид предрасположены к созданию зрелищных программ из предписанных правилами элементов. Топовые коллективы и команды действительно способны показать зрелищные программы не только за счет скорости, мастерства владения коньком, синхронности и музыкальности, но и за счет самой постановки.

Топовые коллективы и команды способны показать зрелищные программы за счет самой постановки

На самом деле уровень подготовленности участников не обязательно должен быть высоким, он может быть средним или даже начальным, главное — не предлагать участникам выполнять упражнения, которые им не под силу. Если спортсмен не может поднять ногу в флажок или не может прыгнуть двойной Аксель, то эти элементы не стоит включать в программу. Но особенно обидно бывает видеть хорошо обученных спортсменов, владеющих какими-то сложными и интересными элементами, и при этом откровенно слабую и неэффективно поставленную программу.

Фундамент и нерв постановки

Как театр начинается с вешалки, так постановка программы начинается либо с идеи, либо с музыки. Если есть определенная идея, то дальше подбирается музыка, которая способна максимально ее раскрыть. Если же первой оказалась музыка, тогда она становится основой для каких-то идей и ассоциаций.

Может ли постановка быть ни о чем? Основатель ансамбля народного танца легендарный Игорь Моисеев был убежден, что нет. Он считал, что если нет идеи, нет сюжета, то поста-

новка будет неинтересна зрителю. С этим мнением спорит творчество российского и американского артиста балета, педагога и знаменитого хореографа **Джорджа Баланчина** — мастера бессюжетных постановок, от которых невозможно оторвать взгляд, настолько они интересны и захватывающи. Постановки Баланчина отличаются высоким количеством движений танцовщиков в единицу времени, так что мысли о сюжетных линиях даже не возникают. Никаких заранее заказанных сюжетов он не признавал, музыка решала все. Баланчин читал клавиш с листа и сразу видел, его ли это музыка. Его творческое кредо — «Видеть музыку и слышать танец». Баланчин всегда говорил, что «...мои постановки, как бабочки, живут один день».

Любая постановка — это визуализация музыки, если, конечно, постановщик способен перевести музыку на язык танца, движения

Действительно, иногда совершенно не обязательно придумывать сюжет, можно просто идти за музыкой. По сути, любая постановка — это визуализация музыки, если, конечно, постановщик способен перевести музыку на язык танца, движения. Когда эксперты говорят, что программа была исполнена музыкально, они имеют в виду, что движения точно соответствовали темпу, ритмическому рисунку, характеру музыки, включая изменения этого характера и ее построение. Легендарная «Кумпарсита» олимпийских чемпионов в танцах на льду **Людмилы Пахомовой** и **Александра Горшкова**, танец, поставленный им **Еленой Чайковской**, является собой пример музыкальной программы, поскольку в ней выверен и точно поставлен на музыку каждый шаг. Но какой бы путь ни выбрал режиссер, именно музыка является фундаментом и нервом постановки.

Здесь надо сразу сказать: чтобы сделать захватывающий номер, который не покажется зрителям затянутым, продолжительность звучания музыки должна быть две — две с половиной минуты, не больше. В соревновательных программах фигуристов выдержать этот размер постановщики не могут, поскольку все программы согласно правилам имеют свою предписанную продолжительность, но в показательных номерах это можно использовать.

Сюрприз обязателен

Главным драматургом при создании программы служит музыка, и постановщику следует быть очень деликатным

и чутким в момент наполнения движениями и элементами выбранного музыкального сопровождения. Прежде чем ставить программу, надо хорошо изучить музыку, чтобы определить ее темп, характер, структуру. Своим студентам на этом этапе работы мы даем задание нарисовать музыку: какие образы она рождает, в какой цветовой гамме звучит, какая у нее «стенограмма» звучания, где кульминация, какой длительности кода.

Такое «препарирование» мелодии позволяет постановщику наметить ряд режиссерских ходов. Например, мы считаем — и этому учим студентов, — что в каждой постановке должен быть какой-то сюрприз. Это может быть какая-то трансформация образа, или костюма, или построения — что-то эффектное и неожиданное. Сюрприз желательно разместить в самом эмоциональном музыкальном эпизоде, например в кульминации, потому что наиболее эффектные движения должны быть использованы в композиции там, где мелодия самая красивая или сильная. Нарастание темпа в музыке всегда должно сопровождаться нарастанием количества движений. Яркие музыкальные акценты могут быть прекрас-



Произвольная программа «Горящая Роза» балета на льду «Конек-Горбун»

ЛЕДОВАЯ АРЕНА «СНЕЖНЫЙ БАРС»
ХОККЕЙ ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ АРЕНДА ЛЬДА



Реклама. arenabars.ru

г. Москва, ул. Большая Очаковская д.2, корп.2, стр.3
+7 (495) 208-50-10
WhatsApp +7 (926) 512-60-22

но подчеркнуты контрастными, то есть противоположно направленными движениями: кто-то двигается вверх, кто-то вниз, кто-то вправо, кто-то влево, вперед-назад и так далее. Матросский танец «Яблочко» на музыку Глиэра в постановке **Игоря Моисеева** — прекрасная иллюстрация этого приема. Также эффектно выглядит прием, когда музыка в какой-то ритмической части прерывается и участники отбивают ритм мелодии сами: ногами, ладонями, предметами, а затем музыка их вновь подхватывает.

Финал — это всегда «вишенка на торте». В финале должно происходить либо самое быстрое, либо самое сильное и красивое, либо совершенно неожиданное. Игорь Моисеев прекрасно владел искусством постановки. Его танцевальная композиция «Ночь на Лысой горе» — пример того, как маэстро мастерски строит финальную сцену. Вся композиция построена на нарастании темпа музыки и движений, на сцене постоянно растет количество участников, одни танцевальные трюки сменяются другими — зрители ожидают какую-то мощную финальную кульминацию, но Моисеев обманывает все ожидания: три раза кричит петух, встает солнце — и вся нечисть замирает, падает и в тишине расползается со сцены. Этот финал абсолютно неожидан и в то же время предельно логичен. Кроме того, он позволяет публике эмоционально выдохнуть после сумасшедшего накала страстей на сцене и тем самым подготовиться к восприятию следующих танцев.

Зрителям должно быть не только «вкусно» смотреть выступление, у них еще должно остаться приятное послевкусие

Эффектного финала можно добиться и при выходе на поклон. Вспоминается спектакль «Ромео и Джульетта» в постановке Ильи Авербуха, где артисты выходят на лед на поклон зрителям не в сценической одежде, а в белых рубашках, футболках, джинсах и — босиком. Также зрители обычно благожелательно реагируют на выход участников представлений для общего финального поклона, выполненного в жанре дивертисмента, когда каждый участник по мере выхода на ледовую площадку исполняет какой-то свой коронный элемент или трюк из своего номера. Этот прием всегда выглядит оправданно и выигрышно. Он также может быть использован участниками соревнований перед награждением: таким образом спортсмены напоминают о своем мастерстве, а зритель может еще раз их поприветствовать.



Фрагмент выступления

Блюдо для гурманов

При постановке программы всегда надо помнить о зрителе, который будет ее смотреть. Иногда случается так, что энергичные массовые двигательные партии участников не объединены в единую композицию и у зрителей разбегаются глаза: они не знают, куда им смотреть. В таких случаях интересно наблюдать за работой телевизионного режиссера, который, понимая, что композиционной гармонии не получилось, включает последовательно несколько камер с крупным планом, на четыре-пять секунд каждую, чтобы создать атмосферу многолюдной сцены, состоящей из различных движений. А общий план включает очень редко, на одну-две секунды, потому что единой композиции не получается.

При создании программы режиссер-постановщик должен каждый раз думать о зрителе, куда ему смотреть в данный момент. Вся эта разнообразная зрелищная картина придумывается и предназначается для его удовольствия. Как шеф-повар готовит свои блюда для гурманов, так и режиссер-постановщик ставит свои программы для эстетического и эмоционального наслаждения зрителей. Им должно быть не только «вкусно» смотреть выступление, у них еще должно остаться приятное послевкусие.

В заключение хотим сказать, что громкая музыка, освещение со всеми спецэффектами, дорогие костюмы, огромные декорации, множество участников — это все не является признаками успешного шоу, если зрители после представления расходятся разочарованными. Зрелище или шоу, как его ни назови, станет успешным, если у зрителей в душе возникнет отклик. Тогда ремесло превращается в искусство.

Реклама. scmolodezhka.ru



МОЛОДЁЖКА®
• спортивные комплексы •

Достигни лучшего

г. Москва, ул. Молодогвардейская, 63Б, строение 2
+7 (980)8888-040
scmolodezhka@gmail.com



Фигурист магазин

Москва

Ленинградский пр-т, 44
Тел.: +7 (495) 542-68-68

Ленинский пр-т, 32
Тел.: +7 (495) 641-82-82

Сокольнический вал, 48
Тел.: +7 (495) 177-35-35

Санкт-Петербург

Наб. канала Грибоедова, 33
Тел.: +7 (812) 645-77-88

Екатеринбург

ул. Степана Разина, 95.
Тел.: +7 (343) 334-34-35

Казань

ул. Пушкина, 52.
Тел.: +7 (843) 202 09 09

Краснодар

ул. Колхозная, д. 5
Тел.: +7 (861) 991-21-62

Коньки ♦ Лезвия ♦ Ботинки для фигурного катания
Одежда для выступлений и тренировок
Аксессуары ♦ Заточка и установка лезвий

