

Битва за диплом

написано Movladi ABDOULAEV | 15.03.2009



В 2003 году я переехал во Францию. Много времени, сил и нервов ушло на получение ПМЖ (постоянное место жительства) и изучение языка. К моменту приезда я довольно внятно изъяснялся на английском, мог поболтать с испанцами, но во французском был абсолютным нулем. Впрочем, нет. Слова «мерси», «пардон» и даже «шерше ля фам» мне были не чужды. Последняя фраза запомнилась то ли из анекдота, то ли из какого-то кинофильма.

Изучение совершенно нового языка после 40 лет, скажу вам по секрету, занятие не очень приятное и очень нелегкое. Не буду описывать свой титанический труд на данном поприще, скажу только, что года через два довольно бегло заговорил на французском. И тут же закралась нахальная мысль – получить государственный диплом тренера по тяжелой атлетике и вернуться на спортивную работу.

Для того чтобы работать оплачиваемым тренером, во Франции обязательно надо иметь диплом. Применительно к тяжелой атлетике это касается BEES 1 НАСУМЕСЕ. Эта аббревиатура переводится как «Государственный диплом спортивного тренера 1-й степени по тяжелой атлетике, культуризму, специальной и общей физической подготовке». Чтобы заполучить такой диплом, необязательно учиться в институтах физической культуры, сдавать сессии и курсы... Всё гораздо проще и, в то же время, гораздо сложнее.

Существуют так называемые CREPS-ы – региональные центры всеобщего спортивного обучения. Эти центры два раза в год устраивают экзамены для тех, кто горит желанием занять диплом спортивного работника (тренера, администратора и т.д.). Записаться на экзамен очень просто. Посылаешь по интернету

заявку, через несколько дней по почте приходят анкеты. Заполнил, подписал, отослал и всё – ты в списках экзаменуемых.

Экзамены бывают устные, письменные и практические. Подготовка к ним на свое усмотрение, можешь самостоятельно грызть гранит науки, а можешь пойти на курсы (хоть годовичные) при тех же CREPS-ах или других учебно-спортивных заведениях. Сам экзамен проходит быстро и строго. Тянешь билет с вопросами, 20 минут на подготовку, 20 минут на ответ перед жюри, которое видишь в первый раз в жизни. Через пару недель по почте присылают оценки и заключение жюри – допускать или не допускать к спортивной деятельности. Вопросов в билете всего три, но не стоит обольщаться. Они могут быть откуда угодно – из физиологии, анатомии, психологии, биомеханики, спортивного законодательства ... Если споткнешься хоть на одном вопросе, разговор короткий – оревуар, придете в следующий раз.

Почему я сказал, что всё просто и в то же время сложно? Легко и просто по сравнению с российскими ВУЗами в том плане, что не надо поступать в институт, сдавать вступительные экзамены, тратить бешенные деньги на платную учебу или взятки и т.д., и т.п. А сложно потому, что в любом случае надо знать весь материал. В институте-то нет выхода, обязан посещать занятия и учиться. А тут, при всех прочих заботах, самостоятельно и в короткий срок надо переварить огромный материал. Да еще на чужом языке.

Именно из-за этого – несовершенства своего французского, я больше всего опасался устно – письменного экзамена. Он проходил в марте 2007-го в CREPS города Антибы. Но, даже к своему великому удивлению, сдал его сходу, с первой попытки. Тут надо сказать, что французы записываются и ездят на такие экзамены помногу раз. И это считается нормальным явлением.



CREPS города Макон

Успешно расправившись с устным экзаменом и окрыленный этим успехом, через три месяца, в июле 2007-го я взял курс на город Макон (недалеко от Лиона), чтобы пройти последний этап – практический экзамен. В отличие от волнений и бессонниц, имевших место перед устным экзаменом, на этот раз я был спокоен и уверен в себе как слон.

Практический экзамен состоял из двух частей. Сначала испытание по основной специальности – тяжелая атлетика, затем экзамен по сопутствующей дисциплине – культуризму. Порядок такой: тянешь билет с темой, затем 20 минут на подготовку. Потом 20 минут проводишь тренировку с предоставленными ассистентами, типа они мои ученики. И, в заключение, 15-минутная беседа с жюри, где объясняешь свой выбор методики и отвечаешь на вопросы.

Основную специальность я осилил легко. Получил высокую оценку – 25 баллов из 30-ти возможных. Ну, думаю, осталось плёвое дело, расскажу сейчас как качать бицепс с трицепсом и всё в ажуре. Тяну билет, читаю тему – «провести занятие с группой лиц 3-го возраста для развития максимальной силы». Что-ж, максимальной, так максимальной – сделаем. Написал план тренировки: тяги, жимы, приседания с ударными нагрузками, предельной интенсивностью. Изобразил с ассистентами сеанс тренировки и сажусь для беседы к жюри.

Еще во время сеанса я заметил, что жюри с каким-то повышенным любопытством разглядывает меня. А под конец сеанса у них глаза, почему-то, совсем округлились. Объясняю, как положено, почему я выбрал такую схему занятия, почему сделал так и этак ... В самом конце моего красочного повествования мужик из жюри спрашивает:

– Вы знаете кто такие люди 3-го возраста?

Думаю, что за глупости? Дурацкие, понимаешь, вопросы задают. Спросили бы лучше про интенсивность, про количество подходов с повторами ...

– Конечно, знаю! Первый возраст это дети, 2-й – юноши, а 3-й –

взрослые, здоровые жлобы, мечтающие о бицепсе Шварценеггера.

– Мусьё, 3-й возраст – это 60-летние люди!

Если бы в этот момент на мне был галстук, я бы его зажевал от досады, как один всем известный персонаж. Как же так, ведь не далее как неделю назад я смотрел длинную телепередачу о персонах 3-го возраста, их проблемах и заботах. Да, и до этого прекрасно знал про 3-й возраст, но не могу объяснить, почему в тот момент заклинило в башке и мысли пошли по ложному пути.

Что-либо исправлять было уже поздно. Высоких баллов, полученных в тяжелой атлетике не хватило и средняя оценка за экзамен была неудовлетворительной. Видимо, жюри испугалось, что я сверхнагрузками поубиваю в спортзале всех пожилых французов.

Обидевшись на всю Францию, сначала решил плюнуть на этот диплом. Пусть Франция до скончания века жалеет, что потеряла такого «распрекрасного» тренера. Но, не прошло и года, как начало подъедать самолюбие. Ладно бы, провалился на устно – письменном экзамене, где помимо спортивных вещей надо было знать и всё французское спортивное законодательство, начиная с конца XIX-го века. Да еще изложить это на бумаге и рассказать. За это никто не попрекнул бы. Но, практический экзамен!? Я – советский тренер-практик – и не могу ничего доказать этим французам? Нет, такого позора не переживу.

И вот, спустя год, снова записываюсь на экзамен, что должен проходить в ноябре 2008-го. Где-то в интернете вычитал, что при желании можно сохранить ранее полученные оценки. Звоню в этот CREPS и говорю – чтобы сэкономить ваше и свое время, хотел бы сохранить оценки по тяжелой атлетике и пересдать культуризм. Некая мадам ответила, что в принципе это возможно.

Приезжаю в уже знакомый город Макон и в 8 часов утра захожу в CREPS. Говорю – бонжур, вот, приехал пересдавать культуризм. Те начали шуршать в бумагах, консультироваться друг у друга и под конец объявляют мне «радостную» весть – вы должны пройти

весь экзамен, включая тяжелую атлетику и должны были приступить к этому делу в 8ч00м. Сейчас на часах 8ч20м, то есть вы прозевали время на подготовку, можем записать вас на следующий или на третий день. Отвечаю – Макон, конечно, славный город, но я не собирался гостить у вас столько дней, тем более, вы мне не оплачиваете гостиницу и питание. Не нужна мне подготовка, дайте тему и я иду сразу отвечать.

Могу похвастать, не посрамил гордое звание советского тренера. Без подготовки, с корабля на бал, ворвался в зал тяжелой атлетики и ошарашил всех широтой мысли и простотой душевной. Даже улучшил прошлогоднее достижение – 27 баллов из 30-ти.

Оставался коварный культуризм. На этот раз решил – хрен вы меня подловите на чем-либо. Написал классическую схему тренировки: жим лежа, бицепс, трицепс ... небольшие веса, 3 подхода по 8-12 раз, разминка-растягивания ... В-общем, не придерешься ни с какой стороны. Подходит старикам, женщинам, детям, инвалидам, членам и нечленам профсоюза ...

Жюри было очень любезным. Неудивительно. Наученный горьким опытом, на этот раз я говорил только такие вещи, которые близки и понятны даже аборигенам Папуа Гвинеи, практикующим культуризм. Тепло прощаясь, мои судьи желали мне всяческих успехов в дальнейшей спортивной деятельности, из чего я сделал вывод, что всё прошло как на мази. И, действительно, через три недели получил письмо, где было сказано, что испытание я прошел успешно. А еще через месяц пришел и сам новенький диплом.

Не знаю, использую ли я его когда-нибудь в жизни, буду ли работать тренером? Но, тщеславие на время удовлетворено и на душе пока спокойно.

