

# «Я — СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК»

**В трудовой книжке тренера-преподавателя высшей категории Светланы Сахаровой одна запись: 40 лет она работает в спортшколе им. В. Коренькова.**

Родилась в Ленинграде. Ясли, детдом, интернат в Зеленогорске... Памятная для нее дата — 28 октября 1978 года, когда в интернат пришла Зоя Викторовна Пятакова, чтобы набрать детей в группу спортивного ориентирования. С тех пор ни избранному виду спорта, ни ставшей родной спортшколе Светлана Сахарова не изменяла.

Тренер понравилась сразу, а спорт их сблизил. Более того, родную маму, с которой познакомилась, будучи восьмиклассницей, она называет «настоящей мамой», а Зою Викторовну просто «мамой». «Она была добрая, приятная женщина, мягкая, никогда не кричала. Очень внимательная: костюмчики подарит, еще что-то. Мы сразу прикинули друг к другу. У нее кот был, который очень мне нравился. Сразу в ноябре я одна из школы попала в спортлагерь в Комарово. К тому же начались интересные выезды: в Ленинград на легкоатлетический стадион, в бассейн, на сборы. Из интерната направляли в легкоатлетическую школу, но как же я брошу Зою Викторовну! Сразу решила, что пойду по ее стопам. О другой профессии и не думала. Правда, девчонки уговаривали пойти в маляры, в строители, в ПТУ, но выбор свой я уже сделала», — делится Светлана.

Вначале девушка приезжала к наставнику на выходные, но постепенно переехала навсегда. По окончании школы уже жила у Зои Викторовны с ее мамой, к тому же спортивный техникум, куда поступила, был рядом, у Александрово-Невской лавры. Небольшого роста, худенькая, но крепкая, со стержнем! Всегда приветливая, абсолютно неконфликтная, хороший и верный друг. Никогда не жалуется на судьбу, хотя жизнь-то побила ее изрядно. Но... «Мне повезло. В детском доме меня, спортивную девчонку, сразу заприметили. У нас хороший детский дом был. Его курировала Эдита Пьеха. Помню концерты Лещенко, Магомаева, подарков много дарили... Мы с братом-близнецом в детский дом попали в три года, а уехали в семь лет. В 1-й класс Серегу отдали в Павловск, а я попала в интернат № 109 в Зеленогорске... У нас очень хороший был интернат. Мы много чем занимались, много секций разных было. Директор прекрасный. Рядом была школа лыжного спорта, мы там занимались. Помню замечательного учителя физкультуры Светлану Михайловну. Не обходилось и без детской дедовщины, конечно, но я могла ответить и все. Будучи маленькой, задумала, что, когда вырасту, в классе этак пятом-шестом, не дам в обиду ни одного малыша. Так и получилось», — рассказывает наша героиня.



Фото: Розалия Самигулина

В 17 лет Сахарова училась в техникуме, а по вечерам работала тренером в спортшколе. И все время рядом была первый наставник Зоя Викторовна Пятакова — многократный чемпион СССР, член сборной страны, победитель международных соревнований. В числе первых пяти ленинградок Зоя Пятакова была удостоена звания мастера спорта в спортивном ориентировании. Чемпионка мира по спортивному ориентированию среди ветеранов, она до последних дней (до 76 лет) участвовала в ветеранских соревнованиях.

Светлана Сахарова — достойная ученица и продолжательница дела тренера, чье имя внесено в Золотую книгу СШОР им. В. Коренькова. В юности успешная спортсменка, член сборной СССР, Светлана оставалась действующей спортсменкой и до 35 лет принимала активное участие в соревнованиях различного уровня, совмещая это с учебной и тренерской работой. Кроме того, опекала брата-близнеца Сергея Сахарова, который также работает тренером по спортивному ориентированию в СШОР им. В. Коренькова.

В 1983 году в спортшколу директором пришел В. К. Кореньков, а Сахарова устроилась тренером в 1984 году. Кореньков очень хорошо относился к спортивному ориентированию, всегда находил возможность отправить группы на сборы. Строгий был руководителем, но справедливый. Даже в годы перестройки никто из сотрудников и тренеров не оставался без зарплаты. В работу Сахарова входила легко, с тренерской деятельностью была знакома: «Я всегда стараюсь ставить конкретные цели, обозначать реальные задачи. Цели создают основу морального настроя спортсмена. Я пытаюсь научить детей понимать значение рекордов и стре-

миться побить их. Стараюсь объяснить, что физические возможности человека ограничены, но техническое совершенствование не имеет предела. У всех есть стремление стать «номером один», но из своего опыта я знала, что самого значительного успеха добиваются наиболее дисциплинированные спортсмены. Работа тренера — живая работа, связанная с психологией. Важно пресечь зазнайство, самолюбование в достигших успеха спортсменах. И при этом не передавить».

В 1998 году Сахарова параллельно с тренерской работой окончила Институт имени П. Ф. Лесгафта, а в спортшколе директором уже была Евгения Виноградова. «Я попала под ее крыло. Она во всем поддерживала, учила быть гибкой, решала житейские проблемы. Всю жизнь буду ей благодарна. В трудной ситуации помогла больше всех, подставила плечо, вселила веру в себя. Она вообще никого в школе не бросает, всегда поддерживает», — вспоминает Сахарова. Они стали близкими друзьями, их объединяют общие увлечения. Например, страсть к собакам породы цвергшнауцер. Их питомцы регулярно побеждают на монопородных выставках.



Фото: Розалия Самигулина

Любопытны размышления опытного тренера о разных поколениях юных спортсменов: «Раньше дети были более благодарными, заинтересованными, нацеленными на результат. Самостоятельно на отделение записывались. Тем более что раньше чаще сборы проводились, ориентировщики много ездили по стране, по 100 человек вывозили. Дети постоянно были в разъездах и хорошо учились успевали».

Светлана Борисовна гордится своими воспитанниками. Николай Малышев, чем-

пион Европы и мира, вернулся в спортшколу тренером на отделение триатлона. Андрей Едемский — методист в родной спортшколе. Людмила Ткаченко, призер престижных соревнований, в 445-й школе работает учителем физкультуры. Там же — Алена Подольская. В 541-й школе — Антон Загер. Анна Баскакова — учитель физкультуры. Анастасия Чернявская — психолог. Недавние успешные воспитанники, победители чемпионатов Петербурга, России и Европы, поступили в институты: Александра Малышева, Вероника Рыбкина, Александра Тихвинская. Даниил Яковлев пошел по стопам своего тренера.

О любимом виде спорта Сахарова говорит увлеченно: «Спортивное ориентирование развивает мышление. Без общей физической подготовки также не обойтись. Для этого вида спорта требуется крепкое здоровье. Занятия проходят в лесу, и дети не только приучаются любить природу, но и приобретают навыки выживания: разводить костер, находить воду, еду и т. д. По словам одной мамы, она перестала бояться ходить за грибами — дочь-ориентировщица по компасу выведет из любого лабиринта. Представьте на минутку, что у вас в лесу отключились все гаджеты. Только ориентировщик не пропадет, не растеряется. Неслучайно в армии США вводят в программу обучения новобранцев ориентирование по мху, звездам. А сестрорецкие спортсмены обучаются этому с детства на отделении спортивного ориентирования».

Между прочим, воспитанников Светланы Борисовны ориентирование выручало в самых драматических жизненных ситуациях. Например, в Афганистане раненому Тимуре Бикчентаеву по карте и компасу удалось вывести бойцов из окружения. Его наградили, а своему тренеру он принес огромный торт со словами: «Если бы не занятия спортивным ориентированием, я бы не вернулся живым». Спорт вырабатывает характер и учит любить Родину!

Светлана Борисовна долгое время работала старшим тренером и много сил вложила в укрепление отделения, в создание сплоченного коллектива. Но организационная работа отнимала очень много времени, и она мудро решила уступить место молодым. А сама сосредоточилась на тренировочных занятиях, сейчас группу малышей ставит на ноги. В 2001 году Светлана Сахарова награждена знаком «Отличник физической культуры и спорта России», в 2005 году — нагрудным знаком «За заслуги в развитии физической культуры и спорта Санкт-Петербурга».

«Я счастливый человек! Я довольна жизнью. Если бы мне дали шанс, я прожила бы ее так же», — говорит тренер.