

Основные вехи творческой биографии

Имя Юрия Верхошанского хорошо известно в мире спорта. В течение почти полувека его идеи не теряют своей актуальности и продолжают привлекать внимание тренеров и специалистов в области спортивной тренировки. Все то, что им написано, есть не просто опыт талантливого тренера или умозаключения ученого-эксперта, но результаты глубоких размышлений и исследований человека, который пережил на себе историю развития научного знания в области спортивной тренировки, человека, который был свидетелем возникновения, расцвета и заката многих идей, был знаком лично с людьми эти идеи рождавшими и который сумел переработать весь этот опыт совершенно особым оригинальным образом.

«Всякая хорошо прожитая жизнь есть долгая жизнь...» Долгая жизнь, о которой пойдёт речь, интересна ещё и тем, что она была «встроена» в несколько последних исторических эпох той страны, в которой протекала. Этой страны больше нет, как и нет больше той, другой страны, на развалинах которой она была построена. И никто пока не может сказать, какой будет третья жизнь этой огромной бывшей Российской империи, а теперь ещё и бывшей «советской империи», «шестой части земли с названием кратким Русь»...

О том, как и чем жили обитатели первой Российской империи, после её падения можно было узнать в основном из воспоминаний её современников - пришедшая на смену новая «цивилизация» постаралась сразу и как можно быстрее уничтожить следы прошлого, даже в умах тех, кто выжил и помнил, изменив на свой лад всё, повесив свои ярлыки на каждую деталь их настоящей и прошлой жизни. Однако, наверное, именно тот факт, что многое из этого реального прошлого всё же уцелело в их памяти и передалось их детям, в итоге и предопределило конечную судьбу этой погибшей цивилизации.

Нынешняя историческая ситуация, конечно, иная, но и теперь на этой территории подрастает поколение, имеющее с каждым днём всё более отдалённое представление о предшествующей, второй, «советской» империи. И скоро и ему трудно будет понять суть многих событий в жизни отдельных представителей предыдущего поколения своих соотечественников. Но оттого, как оно станет судить об этих событиях, во многом будет зависеть то, как сложится его будущая судьба.

Люди же Западных стран Европы и Америки, в течение десятилетий тщательно изолированные от этой страны «железным занавесом», как показывает опыт, в лучшем случае не знают о ней ничего, а в худшем – судят о ней превратно по примитивным застаревшим штампам, не в силах отделить «чёрное» от «белого», особенно там, где всё было сплошь «полосатым» или просто «серым»... А ведь в недрах этого гигантского социального эксперимента, взлелеянного умами просвящённых европейцев (потомки которых, впрочем, благополучно избежали его реализации у себя дома) возникло многое, что стоит изучать и стоит анализировать, как результат всякого эксперимента. Потому что и отрицательный результат есть всегда – Результат...

...И вот, перед нами – реальная история жизни человека, в которой под неким специфическим углом отразилась история жизни страны, в которой она протекала. Чем нам интересна эта история? В ней речь пойдёт о странной области – о спортивной науке. Современные представители этой науки из разных стран, получив за последние десятилетия возможность свободно

общаться, с удивлением обнаружили, что даже единого названия эта научная область пока ещё не имеет. Но все они сходятся в одном – наиболее бурное развитие она получила в Советском союзе, а затем и в странах Восточной Европы, и во многом благодаря их особой государственной системе, которой уже больше не существует....

Не хочется верить, что и это странное порождение социализма в новой исторической обстановке обречено медленной гибели, как и многое из того, что постепенно уходит в прошлое...



1. Семья и джаз.

Юрий Витальевич Верхошанский родился в 1928 году в небольшом городе Бежице Брянской области. Его отец, Верхошанский Виталий Иванович, потомок польских политических ссыльных, был по образованию инженером путей сообщения, мать, Филипченко Зоя Ивановна – врачом-пульмонологом. Родители были довольно заметными людьми в городе - отец занимал должность главного инженера в горкомхозе, а мать была главным врачом городского туберкулёзного диспансера.

Стиль жизни российской интеллигенции всегда предусматривал определённый характер воспитания детей - приобщение их к музыке, чтению, изучению иностранных языков и к литературному творчеству. В дом Верхошанских регулярно приходила преподавательница немецкого языка, а на уроки музыки он ходил сам к Зое Апполлоновне Николаевой, занимаясь вместе с её дочерью Татьяной, ставшей впоследствии профессором Московской консерватории и известной исполнительницей фортепьянных произведений Баха. В семилетнем возрасте им была написана научно-фантастическая повесть «Гибель Америки», в которой, между прочим, были очень образно описаны последствия применения нейтронного оружия, изобретённого почти пятьдесят лет спустя.

По влиянию отца у него рано открылись способности ко всевозможному конструированию. С семи лет Юра начал посещать кружок труда и конструирования так называемого «Дома художественного воспитания детей». Модель соляноидной пушки, выполненная им вместе с другом Валькой Григорьевым, была отмечена на областной выставке детского творчества. Успех юного конструктора был отмечен не только «официальными органами» - он был приглашён группой соседских подростков, игравших, как водится, в войну, на «должность инженера» с целью «организации телефонной связи». Польщённый приглашением «авторитетных кругов» конструктор выполнил заказ, соорудив примитивный телефонный аппарат, соединяющий чердаки соседних домов.

Стиль жизни эпохи тридцатых годов был характерен приобщением детей к занятиям спортом. Поначалу это были только шахматные турниры, один из которых Юра Верхошанский выиграл однажды в пионерском лагере. Однажды его интерес привлекли странные события, проходившие рядом с их домом на стадионе «Динамо». В то время в качестве основной формы спортивных состязаний существовали так называемые сдачи норм ГТО. Взрослые «дяди» снисходительно разрешили «малышу» принимать в них участие. И он бегал, прыгал в длину и высоту, метал гранату и стрелял из малокалиберной винтовки. Потом неподалёку от дома разорили церковь и сделали в ней «Дом физкультурника», куда он стал ходить с двоюродной сестрой Лидой. Зимой он помогал ей готовить лыжные палки и сами длинные-предлинные финские лыжи, применявшиеся в то время.

Настоящий спорт, как таковой, вошёл в его жизнь значительно позже, во время войны. Подумать только – шёл 1943 год, до конца войны оставалось ещё почти два года. Только что освободили Орёл, куда они с матерью вернулись из эвакуации, где повсюду ещё стояли разбитые танки и орудия. И вот, несмотря ни на что, 18 августа проводится праздник «День физкультурника». Для участия в праздничных спортивных состязаниях по лёгкой атлетике предварительно производится набор подростков и юношей в спортивные секции. За проявленные способности в легкоатлетическом беге и прыжках Юра Верхошанский получил в качестве приза настоящие «шиповки» - кожаные туфли жёлтого цвета с шипами на подошве.

Зимой он выиграл городской чемпионат по лыжам и поехал на всероссийские соревнования в Тамбов, в которых потерпел поражение исключительно по причине полного отсутствия лыжной мази у сборной команды Орла.. Выиграл представитель более технически оснащённой команды Москвы Виктор Баранов, с которым, кстати, они впоследствии учились в одной группе в институте физкультуры.

Таким образом, детство и юность Юрия Витальевича были наполнены различного рода увлечениями. Он с одинаковым успехом участвовал во всевозможных спортивных состязаниях, мастерил, писал рассказы и играл на фортепьяно Бетховена, Шопена и Рахманинова. Учился он с лёгкостью и слыл вундеркиндом, посему успевал везде и без особых усилий, что очень беспокоило строгих родителей. Разнородность творческих интересов и разнообразие способностей, которые он демонстрировал, затрудняли выбор будущего жизненного пути. Поэтому по желанию родителей, желавших сконцентрировать внимание сына на чём-то одном, ещё будучи в выпускном классе школы, он поступил в Орловское музыкальное училище по классу фортепиано, где годом позже начал также играть на кларнете и саксофоне и изучать композицию.



Пришло время его нового увлечения джазом, организации небольших оркестров, самостоятельной оркестровки произведений его нового кумира Глена Миллера и написания первых собственных композиций. Джаз в то время был осуждаем официальной советской идеологией, как «буржуазное искусство» (однако, пользовался огромной популярностью у публики), поэтому не могло быть и речи о том, чтобы сын уважаемых в городе родителей посвятил свою жизнь столь легкомысленному занятию. Так возник конфликт «отцов и детей» и решение оставить родной дом ради нового призвания..

Начались его гастроли в составе театрализованного эстрадного джаз-оркестра Орловской государственной филармонии по городам медленно оживающей после военной разрухи России, знакомство с самостоятельной, независимой от родителей жизнью. Потом почти год он проработал музыкантом в ресторане в полуразрушенном бывшем Кенигсберге, полном ещё советских офицеров и солдат, немецких военнопленных, но также уже и новых российских обитателей, среди которых было много вечно голодных, как и он сам, «искателей приключений». Неизбежно возникавшие материальные трудности заставляли искать другие заработки. Тут пригодились и трудовые навыки, полученные за годы жизни в эвакуации в небольшом татарском селе. Пригодилось и его детское увлечение фотографией и прежние успехи в спорте.

Прямой контакт с реальностями жизни способствовал взрослению и осознанию необходимости двигаться вперёд и поиску других форм применения своих многочисленных талантов. Конец «тинейджерского» возраста ознаменовался у него твёрдым решением навсегда покончить с карьерой «бродячего музыканта» и начать новую жизнь, связанную со спортом.

В 1948 году он стал студентом Государственного Центрального института физической культуры.



2. Москва, институт физкультуры

Нужно сказать, что надежды воспрянувших духом родителей на то, что их сын наконец остепенится и «займётся делом», пусть даже связанным с такой странной для них областью, как физкультура и спорт, поначалу не оправдались. Студент Юрий Верхошанский был известен в институте, в основном, как руководитель институтского джаз-оркестра и, вообще, как «красивый парень, играющий на саксофоне».



Однако, институтские годы не прошли для него даром – он с интересом изучал кино-фото дело, занимался в студенческом научном кружке кафедры лёгкой атлетики под руководством своего преподавателя, основателя советской школы спортивной тренировки Николая Григорьевича Озолина.

В институте Юрий Верхошанский начал прыгать с шестом. Произошло это совершенно случайно, когда они с друзьями после занятий бродили по стадиону «в рассуждении», чем бы занять свободное время. Нужно сказать, что прыгать с шестом Верхошанский пробовал ещё в Орле, поэтому, возможно, в этот раз получилось это у него не так плохо. Проходивший мимо молодой тренер Виктор Ягодин, ставший невольным свидетелем шутки, обратил внимание на одного из студентов и пригласил его на свои утренние тренировки-разминки.



Дело пошло и к утренним занятиям Юрия Верхошанского добавились настоящие вечерние тренировки. Тут руководителю популярного институтского джаз-оркестра пришлось учиться организовывать своё время. Он начал серьёзно тренироваться и с результатом 3 метра 80 см вошёл в сборную Российского «Спартака». Лучшим его результатом в прыжке с шестом, показанным в конце его спортивной карьеры, стали ... 4 метра.



Но по-настоящему в то время он «прославился» тем, что неожиданно женился на знаменитой метательнице диска Елизавете Багрянцевой, той самой, которая, не обладая атлетическим телосложением и высоким ростом, сумела завоевать серебрянную медаль на Олимпиаде 1952 года в Хельсинки.



Оба они были яркими и необычными творческими личностями, их роднило артистическое прошлое и спортивное призвание. Бракосочетание произошло в день выступления жениха на первенстве России по лёгкой атлетике, в промежутке между утренними квалификационными и вечерними финальными соревнованиями в прыжках с шестом.

Поначалу никто не верил в прочность их союза, но он продлился всю жизнь, сорок три года, до самой смерти Елизаветы Петровны. Эта сильная женщина, сибирячка, обладала какой-то удивительной, «государственной» мудростью и прозорливостью. Ей удалось полностью изменить направление жизни своего избранника, разглядев и оценив в нём то, чего пока ещё не видели другие. И наверное, все книги, написанные им впоследствии, могут быть поправу посвящены только ей одной...

3. Первые тренерские шаги.

По окончании института Юрий Верхошанский был направлен по распределению в Орёл, где жили его родители. Он начал работать тренером в Спортивной школе молодёжи и продолжал выступать за сборную российского «Спартака» по прыжкам с шестом.

Тренерская работа захватила его своим необычайным творческим характером. Неожиданно для самого себя он почувствовал возможность реализовать творческие задатки и «инженерный» способ мышления, заложенные ему еще в детстве отцом, приверженцем «эвристического» метода воспитания.

В 1953 году в газете «Советский спорт» была опубликована его первая в жизни методическая статья под названием «Наш опыт», посвящённая особенностям организации зимних тренировок легкоатлетов. В ней говорилось о том, как организовать разминку, чтобы не простудиться, как использовать заснеженные дорожки для затруднения бега и о многом другом. Например, об особом креплении на спортивные тапочки медной проволоки в виде скоб, помогающих уменьшить скольжение во время бега по снегу.



Работа в орловской спортивной школе молодёжи продлилась всего один год - по специальному разрешению Отдела кадров Госкомитета СССР по физической культуре и спорту он был перераспределён по месту жительства жены и начал работать преподавателем в Московском городском институте физического воспитания. Однако, через год это учебное заведение было расформировано и новоявленный преподаватель остался без работы. И тут ему неожиданно повезло – приятель, закончивший ГЦОЛИФК годом раньше, попавший по распределению на кафедру физвоспитания Московского Авиационного института, пригласил его туда почасовиком.

Работать в модном и престижном московском вузе было интересно. Его окружали лучшие молодые представители нарождающейся новой интеллектуальной элиты страны. Верхошанский организовал из студентов группу легкоатлетов-прыгунов и начал с увлечением с ними заниматься. Пригодился и опыт, полученный ранее в Орле – зимой его ребята бегали по заснеженным дорожкам Покровско-Стрешневского парка в тапочках со скобами из медной проволокой на подошве. А в апреле, когда снег начинал сходить и парк превращался в покрытое талой водой болото, тренировки проводились на близлежащих трамвайных путях, под яростную брань испуганных вагоновожатых. Однажды зимой мороз стукнул такой, что на улицу невозможно было даже нос высунуть – в распоряжении остался только институтский коридор и небольшое пространство под лестницей, где находился полусгнивший деревянный помост и две ржавые штанги «дореволюционного образца»... Под давлением роковых обстоятельств в тренировку прыгунов была введена штанга и потом были изобретены знаменитые прыжки в глубину.



Возникающие технические трудности стимулировали творческую мысль и желание их преодолевать, а так как этих трудностей у молодого неопытного преподавателя было много, то и число новых методических находок с каждым годом росло.

Тренерская работа целиком строилась на постоянном экспериментировании и была для него как бы творческой лабораторией. Его воспитанники относились к своему молодому тренеру как-то по особому. Разница в возрасте между ними и их наставником была очень небольшая и они не просто были его учениками, но и единомышленниками, соратниками, беззаветно верившими ему. На протяжении многих лет, даже уже после окончания своей спортивной карьеры, каждый вечер 21 января они приезжали к нему в гости отмечать день рождения «шефа». Однажды в такой вот вечер, уже в конце восьмидесятых, Александр Белоногов, Валентин Самохвалов и Аркадий Слободской, уже солидные седоволосые «дяди», вспоминая их общую спортивную молодость, раскрыли свой секрет и прочитали посвящённую ему двадцать лет назад поэму, где фамилия Верхошанский рифмовалась со словами «как гранд испанский»...

Работа преподавателя-почасовика в вузе, как известно, характерна тем, что с мая месяца и до сентября каждого года он остаётся без средств к существованию – это время студенческих сессий и каникул. Жена Юрия Витальевича продолжала в то время быть членом Сборной команды страны по лёгкой атлетике и он был приглашён отделом лёгкой атлетки Спорткомитета СССР на временную летнюю работу кинооператора сборной команды страны. Его работа заключалась в проведении киносъёмки тренировки легкоатлетов и последующей демонстрации заснятого материала во время разбора и анализа их техники.



Вспоминая впоследствии об этом времени, профессор Верхошанский назовёт его «моей аспирантурой» и «моими университетами». И дело не только в том, что ему удалось познакомиться с самым передовым опытом тренировки спортсменов высшего мастерства, вникнуть во все детали их техники – он встретил на своём пути интереснейшую личность и выдающегося тренера – Владимира Михайловича Дьячкова.

Владимир Михайлович был непростым человеком с тяжёлым характером, но он был тренером «от Бога», с исключительно оригинальным подходом к работе. На сборах они с Верхошанским жили в одной комнате гостиницы, работая по вечерам каждый на своём «рабочем месте»: Дьячков – сидя на кровати в своей привычной согнутой позе, молодой кинооператор – за столом, покрытым «белой» гостиничной скатертью. И часто разговаривали – о тренировке, о технике и многом другом. Это была серьёзная школа «повышения квалификации» для начинающего тренера Юрия Верхошанского. Возвращаясь осенью в Москву к своим студентам, он пытался творчески реализовать в собственной работе идеи своего нового учителя и всё то новое, чему он научился в сборной команде... И его ребята «запрыгали» - за короткое время молодому тренеру удалось подготовить пять мастеров спорта по легкоатлетическим прыжкам и семнадцать перворазрядников.



Это было совершенно необычным результатом, которого вряд ли мог добиться и маститый тренер. Возможно по этой причине руководство Спорткомитета СССР

воздержалось от присвоения ему звания «Заслуженного тренера РСФСР» - дескать, «молодой ещё - пусть поработает».



Однако, руководство кафедрой физвоспитания МАИ приняло его на ставку преподавателя - он целиком сконцентрировался на тренерской работе и вынужден был оставить кинооператорство. А через некоторое время ему неожиданно позвонил Дьячков и предложил должность старшего тренера сборной команды Москвы по прыжкам, которую занимал он сам по совместительству с аналогичной должностью в сборной команде страны. Верхошанский немедленно согласился и «процесс пошёл» - через некоторое время его ученик студент Московского Государственного Университета Борис Зубов стал рекордсменом Европы в эстафетном беге 4 по 200 метров и вошёл в сборную страны на Олимпийских Играх в Токио. И так опять вторично Верхошанский выполнил нормативы для присвоения ему звания «Заслуженного тренера РСФСР»... И опять, во второй раз, Спорткомитет СССР ответил «что-то уж больно умному» тренеру отказом.

Работа кинооператором имела, однако, ещё один результат - В 1954 году в журнале «Лёгкая атлетика» была опубликована статья Верхошанского «Техника сильнейших прыгунов СССР» - шесть кинограмм выполнения тройного прыжка финалистами Первенства СССР с подобным анализом их техники. Дело в том, что в 1954 году в Киеве произошло исключительное событие - впервые в мире семь прыгунов тройным, финалисты Первенства страны по лёгкой атлетике, показали результат, превышающий 15 метров. Это было серьёзным свидетельством в пользу эффективности советской школы тройного прыжка и не могло не вызвать к ней интереса.

В редакции журнала поначалу не хотели публиковать эту статью, подписанную никому неизвестным именем и «вышли с предложением» найти какого-нибудь более знаменитого «соавтора». Верхошанский вначале обратился было по этому поводу к своему бывшему институтскому преподавателю, обучавшему его кино-фото делу, заслуженному мастеру спорта в стайерском беге Ермолаеву, но потом передумал и категорически отказался - «не буду, и всё, это моя оригинальная работа». В редакции заносчивому автору вежливо ответили, что в таком случае ему следует зайти, так сказать, «на ковёр», к главному редактору. Главным редактором журнала «Лёгкая атлетика» был в то время профессор кафедры физиологии института физкультуры Касьянов. Взглянув на строптивного автора статьи, он вдруг воскликнул, «Ах, это Вы - Верхошанский, а я ведь Вас хорошо помню по научному студенческому кружку и.. по институтскому джазу!»... Статья вышла под одной единственной фамилией, а через два месяца Касьянов вручил автору её перевод, напечатанный в немецком журнале... Почти через десять лет, в 1963 году, когда её автор, уже опытный и признанный тренерский авторитет, посетил научно-исследовательский институт спорта в Лейпциге, заведующая информационной

службы фрау Кирх с почтением показала ему её оттиск, хранящийся, вместе со всеми другими написанными им к тому времени работами,... в одной папке с оттисками статей Дьячкова...

Известность Верхошанского, как талантливого молодого тренера, росла. Его имя стало известно и за пределами страны. Он познакомился лично с ведущими тренерами по легкой атлетике из различных стран мира такими как Клаус Эккерт из Германии, Тадеуш Старжинский из Польши, Ода из Японии. Известный американский спортивный эксперт Фред Уилт написал о нем в своем журнале, познакомив англоязычный мир с «ударным методом» Верхошанского (впервые и неудачно назвав его «приометрией»). Они начали переписываться и Уилт начал посылать передовую методическую литературу на английском языке.



Материалы, полученные Верхошанским на сборах, и опыт, накопленный в работе с учениками, легли в основу его первой книги «Тройной прыжок», опубликованной в 1961 году и немедленно «подпольно» переведённой в нескольких странах.

Несмотря на то, что выявленная автором биодинамическая структура отталкивания в тройном прыжке свидетельствовала о необходимости использования другой двигательной установки при совершенствовании техники, отличной от рекомендуемой Озолиным, именно он был первым человеком, которому был подарен первый авторский экземпляр книги. Просмотрев её внимательно в присутствии трепещущего автора, Озолин предложил... дополнить материалы «цифры» и через пару недель представить... в виде диссертации. Автор сумел оценить совет по достоинству и за три месяца им была написана диссертация и даже сданы все соответствующие кандидатские экзамены. Её апробация прошла в стенах Центрального научно исследовательского института физической культуры и спорта в неожиданно «жесткой» обстановке.

Неопытный соискатель не уложился в регламент и его доклад был прерван, как говорится, «в самом интересном месте», дальнейшее обсуждение слишком обширного материала пошло по данным многочисленных плакатов.

Несмотря на то, что сотрудники института буквально «распотрошили» обескураженного автора в пух и прах своими вопросами, в итоге ими было вынесено решение оценить диссертационную работу положительно и рекомендовать к защите. По совету Дьячкова её материал был в дальнейшем значительно конкретизирован и ограничился только биодинамическим

анализом опорно-толчковых фаз тройного прыжка, и она через некоторое время была с успехом защищена на Учёном совете института.

С этого начинается новый этап творческого пути профессора Верхошанского, связанный преимущественно с научной и преподавательской деятельностью.

4. Начало тридцатилетнего периода работы в ГЦОЛИФКе.

В 1964 году преподавателя МАИ известного тренера по лёгкой атлетике кандидата наук Юрия Верхошанского пригласили для работы на кафедру лёгкой атлетики ГЦОЛИФК. Правда, руководство кафедры в деликатном разговоре поставило одно условие – ...сбрить бороду, так как «наличие у преподавателя легкомысленной щёгольской бороды может негативным образом влиять на дисциплину студентов».



Тот бороду сбрить категорически отказался и руководству пришлось скрепя сердце согласиться иметь у себя на кафедре единственного на весь институт бородатого преподавателя. Вопрос «муссировался преподавательской общественностью» ещё долго. Известная своей исключительной принципиальностью декан педагогического факультета Нина Филипповна Розанова, гроза студентов и особенно студенток-«модниц», давших ей в отместку прозвище «Мефистофель», встретив однажды его в коридоре, не выдержала и сказала, что находит весьма несолидным и педагогически незорким, что преподаватель и наставник студентов появляется перед ними в таком «пижонском» виде... Но сбрить бороду он согласился только перед поездкой за границу, в составе советского «тренерского десанта», отправлявшегося на Первенство Европы в Будапешт в 1966 году.

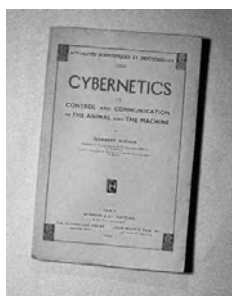
Роковое решение пришло накануне выезда, когда неожиданно возникло опасение, что бородатый гражданин может быть не пропущен паспортным контролем по причине несоответствия его облика паспортной фотографии (без бороды). В аэропорту, ёжась о непривычного ощущения холода на лице, злополучный бывший обладатель бороды посетовал на факт её утраты капитану пограничной службы КГБ, прибывшему для сопровождения делегации. Выслушав печальную историю, тот глубокомысленно посмотрел на него и лаконично заключил – «Ну и дурак»...После поездки борода вновь вернулась на своё место.



Кроме проведения занятий на кафедре лёгкой атлетики, Юрий Верхошанский читал в институте курс биомеханики. Так случилось, что он познакомился с Дмитрием Дмитриевичем Донским. Донской всегда был разносторонней и интересной личностью и любил молодых и оригинально мыслящих учёных. Ему нравились философские дискуссии. Между ними сложились своеобразные дружеские и творческие отношения. В конце концов Донской пригласил его к себе на кафедру читать его новый курс биомеханики.



...В стране наступало время «хрущёвской оттепели» - время реабилитации кибернетики, публикаций работ Норберта Винера и Николая Бернштейна. Общие принципы управления системными объектами, выдвинутые на первый план развития науки в этот период, полностью согласовались с идеями Верхошанского о целевом программировании тренировочного процесса, которые он начал формулировать еще в конце 50-х годов, мучительно пытаясь найти способ планирования тренировки своих учеников. Он начал изучать все, что касалось этой проблематики, в частности, книгу Винера «Кибернетика» (получил ее по почте из Америки от Фреда Уилта) и работы Николая Александровича Бернштейна, опередившего на 30 лет Винера в создании теоретических основ этой науки.



... «Кибернетика никого не оставляет равнодушным. - напишет профессор Верхошанский много лет спустя об этой эпохе в своей статье памяти Н.А.Бернштейна,- Она сбрасывает, наконец, напяленный на неё шутовской колпак «буржуазной лженауки» и покоряет воображение пугающе смелой оригинальностью и вместе с тем удивительной простотой и убедительной наглядностью своих идей. Она кладёт начало Ренессансу в отечественной биологической науке, начало процессу возвращения ей права на свободу

творческого мышления. Не остаётся в стороне и спортивная наука. Набирает силу биомеханика физических упражнений, физиология выходит за традиционные рамки объясняющей дисциплины и всё более ощутимо выполняет предсказательную функцию, идеи теории систем и принципы управления сложными объектами обретают методологическое значение для научных основ физического воспитания и спортивной тренировки, вытесняя механистический примитив аналитико-синтетического подхода... » («Теория и практика физической культуры» №3 1991)

Личность Николая Александровича Бернштейна, «опального титана, бросившего вызов вульгарному в биологии и не сломленного насильем беспринципных и, как ранее выразился Н.И.Вавилов, «всесильных ничтожеств», сыграет огромную роль в научной судьбе Верхошанского. Личное его знакомство с Бернштейном состоялась в конце 1965 года в кулуарах научной конференции Института физиологии, где ученый вступал с докладом.

Вторая их встреча произошла на конференции «Кибернетика и спорт», организованной заведующим научно исследовательского института Физической культуры и спорта Владимиром Михайловичем Зациорским. Председательствовал Л. В. Чхаидзе – колоритнейшая фигура, достойная отдельного рассказа. Левон Владимирович был одним из разностороннейших ученых своего времени. Вспоминаются его эссе «Воспитание юношей полинезийских островов» и анализ повести Пушкина «Пиковая дама» под названием «Почему «Тройка, семерка, туз?». В период сталинских гонений он разделил печальную судьбу Бернштейна, заклеенный партийно-бюрократической научной элитой. Она громила его работы на страницах центральной печати, насмехаясь над его биомеханическим анализом футбольного удара и... лазания по канату в три приема. В период проведения конференции «Кибернетика и спорт» времена уже изменились: начался процесс реабилитации «опальных» ученых.

...На столе президиума стояла красная лампа, начинавшая мигать по истечению регламента докладчиков. Верхошанский впервые представлял на обсуждение свое видение проблемы управления тренировочным процессом в спорте. Выступление он завершил лишь после третьего предупреждающего сигнала красной лампы, под звук увещаний председателя. Особого отклика среди специалистов в области спорта это выступление не вызвало, но было высоко оценено физиологами. После конференции Верхошанский обратился к Бернштейну с просьбой подсказать, где можно найти литературу по вопросам кибернетики и тот неожиданно пригласил его к себе домой, где преподнес в подарок оттиск своей статьи «Очерки по физиологии активности» и книгу «Вопросы кибернетики» под редакцией академика Берга с подписью «Товарищу Ю.В.Верхошанскому на добрую память. Н.Бернштейн».



16 декабря 1965 года состоялась его последняя встреча со смертельно больным учёным.

«...Николай Александрович как всегда внимателен, немногословен и благожелателен и исключительно конкретен в предмете обсуждения. «А если этот график пойдёт не так, а иначе, например, вот так», - и его красный карандаш проводит уверенную линию на моём чертеже. Я растерян и смущён, ибо «так» не может быть. Ищу слова, но тут же замечаю лукавый испытующий взгляд. Понимаю, что это шутка, но шутка не простая. Это скорее строгая проверка идеи, породившей график. ... Вечером 31 декабря хочу поздравить Николая Александровича с Новым годом, но к телефону никто не подходит. Буквально через несколько дней понимаю, что был, вероятно, одним из последних если не последним гостем Николая Александровича..»

Тот факт, что он мог быть последним из «учеников» (как называл их сам Бернштейн, «моих научных сыновей и внуков»), которого на прощанье «благословил» «учитель», уходя в Вечность, потряс воображение тридцатисемилетнего учёного. ...Как сказал философ - «Мощь положительного образа в душе есть нечто изумительное...Моральное суждение для человека важнее, чем теоретическое суждение науки, так как оно определяет всю жизнь и всю судьбу человека» (Б.Вышеславский).

Когда-то встреча с Дьячковым помогла ему стать Тренером - встреча с Бернштейном определила его последующее научное призвание. Однако, на этот раз «планка» была поднята очень высоко - стало понятно, что в такой, казалось бы, «несерьёзной» области, как спорт, ее конкретные утилитарные вопросы можно и необходимо решать, используя самые передовые философские и методологические подходы.

В 1966 году Верхошанский опубликовал статью об управлении тренировочным процессом и занялся проблемой его оптимизации и программирования. Эта небольшая статья была написана в каком-то особом воодушевлённом стиле. В ней был практически указан весь дальнейший путь развития методологии спортивной тренировки...Через двадцать лет, в начале восьмидесятых, Спорткомитетом СССР по физической культуре и спорту Ю.В.Верхошанский будет удостоен золотой медали за цикл работ по программированию спортивной тренировки.



Работа в ГЦОЛИФКе ознаменовалась дальнейшим расширением и углублением научных исследований Верхошанского. У него появились новые ученики – студенты – дипломники, аспиранты и соискатели, которые под его руководством впоследствии получили учёные степени.

Его докторская диссертация, защищённая всего через несколько лет после получения степени кандидата наук, называлась «Закономерности процесса

становления спортивного мастерства в ходе многолетней тренировки (на примере скоростно-силовых видов спорта)». Это был уже серьёзный труд зрелого учёного, посвящённый глобальным проблемам подготовки в спорте. Жаль, что эти материалы были представлены в последующих публикациях автора только частично, за пределами осталось многое, что пришлось бы очень кстати теперь, по прошествии почти сорока лет, когда начались широкие дискуссии по проблемам создания новой теории спортивной тренировки.

5. Проблемная лаборатория - «между молотом и наковальней».

В 1972 году заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки и проректор института по научной работе профессор Л.П. Матвеев пригласил Верхошанского на работу в также заведомую им проблемную лабораторию. Приглашение по странной случайности произошло в не совсем подходящем для этого месте -... в институтском туалете. Возможно обстоятельство это каким-то странным образом наложило роковой отпечаток на последующую судьбу их так и несостоявшегося научного альянса...



Поначалу, однако, всё шло очень хорошо - Верхошанский активно взялся за работу. Он организовал обширные исследования и неожиданно получил необычные результаты. Исследовалась динамика изменения скоростно-силовых показателей легкоатлетов-прыгунов в годичном цикле под воздействием специальной научно-разработанной экспериментальной программы тренировки.

Впервые в ней был предусмотрен приём концентрации однонаправленной (силовой) нагрузки в начале подготовительного периода. Каждый месяц спортсмены должны были регулярно являться в лабораторию и проходить тестирование на Универсальном динамографическом стенде (УДС-3), знаменитой лабораторной установке Верхошанского, сконструированной для оценки характеристик произвольного взрывного усилия, проявляемого при разгибании ноги и подошвенном сгибании стопы.

После первого месяца напряжённых тренировок произошла совершенно неслыханная ранее вещь - регистрируемые показатели не только не улучшились, но ухудшились. Верхошанский немедленно потребовал повторного тестирования, но оно подтвердило полученные ранее результаты. Значит, они не были следствием случайной ошибки. Что же делать? Если после первого же месяца напряжённых тренировок у спортсменов не наблюдается прироста основополагающих параметров спортивного результата, значит программа

тренировок неправильна. Но как же всё-таки возможно, чтобы эти параметры под воздействием специально направленных на их повышение тренирующих средств, разработанных целыми поколениями тренеров и специалистов, среди которых был и сам автор этого эксперимента, не показали никакого положительного изменения? Поразмыслив, Верхошанский решил продолжить начатый эксперимент и ничего в нём не менять. Спортсмены продолжали тренироваться по программе и ежемесячно являться в лабораторию для тестирования. Но после второго месяца результаты начали вообще «заваливаться». Никто из сотрудников ничего не понимал, но все продолжали держаться намеченного плана. Что же произошло потом? Падение исследуемых параметров остановилось, потом они постепенно начали расти, вначале вернувшись на исходный уровень, а затем, после окончания предусмотренных программой тренировок, достигнув в среднем ...30%-ного прироста!

Выяснилась, также, очень интересная вещь – чем больше было снижение (до определённого уровня – не ниже 10-12 %) исследуемых показателей у спортсменов-участников эксперимента вначале, тем выше оказался уровень их итогового прироста. И это ещё не всё. Было ещё одно очень интересное обстоятельство, не вошедшее в исследовательские материалы по причине его уникального характера. Одна из участниц эксперимента, прыгунья в длину, вынуждена была через два месяца после его начала прекратить занятия спортом в связи с беременностью. Верхошанский попросил её только об одном – продолжать приходить в лабораторию для ежемесячных тестов до тех пор, пока ей это позволит врач. Уровень скоростно-силовых показателей этой девушки, снизившийся после двух месяцев напряжённой тренировки, после её резкого прекращения начал повышаться, демонстрируя почти такие же высокие темпы прироста, как и у остальных участников эксперимента.

Результаты этого исследования были совершенно сенсационными. Они не укладывались в теоретические описания Л.П.Матвеева, что в процессе тренировки все показатели тренированности «неуклонно растут». Объяснение открытого феномена потребовало новых научных подходов к рассмотрению процесса тренировки вообще. В целой серии последующих экспериментов аналогичного типа, организованных теперь уже специально, чтобы проверить полученный эффект и выяснить сопутствующие этому детали, удалось подтвердить его реальность. В результате автор вплотную подошёл к созданию новой научной парадигмы, объясняющей механизмы и закономерности изменения физического состояния спортсмена под воздействием специально направленной физической нагрузки.

По мере постепенного углубления в разработку проблемы Верхошанский всё дальше и дальше отходил от сложившихся к тому времени и ставших традиционными положений так называемой теории «периодизации тренировки», изложенных в монографии Матвеева, основного учебного пособия по теории спортивной тренировки, единственно допущенного Комитетом по физической культуре и спорту при Совете министров СССР для институтов физической культуры. Это обстоятельство постепенно всё более и более усложняло его личные отношения со Львом Павловичем Матвеевым. Поначалу Матвеев отнёсся с большим интересом к результатам, полученным Верхошанским. Они получили даже своё отражение в упомянутом пособии. Но потом, когда Верхошанский начал создавать самостоятельную теорию программирования тренировки, их добрые отношения окончательно рухнули. Этому способствовало и то обстоятельство, что в то время Л.П. Матвеев

решением Госкомспорта СССР был отстранён от должности заведующего проблемной лабораторией и на его место был назначен Ю.В.Верхошанский.

...Так в теории спортивной тренировки наметился кризис, не закончившийся до сих пор, хотя прошло уже более двадцати лет... Ну что же, как показывает опыт, смена парадигмы обычно длится достаточно долго. «Новая парадигма может победить только после того, как апологеты «нормальной науки» покинут свои кресла. Ещё Планк (1949) заметил, что «...смена парадигм не достигается на основе разумного убеждения...» и что «...новая правда науки побеждает не путём убеждения её оппонентов, заставляющего их увидеть свет, но в результате того, что они в конце концов умирают, а новое поколение, знакомое с ней, вырастает» (цитата из статьи Рихарда Даугса «Наука о моторике перед лицом кризиса»).

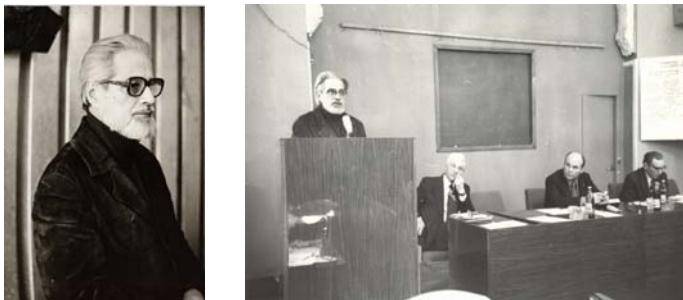
Современное положение теории спортивной тренировки, исходя из теоретических позиций, приведённых в статье Даугса, можно охарактеризовать, как продолжающийся «процесс развития глубокой неудовлетворённости». Как показывают новейшие публикации, для одних учёных «господствующая парадигма доказывает свою способность быстро приспосабливаться к не вписывающимся в неё новым данным», а для других происходит «гибридизация двух противоречащих друг другу парадигм». Ситуация осложняется ещё и тем, что, в силу известных исторических обстоятельств, широкое ознакомление специалистов Западных стран Европы и Америки с этими проблемами произошло довольно поздно, «после падения Берлинской стены». Они начали с восторгом изучать восточно-европейский опыт и, в частности, теорию Периодизации спортивной тренировки Матвеева, через много лет после того, как была уже создана её альтернативная парадигма, теория Программирования Верхошанского. И, судя по всему, до сих пор в Америке и других западных странах разница между ними, по-видимому, ещё до конца не ясна.

...Но вернёмся к событиям двадцатилетней давности, происходящим в Центральном Государственном ордена Ленина институте физической культуры. Для того, чтобы понять их, необходимо хорошо себе представить ситуацию, сложившуюся к тому времени в спортивной науке вообще. Дело в том, что развитие этой прикладной области в СССР и странах Восточной Европы во многом было обусловлено их социально-политическими особенностями. Государство с самого начала декларировало свою заинтересованность в высоком уровне развития физической культуры и спорта и полностью финансировало систему подготовки кадров и научно-исследовательскую работу в этой области. Однако, оно требовало конкретной её организации и осуществляло контроль на всех участках.

Несколько десятков лет существования такой системы в целом привели к тому, что она начала благополучно совершенствоваться и усложняться. Была организована система подготовки научных кадров, аспирантура. Высшая аттестационная комиссия, ВАК СССР, ознакомившись с тремя первыми диссертациями на соискание степени доктора педагогических наук – В.Зациорского, И.Ратова и Ю.Верхошанского, вынуждена была признать, что спортивная наука достигла, наконец, такого уровня, что её достижения могут соответствовать уровню достижений в области фундаментальных наук. Начали присуждаться докторские учёные степени, что соответствующим образом меняло материальный статус их обладателей.

Однако, внутренний характер взаимоотношений, сложившихся в этой области, был ещё далёк от стиля, принятого в классических фундаментальных науках, где, несмотря на общее унифицирующее давление системы и идеологии, были всё же выработаны определённые формы демократичного сосуществования и дискуссионной борьбы оппонентов, без которых, как известно, никакая наука существовать не может. «Готовь себе учеников, чтобы было потом, с кем спорить» - говаривал в то время академик Капица-отец. Спортивной науке было до этого ещё далеко, и возможно поэтому Лев Павлович Матвеев никак не мог сделать то, что, казалось бы, было совершенно естественно в сложившейся ситуации для заведующего какой-либо кафедры Московского Государственного Университета – предложить научному оппоненту читать альтернативный курс по своему предмету и потом вместе с ним наслаждаться тем, как студенты на экзаменах «раскапывают», потя, детали их разногласий.

Противостояние научных идей неизбежно выразилось в противостоянии личностей и разделении сфер влияния. Те, кто не любил, в силу каких-либо причин, Матвеева, принимали сторону его оппонента зачастую не потому, что были согласны с его научными идеями, а целиком из личных соображений. Возможно, это послужило причиной того, что за один год Верхошанским было занято кресло проректора института по научной работе, освобождённое Матвеевым, но потом, в силу развития каких-то других подпольных политических течений, это кресло было занято, как говорится, «третьим лицом» (к сожалению, очень далёким от науки). Верхошанский вернулся на место заведующего лабораторией «Программирования и оптимизации тренировочного процесса и спортивной работоспособности», однако, Матвеев потерял в результате и руководство этой лабораторией и проректорское кресло, оставшись единственным заведующим кафедрой теории и методики физического воспитания.



В институте возникли свои «ареопаги», некие элитные научные образования при кафедрах физиологии, биомеханики и биохимии, заведующие которыми являлись также научными руководителями соответствующих подразделений проблемной лаборатории. Все они, конечно, втайне терпеть не могли Матвеева и его теорию спортивной тренировки, столь далёкую от той системы строго научных фактов, которую они исповедовали. Но и с Верхошанским их взаимоотношения как-то не очень сложились. Дело в том, что в проблемной лаборатории он был для них «начальником», а не коллегой, и в силу этого должен был постоянно «давить», заставлять их заниматься не всегда тем, чем им хотелось. А на Верхошанского, в свою очередь, «давили» сверху спорткомитетские начальники, требовавшие конкретных практических результатов. Возможно, находясь в тяжёлой ситуации «между молотом и наковальней», Верхошанскому не хватило дипломатических способностей,

чтобы заставить, наконец, этого «лебедя, рака и щуку» - проблемную лабораторию, двигаться в намеченном направлении - слишком яркими и независимыми личностями был каждый из руководителей её подразделений, ни за что не хотевшие «наступать на горло собственной песне» и подчиняться какому-либо «дирижёру».

Владимир Михайлович Зациорский, заведующий кафедрой биомеханики, будучи очень дипломатичным человеком, не хотел ввязываться в какую-либо теоретическую борьбу и всячески старался ограничить свою деятельность, так сказать, «чистой» наукой - экспериментальной. Он разработал чёткие метрологические критерии используемых в спортивной науке исследовательских методов и не выходил за рамки оттачивания системы контроля за чистотой получаемого научного факта. Он наслаждался своими научными семинарами, знаменитыми собраниями своего «аэропага», и растил «птенцов гнезда Заца», наиболее эрудированных молодых учёных, выполнявших красивые и интересные исследования по частным вопросам, и способных «посадить в лужу» кого угодно, вплоть до заслуженного деятеля науки. Но дальше этого они идти не хотели...А может быть, и не могли.

Зациорский всегда был типичным представителем той части учёных, для которых наука начинается там, где можно что-то измерить. Верхошанский часто спорил с ним и шутил по этому поводу, спрашивая: «Володя, а вот в любовь ты веришь? Да... А разве можно её померить?». В конце девяностых годов, после выхода нашумевшей «антиматвеевской» статьи Верхошанского, из далёкого Массачуссетса Зациорский послал ему в Рим e-mail, написанный по-русски латинскими буквами, начинавшийся словами «Привет, Юра! А ты всё воюешь...».

Похожую позицию занимал Николай Иванович Волков, заведующий кафедрой биохимии. Правда, исследования, проводившиеся в его лаборатории, и идеи, высказываемые им самим по поводу методологии спортивной тренировки, были, пожалуй, ближе всех других к тому, о чём писал и говорил Верхошанский, ведь оба они пришли в науку из лёгкой атлетики и обладали особым специфическим тренерским чутьём. Но Волков особого рвения в объединении их научных усилий не проявлял. А жаль, вдвоём они смогли бы сделать действительно очень много для спорта - эту мысль впоследствии высказал и сам Волков, когда по прошествии многих лет они с Верхошанским встретились на научном конгрессе в Риме. Но тогда, в конце восьмидесятых, когда Верхошанский понял, что его теории программирования явно не хватает материалов по циклическим видам спорта, он сам в конце концов засел за чтение работ по биоэнергетике и успешно «ликвидировал брешь» без посторонней помощи.

Яков Михайлович Коц, заведующий кафедрой физиологии, изначально вообще имел довольно отдалённое отношение к спорту, но он был исключительно яркой и колоритной личностью. Когда он пришёл работать в ГЦОЛИФК, Верхошанский воспринял это, как долгожданное появление настоящего представителя фундаментальной науки, способного поднять уровень исследований в области спортивной тренировки. И действительно, Коц блистал научным интеллектом, саркастическим остроумием и завидной напористостью, вызывавшими невольное восхищение. Его уничтожающие замечания по поводу убогих диссертационных работ тех или иных соискателей, «изобретающих, сидя по медвежьим углам, велосипеда, прежде чем ликвидировать собственную

безграмотность в библиотеке», вселяли надежду на скорые прогрессивные перемены.

Однако, по-видимому, читали все же мало, и в качестве «оригинальных» работ группы сотрудников подразделения физиологии в отчётах проблемной лаборатории были представлены не только такие идеи, как уже «застолблённая» Коцем электростимуляция, но и ...аутогемотрансфузия и углеводное насыщение организма... В ответ на робкие вопросы по этому поводу «читающих» Коц обычно развивал идею о правомерности и необходимости сосуществования в фундаментальной науке «как новаторских, так и проверяющих их исследований».

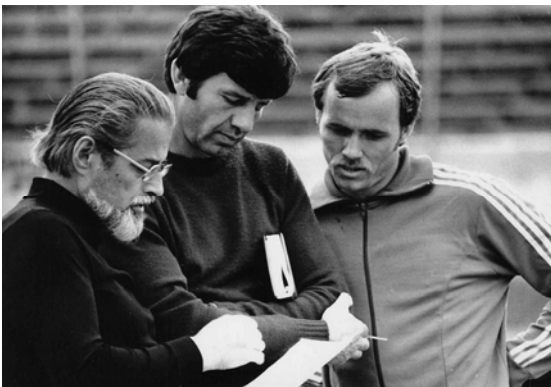
Но такой роскоши, как заниматься фундаментальными вопросами прикладной физиологии в рамках проблемной лаборатории, жёстко ориентированной и финансируемой исключительно для решения конкретных задач, никто ему позволить не мог. В ответ на претензии Спорткомитета СССР, что он не проявляет активности в реализации комплексного подхода к решению проблемного задания и внедрению научных достижений в практику спорта, Коц заявлял: «Это не моя проблема. Моя задача – давать рекомендации, а внедрять их должны другие». Но вопрос заключался не в том, кому давать или внедрять рекомендации - Верхошанский требовал от него вообще другого - разработки надёжных физиологических показателей оценки подготовленности спортсменов и практических рекомендаций к технологии программирования тренировки. Но Коцу или не было это интересно или он был не в состоянии заниматься этими вопросами. В конце концов Верхошанский «урезал» подразделению физиологии материальные ассигнования, отпускаемые на проведение исследований, и разъярённый Коц со свойственной ему самоуверенностью заявил, что если это будет продолжаться – «мы Вас с этого места уберём».

...Но убрали его явно не «они» – он сам ушёл в 1984 году, когда стало совсем невыносимо и терпеть уже больше не было сил.

6. Период «скитаний».

В 1984 году Верхошанский перешёл на должность профессора кафедры тяжёлой атлетики. Причины его ухода с должности заведующего проблемной лаборатории ни у кого не вызвали вопросов – коллеги понимали, что всякому терпению когда-нибудь приходит конец. Причины же его перехода на кафедру тяжёлой атлетики, где он потом проработал почти 10 лет, по-видимому, так и останутся неизвестными. Как никто и никогда не узнает, почему он неожиданно решил уйти и оттуда и в 1993 году перешёл на работу во Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры и спорта на должность руководителя отдела теории и методологии спортивной тренировки.

Следует сказать, что в период работы на кафедре тяжёлой атлетики, по-настоящему основной его деятельностью, которой он отдавал больше душевных сил, можно считать курс Программирования спортивной тренировки, который он в эти годы читал в Высшей Школе тренеров. На этих лекциях поистине произошло единение науки с практикой – сложнейшие научно-теоретические построения и экскурсы в глубины клеточного метаболизма, не всегда понятные, как показал опыт, иным кандидатам и докторам наук, нашли полный отклик со стороны ведущих тренеров страны. На семинарах они пробовали самостоятельно реализовывать на практических моделях те принципы, о которых говорилось на лекциях, и программировать годовые циклы подготовки в собственной команде, разрабатывать систему комплексного контроля и управления тренировочным процессом.



На лекциях и семинарах Школы тренеров начался плодотворный контакт учёного с легендарными советскими хоккеистами, он начал также разрабатывать специальные материалы для футбола и других спортивных игр. Можно сказать, что за десять лет работы в Школе тренеров Верхошанский сумел воспитать новое их поколение, многие из которых до сих пор в своей работе руководствуются методологическими установками Верхошанского.

Во второй половине восьмидесятых, в период «горбачёвской перестройки», Верхошанский познакомился с американскими специалистами в области бодибилдинга и силовой подготовки. Он выполнил несколько работ по планированию подготовки бодибилдеров и пауэрлифтеров, которые были опубликованы и использованы в США, разработал программу физической подготовки игроков американской команды «Нью-Йорк Джайенс», ставшей после этого двукратной победительницей чемпионата мира среди профессиональных команд по американскому футболу..



Переход в научно-исследовательский институт, к сожалению, не принёс ему ожидаемого творческого удовлетворения - везде были свои проблемы. Но он установил хорошие дружеские и научные контакты с настоящими учёными, которые работали в этом институте. Беседы с одним из них, эндокринологом Григорием Наумычем Кассилем, очень помогли в разработке новой проблемы, которой он начал вплотную заниматься в то время – адаптацией организма к условиям напряжённой мышечной деятельности.

Вместе с другим известным эндокринологом, эстонским учёным Атко Виру, была написана статья об адаптации, как основе процесса становления спортивного мастерства, вызвавшая большой интерес за рубежом. По инициативе Олимпийского комитета Италии вместе с Виру они были приглашены для работы в Рим. И Верхошанский принял предложение.



Работа в Италии рассматривалась им, как временная попытка применить свои силы в новой научной среде – в своей стране он практически исчерпал такие возможности. Но жизнь распорядилась иначе - через четыре месяца после его отъезда скоропостижно скончалась жена, Елизавета Петровна. Событие это потрясло всех, кто знал их семью, своей неожиданностью. Никто не подозревал о её болезни и то, как быстро она, эта болезнь, способна унести из жизни эту немолодую, но полную энергии женщину. Он испытывал тяжелейшее чувство вины за то, что в первый раз оставил её одну и не сумел вовремя понять, что с ней происходит....

Значение этой удивительной женщины в жизни Юрия Витальевича было очень важным – она, как некая Кариатида, держала на своих плечах весь груз его взаимоотношений с материальным миром, создавая идеальные условия для полноценной творческой работы. После её ухода было просто невыносимо оставаться в стенах их так неожиданно опустевшего дома, который они вместе с таким энтузиазмом строили своими руками все почти сорок лет их совместной жизни. Прошлое так сильно напоминало о себе, что вернувшись ещё раз ненадолго в Москву через три месяца после похорон, он тяжело заболел. Хотелось бросить всё и уйти *вслед за ней*... Но это было так чуждо той позиции, которой она сама придерживалась всю жизнь, стремясь всегда идти вперёд несмотря ни на какие препятствия. За месяц, проведённый в больнице, он много размышлял... И решил «остаться». Начать строить жизнь заново... на новой земле.

Нужно сказать, что в Италии имя Верхошанского было хорошо известно. Тому способствовали не только публикации его книг на итальянском языке, но и статьи зарубежных коллег, в которых с большим интересом обсуждались его идеи.

Француз Жиль Кометти, в середине восьмидесятых посетивший Москву и имевший подробную беседу с Верхошанским, описал его «блоковую систему» в своей ставшей очень популярной во всей Европе книге, снабдив это описание фотографией «легендарного» автора. Известный немецкий специалист в области методологии тренировки Петер Чине, в своей статье «Приоритет биологического аспекта в теории тренировки» ("La priorità dell'aspetto biologico nella teoria dell'allenamento" SDS n 23 1991) привёл обширные цитаты из работ Верхошанского с оригинальными иллюстрациями и графиками автора в качестве обоснования необходимости разработки новой концепции теории спортивной тренировки.

Непримиримая позиция Верхошанского в отношении необходимости кардинального обновления теоретических основ методологии спортивной тренировки и ожесточённое противодействие этому со стороны его российских коллег, не прошло незамеченным для зарубежных специалистов. Многие из них

видели в нём гонимого закостневшей старой системой научного новатора, «диссидента», и желали разобраться в деталях возникших научных противоречий. Верхошанского ждали в Италии руководители Школы спорта при Национальном Олимпийском комитете П.Белотти и А.Донатти, авторы резкого критического отзыва о методологической концепции Матвеева, опубликованного в конце восьмидесятых годов.



Серьёзный интерес на Западе вызывали не только теоретические разработки автора, но и его экспериментальные материалы. На выездной сессии редакции немецкого журнала «Leistungssport» во Франции авторитетный немецкий физиолог Мадер, увидев графики Верхошанского, иллюстрировавшие долговременный отставленный тренировочный эффект, воскликнул, что этому просто невозможно поверить. На что их автор ответил, что такая реакция ему хорошо знакома и понятна, потому что первым, кто её пережил, был он сам.

Верхошанского хорошо знал и его итальянский коллега, занимавшийся близкими проблемами, ныне покойный Кармелло Боско, проявивший основную инициативу в приглашении учёного для работы в Италии. Впоследствии он также предложил Верхошанскому читать лекции по методологии тренировки на вновь открывшемся факультете «двигательных наук» римского университета «Тор Вергата».



Оказавшись в Италии и ознакомившись со многими материалами и статьями западных специалистов, Верхошанский неожиданно открыл для себя, что у него есть очень много единомышленников на Западе, полностью разделяющих его взгляды и пытающихся двигаться вперёд в создании новой теории спортивной тренировки. Это вдохновило его на написание ставшей скандально знаменитой статьи «На пути к научной теории и методологии спортивной тренировки» (Теория и практика физической культуры 1998 №2 1998). Наверное это была последняя отчаянная попытка автора изменить сложившееся в отечественной спортивной науке положение, открыто высказавшись в печати «о наблевшем».

Результат был плачевным. Дискуссия, развернувшаяся на страницах журнала «Теория и практика физической культуры», была вообще мало похожа на дискуссию, так как, за редким исключением, её основной аргумент как-то терялся в собственных материалах авторов подавляющего большинства «дискуссионных» статей после первых двух вводных «дежурных» абзацев. В пылу возмущённых высказываний сторонников Матвеева (в основном по поводу самого факта критики «патриарха советской спортивной науки») как-то ушло в тень содержание того, что же выносится на обсуждение его оппонентом. Забавно, что, единодушно осуждая стиль статьи Верхошанского, никто из верных апологетов Матвеева не узнал в её язвительных пассажах ироничную имитацию стиля самого «патриарха».

Пространственный ответ Л.П.Матвеева на критику содержал целый ряд «убедительных свидетельств» того, что его «...часы продолжают неплохо идти». Это прозвучало, как приговор российской спортивной науке, так и не сумевшей, несмотря на все прогрессивные перемены в стране, сделать решающий шаг вперёд. В конце своей статьи Матвеев образно охарактеризовал выступления оппонентов, уподобив их «взгляду из колодца», который – «...каким бы он (и взгляд и колодец) ни был – глубоким или не очень, объективно не способен охватить небосвод». ...После всего этого Верхошанский решил навсегда оставить этот «небосвод» в покое и заняться другими вещами.



Ещё в 80-е годы его внимание привлекла проблема выносливости в спорте и он разработал оригинальную концепцию её развития, принципиально отличную от традиционной и базирующуюся на физиологии адаптации. Естественно, что «корифеи» теории циклических видов спорта её «не заметили», но практические тренеры оценили её достоинство. Когда Верхошанский приехал в Италию, его познакомили со старшим тренером Национальной сборной команды в гребле на байдарках и каноэ Оресто Перри, который уже несколько лет использовал его методологические концепции. На Олимпийских играх в Лос-Анджелесе в 1996 году они помогли команде Италии завоевать 3 золотых, 2 серебряных и 1 бронзовую медали.



За последние годы Верхошанскому пришлось побывать в очень многих странах мира. Он читал лекции в Португалии и Чили, Бразилии, Аргентине и Греции, Франции, Испании и Турции.



...На лекции в одной из стран Южной Америки Верхошанскому задали вопрос, чем объяснить, что посвятив много лет скоростно-силовым видам спорта он неожиданно обратился к выносливости. Полушутя-полусерьёзно Верхошанский ответил, что ему стало скучно в области «взрывной силы» и «ударного метода» – там всё ясно. А проблема выносливости чрезвычайно сложна, требует глубоких знаний и ... это интересно.

...Летом 2003 года Верхошанский был приглашён Шведским национальным олимпийским комитетом в Стокгольм, alma mater спортивной физиологии. Своё выступление, как и в других странах, он начал в привычном стиле, пытаясь объяснить слушателям необходимость пересмотра традиционных подходов в методологии спортивной тренировки. Через несколько минут его вежливо перебил один из организаторов встречи, сказав:

- Уважаемый профессор, нет необходимости убеждать нас в правоте Ваших теоретических идей. Мы хорошо с ними знакомы и полностью их разделяем. Можете переходить прямо к Вашим последним методическим разработкам....

...Чем же закончить нашу историю? Может быть, титрами «Продолжение следует».

