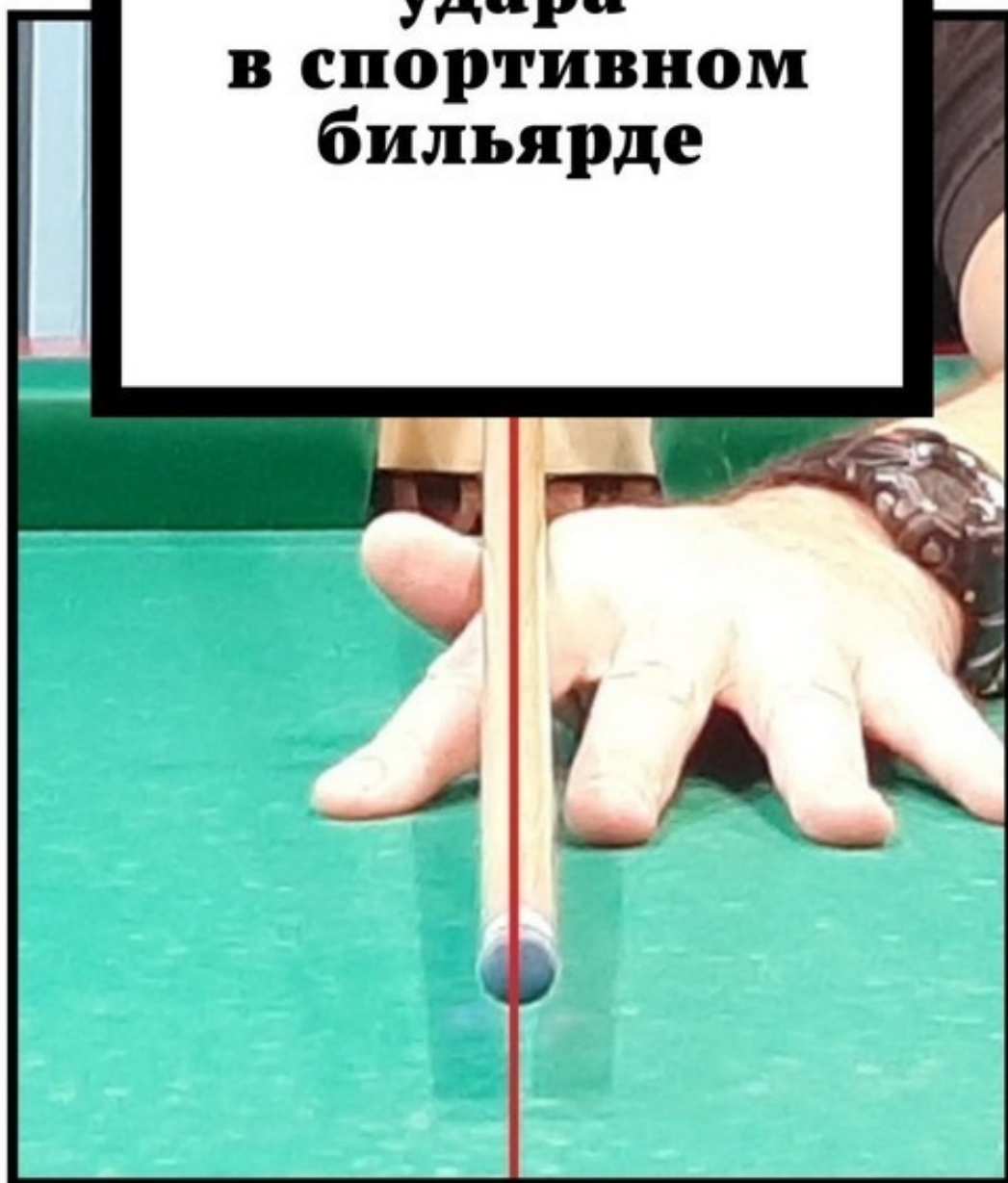


Андрей Симончик

**Секреты
точного
удара
в спортивном
бильярде**



Андрей Симончик

**Секреты точного удара
в спортивном бильярде**

«Издательские решения»

Симончик А.

Секреты точного удара в спортивном бильярде / А. Симончик —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-607086-8

Книга является руководством к пониманию основ и элементов составляющих базовую технику удара в бильярде. Вся информация систематизирована и носит прикладной характер. Автор объясняет важность и взаимосвязь элементов техники, о которых многие даже и не догадываются. Книга содержит методику для эффективного освоения навыков точного и стабильного удара — основы высоких результатов в спортивном бильярде. Рекомендуются игрокам разного уровня и тренерам. Равно эффективно для всех видов бильярда.

ISBN 978-5-00-607086-8

© Симончик А.
© Издательские решения

Содержание

Секреты точного удара в спортивном бильярде	6
Введение	6
Что такое базовая техника и почему это важно?	9
Основные заблуждения и ошибки	11
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Секреты точного удара в спортивном бильярде

Андрей Симончик

© Андрей Симончик, 2023

ISBN 978-5-0060-7086-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Андрей Симончик

Секреты точного удара в спортивном бильярде

Введение

Приветствую тебя, любитель бильярда! Начиная ли ты игрок либо опытный середнячок, а может быть и матерый профессионал, не важно. Важно то, что эта книга сослужит тебе верную службу в деле повышения уровня мастерства не зависимо от того в какой бильярд ты играешь – русский, пул, снукер... От тебя лишь требуется непредвзятость при прочтении того, чем я хочу с тобой поделиться. Прекрасно понимая, что эту книгу будут изучать и тренеры, смею утверждать, что им тоже будет весьма полезно ознакомиться с моим взглядом и подходом к начальной подготовке игроков в бильярд.

Дело в том, что на начальном этапе моего тренерского пути я столкнулся с довольно большой проблемой, которая заключалась в невозможности найти четкую и отработанную систему тренировок именно для начинающих. Помимо того, что такой информации очень мало, она еще и очень разобщена и обычно имеет характер отдельных советов и упражнений, которые не дают общую картину для понимания и не имеют признаков систематизации. Не знаю с чем это может быть связано, но во всяком случае, такая ситуация не способствует развитию, а соответственно и популяризации спортивного бильярда.

Ситуация именно с базовой техникой обстоит таким образом, что тренеры, работающие в основном на базе коммерческих клубов, чаще всего, просто зарабатывают на учениках, не стремясь при этом воспитать сильных игроков. В силу сложившихся условий, не способствующих развитию спортивного бильярда в странах постсоветского пространства, у тренеров просто нет стимула заниматься воспитанием мастеров бильярда. Я это понимаю и ни в коем случае не осуждаю, так как, обычно, это происходит на основе энтузиазма и доброй воли. Основной проблемой развития спортивного бильярда есть тот факт, что очень мало уделяется внимания базовой подготовке игроков.

К примеру, в одном известном физкультурном ВУЗе постсоветского пространства за официальную программу подготовки тренеров по бильярду взята методика скандинавского тренера по пулу, в которой базовой технике отведена незначительная часть, состоящая из общих понятий и советов. Я веду к тому, что понятие базовой техники весьма размыто и не систематизировано, а это очень большое заблуждение. Становление игрока отдано таким понятиям как, способности и предрасположенность, что имеет место быть, но не является основополагающим. Есть только сложный путь тренировок и становления, а способности и предрасположенность лишь уменьшают время в пути. Но даже если ученик со способностями пойдет изначально по неверному пути, то этот путь будет долгим и может в итоге ни к чему не привести.

Обычно, тренер с огромным удовольствием берет уже подготовленного игрока с более и менее поставленной базовой техникой нежели новичка, с которым придется долго возиться и не факт, что из него еще что-то получится. По тем же причинам, зачастую, хорошие игроки воспитываются родителями либо родственниками, которые любят эту игру, сами играют и, прививая эту любовь своим детям, стремятся к победам, проходя сложный и долгий путь со множеством ошибок и корректировок. Я же, изучив огромную массу информации и методик, предлагаю в этой книге четкий и короткий путь для становления сильной базовой техники, заключающейся в алгоритме подход/стойка/удар.

Ни в коем случае этой книгой я не умаляю заслуги и опыт действующих тренеров и методик подготовки. Главной моей целью является систематизация всех существующих нюансов и элементов в единую и эффективную систему подготовки игроков на самом начальном этапе

их пути. Эта система охватывает и специализируется только на проработке базовой техники, а именно сегмент игры – подход/стойка/удар.

Конечно же, мой опыт работы детским тренером, понимание ситуации изнутри и искреннее желание помочь огромному количеству игроков разного возраста и уровня сподвигло меня к систематизации и написанию этой книги. Волею судьбы моей спецификацией стал снукер. Да, именно снукер – самая сложная игра на бильярде, требующая от игрока максимальной точности в действиях, самоконтроля и незаурядных навыков. Это и определило направление моего внимания на базовую технику, которой в английских школах снукера уделяется особое и пристальное внимание. А так как другие виды игры на бильярде строятся на той же системе шар/линия удара/удар, то требуют они той же базовой техники.

На протяжении нескольких лет я стремился создать эффективную систему подготовки новичков, которая позволяла бы быстро вводить новичка в игру, обеспечивая ему возможность корректно выполнять простые упражнения с сыгрыванием шаров, что является трудным навыком на начальном этапе, резко понижающим интерес к тренировкам, да и к игре в целом. Особенно это касается детей. Я изначально был нацелен на воспитание не просто игроков, а игроков-спортсменов, стремящихся к высоким достижениям, что характерно для профессионального спорта.

Именно то, что моими подопечными были ребята, не имеющие никакого опыта игры и давало мне огромные возможности для наблюдения, изучения и анализа процесса подготовки, процесса приобретения навыков и становления игроков. Собирая и сопоставляя результаты тренировок, применяя многие существующие методики обучения, и получив квалификацию тренера по снукеру EBSA (Европейская ассоциация бильярда и снукера), я сделал множество выводов и открытий для себя лично. И сейчас, после их систематизации, я рад представить тебе выверенный и эффективный метод получения качественной базовой техники бильярдиста!

В этой книге я расскажу тебе, почему базовая техника является краеугольным камнем, без которого невозможно достичь серьезных высот в бильярде. Будут затронуты такие фундаментальные вопросы как, «вредные привычки» игрока, контроль линии удара, корректная стойка, темп и чувство удара, дыхание и самое важное, будет открыт секрет нашего зрительного аппарата, который любит нас «обманывать».

Нужно особо отметить, что вся информация, которую я даю в этой книге является одинаково важной. В каждом разделе я буду говорить о ключевых вещах. Все аспекты и нюансы, затронутые мною, образуют крепкую цепь знаний и точек самоконтроля для получения базового мастерства игрока. Изначально у тебя может сложиться впечатление запутанности информации, но это только на первом этапе. По мере продвижения вперед по материалу, тебе будет открываться вся последовательность метода, его неразрывность и взаимозависимость элементов его составляющих. На каких-то этапах тебе обязательно придется возвращаться назад, к уже, казалось бы, пройденному материалу и это нормально, так как объем информации очень велик. Это не легкий путь, но нужно четко понимать, если ты упускаешь или игнорируешь какой-либо аспект, посчитав его не заслуживающим внимания, то рискуешь внести брешь в свою базовую технику.

Вся информация в этой книге, касающаяся аспектов самоконтроля и точек контроля техники носит характер «маяков», которые призваны помочь тебе в постановке правильной базовой техники игрока с пониманием того, что ты делаешь и для чего. При постоянном контроле и проработке этих аспектов и нюансов они будут переходить в разряд навыков и правильных привычек, что сложится в конечном итоге в твою индивидуальную, но правильную и сильную базовую технику.

Так же, ты узнаешь о действительно отличном инструменте в виде тренировочного комплекса «БРИЛЛИАНТ» для прыжка в мастерстве, на каком бы уровне игры ты сейчас не нахо-

дился. Он разрабатывался мною на протяжении нескольких лет и претерпел массу изменений и усовершенствований. Достоинство ТК «БРИЛЛИАНТ» в том, что с его помощью открываются огромные возможности самоконтроля техники удара, а также контроля всех аспектов и элементов составляющих базовую технику игрока. Предлагаемая с ним методика тренировок является очень эффективной как для новичка, так и для профессионала. На пути к мастерству тебе понадобятся лишь две вещи – это знания, полученные здесь и усердность в тренировках.

В комплекс «БРИЛЛИАНТ» входит и видеометодика, состоящая из упражнений и пояснений каждого упражнения для проработки элементов и навыков, в которой наглядно раскрываются смыслы и правильные действия, чем в тексте. Но данная книга очень важна к прочтению для общего понимания того, что тебе предстоит узнать и пройти на этом пути. Здесь я постарался изложить массу информации очень сжато, выделяя только важные точки и моменты, дабы не уходить в полемику, кратко их поясняя.

В конце концов, при правильном применении знаний полученных в этой книге и серьезном подходе к тренировкам, ты получишь сильнейшую базовую технику правильного удара, что несомненно обеспечит тебе эффективный прогресс в дальнейших тренировках на пути к профессионализму.

Книга написана простым и понятным языком с поясняющими схемами и фотоиллюстрациями. В формате разъяснений тренера ученику я постарался как можно шире открыть многие смыслы и аспекты, которые сильно влияют на конечный результат – игру. Помимо знаний и пояснений, я приведу тебе реальные примеры из моего тренерского опыта. Будет интересно!

Ну что, ты готов узнать много нового, того, что многие тренера тебе не расскажут, умышленно скрывая это либо от незнания. Готов? Тогда вперед!

Что такое базовая техника и почему это важно?

Для начала, я приведу тебе один пример из мира спорта. Существует огромное количество подобных примеров, но этот, на мой взгляд, весьма показателен.

Итак, хоккей. Есть множество школ хоккея в разных странах, но все они, в своё время, пришли к канадской системе тренировок. Конечно же, системы различаются методиками и тренерским подходом, это нормально, на то и существуют разные школы и подходы к тренингу. Но есть одно единственное, что их всех объединяет и это – умение, а точнее сказать, мастерство катания на коньках! Да, именно, не стоять на коньках, а мастерство катания на них.

Конечно же, в хоккее этому умению обучают не так как в фигурном катании, а по своей методике, но это первый и самый важный навык для будущего хоккеиста. Без этого умения дальнейшее обучение просто теряет смысл. Это первое, чем должен овладеть будущий игрок, если он стремится достичь успеха в дальнейшем и стать профессионалом. Ты можешь себе представить профессионального игрока NHL, который не умеет управляться с коньками? Я нет.

Так вот, для хоккеиста базовой техникой является мастерство катания на коньках. А потом уже идут, мастерство владением клюшкой, бросок и т. д.

В бильярде тоже есть эта базовая техника и называется она мастерством нанесения удара. Другими словами, это умение нанести именно тот удар, который запланирован. И чтобы этот удар был, именно, запланированным, то есть правильным, корректным, стабильным, четким, как тебе будет угодно, нужно изначально уделить этому навыку пристальное и особое внимание.

Игрок без стабильного удара не стабилен – это очевидно. В бильярде это весьма критично и ведет к постоянным промахам и неудачам. Игрокам хорошо известно то чувство, когда тыходишь к простому шару и не забиваешь его. Как так? Что случилось? Да он должен был зайти! Вроде и с наклейкой все нормально, и помелить не забыл, и резку видел, а шар не зашел. Знакомо? Конечно знакомо. А причина неудачи банальна – ошибка во время нанесения удара. Их множество этих ошибок. Они такие мелкие и незначительные, что игрок их не замечает и от этого не понимает их. Он может и не знать о них, если тренируется самостоятельно, тем самым не исправляя их. Другой очень показательный и частый пример. Игрок отрабатывает видение резки и удар в пол шара. Выставляет шары таким образом, чтобы при резке в пол шара было обеспечено сыгрывание. Отлично видя эту резку, он входит в стойку и наносит удар в нужную резку. Но шар не заходит, а постоянно попадает в губку, к примеру, в недорез. Не понимая, что ошибка заключается в его ударе (кий при ударе смещается, тем самым задавая шару не верную траекторию) игрок начинает корректировать резку. То есть, вместо того, чтобы провести коррекцию удара, он корректирует резку, как бы давая поправку на свою ошибку при ударе. Но на самом деле он видит резку правильно. Здесь возникает парадокс – игрок начинает изменять видение резки, тем самым отрабатывая непрямолинейный удар с корректировкой по резке. Вопрос – зачем? Ведь легче откорректировать удар, чем в дальнейшем играть с поправками. Тем более, что поправка будет увеличиваться с увеличением дистанции между битком и прицельным шаром. Это очень сложный путь.

Базовая техника – это стабильно четкий и прямолинейный удар.

Стабильным ударом я называю базовый удар, состоящий из подхода в стойку, самой стойки, проверки, удара и множества других более мелких, на первый взгляд, нюансов. Но, все это вместе и есть базовая техника, которая и позволит в дальнейшем стать настоящим мастером игры, при приобретении позднее, конечно же, и других, не менее важных навыков. Но базовая техника – это старт, это основа, это фундамент, на котором строится мастерство.

И моя задача, как тренера, вложить это понимание в твою голову, дать понимание того, что без этого нет пути к успеху.

Базовая техника состоит из трех основных частей – подход, стойка и удар. Каждая из этих частей состоит из более мелких, но от этого не менее важных аспектов. К примеру, британская школа снукера рассматривает 22 аспекта от изначального положения игрока перед ударом до завершения удара в его конечной точке. И каждому из этих аспектов уделяется особое и пристальное внимание. После отработки всех аспектов игрок получает свой личный базовый удар, то есть базовую технику бильярдиста. От себя, добавлю сюда еще один важный нюанс – дыхание.

Хочу, так же, пояснить тему, которая очень часто поднимается в бильярдных кругах и, тем самым, вводит в заблуждение многих людей, стремящихся к результатам в игре.

Речь о том, что в дискуссиях вокруг базовой техники, некоторыми «специалистами», систематически высказываться очевидная глупость или заблуждение, что техника нанесения удара в «пирамиде», в снукере и в пуле обязательно отличается. Объясняют они это различием в размерах и весе шаров в разных видах бильярда, а ещё и разными ударами. Это всегда, как им кажется, является весьма весомым аргументом в спорах на тему применения методик и знаний, так сказать, из вида в вид. Не знаю, какие мотивы движут этими людьми, утверждающими и пропагандирующими этот миф, но явно несозидательные.

Давайте разберёмся в этом, для меня, пустом и глупом вопросе, касательно **БАЗОВОЙ ТЕХНИКИ УДАРА**.

Во-первых, они умалчивают тот факт, что кии в разных видах бильярда, так же, как и шары, тоже имеют разный вес и размер. Система шар/кий взаимосвязана и это не просто так. Дело в том, что профессиональный удар в бильярде наносится за счёт веса кия и поэтому, для более тяжёлых шаров используются более тяжёлые кии.

Во-вторых, так называемые силовые или акцентированные удары (тоже их любимый аргумент), так же используются и в пуле, и в снукере, как и в «пирамиде». Вопрос только в частоте их применения для выполнения задач. Базовая техника удара стоит в стороне от таких ударов. **АКЦЕНТИРОВАННЫЕ УДАРЫ – ЭТО ОТДЕЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ И НАВЫК**.

В-третьих, в любом бильярде игрок должен занять удобное положение для нанесения прямолинейного удара, то есть соблюсти все точки самоконтроля. И не важно, какой перед игроком стоит шар. Вся базовая техника состоит в массе аспектов и нюансов, требующих их выполнения до момента касания наклейкой шара – **ДО УДАРА**.

В-четвёртых, какой бы кий игрок не держал в руках, его антропометрические данные от этого не изменятся. То есть, будь у тебя в руке хоть 3-х метровый кий, амплитуда удара не увеличится, как бы ты этого не хотел.

Ну и последнее. Я знаю многих универсальных игроков, которые одинаково успешно выступают в различных бильярдных направлениях. Как думаете, они изучили и овладели разными базовыми техниками подход/стойка/удар для каждого вида бильярда в отдельности или разница игр заключается в других аспектах, нежели **БАЗА**?

Считаю, что эти аргументы и факты, полностью закрывают этот вопросик-заблуждение.

Освоив базовую технику удара, человек может смело прогрессировать в любом виде бильярда – впереди у него уже совсем другие понимания, проработки и навыки.

Я намерен рассказать тебе обо всех аспектах и нюансах базовой техники, а также, разъяснить важность каждого из них. Но пока пойми и запомни:

БАЗОВАЯ ТЕХНИКА – ЗАЛОГ МАСТЕРСТВА!

Основные заблуждения и ошибки

Давай рассмотрим основные ошибки, которые очень распространены как у начинающих, так и у крепких любителей.

Сразу нужно отметить основной маркер, благодаря которому мы можем смело заявить – это ошибка! Этим маркером является линия удара. Вообще, линия удара, это тот краеугольный камень, относительно и вокруг которого должна строиться вся техника классного игрока. Умение определять и контролировать эту линию является неоспоримым базовым навыком каждого профессионала, но к этому вопросу мы вернемся в соответствующем разделе.

Итак, основной и самой распространенной ошибкой является некорректный «кривой» вход в стойку. Далее я буду называть этот элемент «ПОДХОД». Очень часто игроки, довольно опытные игроки, не уделяют этому, очень важному и основополагающему навыку, никакого внимания. Это меня всегда удивляло. Многие просто встают в стойку из того положения, в котором приняли решение об ударе. То есть, без какой-либо подготовки, становясь в стойку как попало, ерзая ногами, качая тазом, корпусом, головой до тех пор, пока не найдут, как им кажется, комфортное положение. На мои вопросы – почему так происходит, многие отмахиваются и отвечают примерно одно и то же – да это пустая трата времени, я и так хорошо забиваю, это лишнее и за чем с этим «париться». Кстати, это самый частый ответ на все вопросы, касающиеся техники игры как таковой. И я, слыша такого рода ответы, сразу же могу сделать вывод о будущем прогрессе данного игрока – перспектив и прогресса с таким отношением просто нет, не было и не будет. Игрок, стремящийся к мастерству и победам должен мыслить совсем иначе.

Бильярд – это искусство, требующее оптимальности и точности в действиях игрока. Здесь нет места небрежности, безалаберности и суетливости – это приводит к постоянным ошибкам и сорванным ударам, а соответственно к проигрышу. Игрок с таким подходом никогда не будет иметь стабильности и точности, что является залогом мастерства. Очень многие из таких остаются, максимум, в крепких любителях. Нужно развивать дисциплину в действиях, которая приведет к дисциплине в игре и к прогрессу.

Вторая, весьма распространенная ошибка – это не корректная, то есть не естественная стойка, играть из которой просто не комфортно. Я часто встречал людей, довольно долго играющих в бильярд, но которые даже не знают какой глаз у них ведущий, то есть доминирующий. А это очень важный момент, который не позволяет прогрессировать. От доминирующего глаза и ударной руки зависит корректная стойка. Если игрок изначально, не зная этого аспекта, привык играть из не правильной стойки, то в дальнейшем он может получить осложнения, связанные со здоровьем. Не правильная стойка – это слабый фундамент, на котором не устоит стабильность и точность, а соответственно, не может быть разговора о прогрессе.

Ты можешь со мной не согласиться, мол, я сам давно играю и мне никто не ставил стойку, у меня есть знакомый, который криво стоит, но забивает и все в этом роде. Мне знакомы эти «песни». Я их часто слышу, и буду слышать еще. Это нормально для любительского бильярда. В этом ничего страшного нет, если ты не стремишься к высотам в бильярде. Но если ты читаешь эту книгу, значит ты не из тех игроков, которые довольствуются региональными турнирами, «колхозами» и коммерцией под пиво. Если у тебя есть огромное желание достичь серьезных высот в бильярде, тебе нужно внимательно слушать меня и научиться видеть свои ошибки, если ты не новичок, и максимально быстрее избавляться от них. А я тебе в этом помогу. Новичкам тоже будет полезно, так как они пока еще «чистый лист» и, приняв все это ко вниманию, могут избавиться себя от очень сложного занятия – исправления «вредных привычек», то есть ошибок.

Следующая распространенная ошибка – положение ударной руки. А именно, заваленный локоть либо от себя, либо на себя. То есть, во время удара, рука совершает не естествен-

ное движение, помогая сохранить прямолинейность локтевым и кистевым движением, которое часто перерастает во вращательное. Это очень усложняет технику и сам удар, что есть лишнее и просто не нужно. Если это пропущено на начальной стадии обучения, то далее это становится серьезной проблемой. Исключением может быть только одно – ты стабильно собираешь восемь с кия в «пирамиду» или твой стандартный брейк в снукере 70+. Если нет, тебе ко мне.

Очень большая, но в то же время, незаметная, от чего весьма коварная, это ошибка положения головы относительно линии удара. Она связана с устройством зрительного аппарата человека, и на нее мало кто обращает внимания. Осмелюсь заявить, что о ней не знают даже многие опытные тренеры. Эта ошибка похоронила многих перспективных игроков, игроков с хорошей техникой и пониманием игры, игроков с отличными навыками и техничным ударом, игроков с блестящим виденьем игры. Просто от незнания этого маленького нюанса, от того, что положение их головы во время удара было не корректным они постоянно совершали простые ошибки и не могли достигнуть стабильности в игре. А без стабильности, как мы уже знаем, не может быть роста и прогресса. Остается довольствоваться тем уровнем, которого, в силу навыков и предрасположенности, достиг тот или иной игрок.

Наши глаза очень часто нас обманывают, вернее сказать у 70% игроков имеется это отклонение. Но не стоит пугаться – это не смертельно. Большинство людей проживают с этим всю свою жизнь даже не зная об этой их особенности. Но для игрока в бильярд это очень пагубно. Я обязательно расскажу тебе об этом позднее.

Вообще, разговаривать и дискутировать об ошибках можно очень долго. Это огромная тема для споров, в которой существует множество разно полярных мнений. Я же, перестал вести данную полемику и твердо определился во мнении, что в связке подход/стойка/удар важными являются два фактора.

Первый – это контроль и работа строго по линии удара и всё, что мешает этому или усложняет, есть лишним и неприемлемым, особенно для новичков. Главной задачей хорошего тренера на первом этапе подготовки игрока является определение корректной стойки для каждого игрока с учетом его индивидуальных особенностей (ведущий глаз, ударная рука, рост и т.п.). То есть, ты должен получить ясное понимание о том, какая стойка правильна именно для тебя. Мое твердое мнение – стойка весьма индивидуальный элемент, но есть, так называемые опорные точки контроля, которые делают стойку корректной относительно линии удара.

Второй, не менее важный фактор – это комфорт в стойке. Когда новичок начинает играть из не корректной и не комфортной стойки у него, не взирая на неудобства и трудности начального этапа, отрабатывается привычка к неправильной стойке. Просто мы так устроены и это, непременно, нужно учитывать начиная тренировки. Через определенное количество повторений тело начинает привыкать, в сознании прописываются новые нейронные связи, и игрок приобретает «вредные привычки», которые загоняют новичка в яму. Как это работает ты тоже узнаешь из этой книги, но важно понимать – если ты привыкнешь стоять и работать с ошибками, то в последствии их исправление потребует от тебя гораздо больших усилий, чем если изначально направить усилия на отработку правильных подход/стойка/удар.

Возвращаясь к вопросам и спорам вокруг техники. Именно из-за «вредных привычек» многие оспаривают понятие корректности и правильности. Их «вредные привычки» давно уже стали их родными и нейронные связи в их голове «кричат» – мне так удобно! Я не хочу ничего менять! Отстаньте от меня, я и так нормально играю! Здесь и кроется большой самообман, от которого я намерен тебя избавить, а новичка защитить от его развития.

В заключении разговора об ошибках я приведу тебе два весьма показательных примеров из жизни довольно известных игроков в снукер. Почему снукер? Да потому, что я специализируюсь на снукере, а также, снукер является самым сложным видом бильярда, который требует от игрока максимальной концентрации и точности в действиях. Оба этих примера являются открытой информацией в своих кругах и несут в себе огромный смысл для понимания важ-

ности нюансов и аспектов в базовой технике игрока, стремящегося к высоким достижениям в бильярде.

О первом примере мне рассказал очень известный тренер по снукеру из Северной Ирландии, который является руководителем тренерского направления одной из европейских бильярдных организаций. Он за свою тренерскую карьеру работал со многими известными игроками и разработал свою систему тренировок. Мне посчастливилось быть участником его курсов тренеров и получить от него массу знаний и тренерскую квалификацию. Там я и узнал о серьезном подходе к базовой технике игры. Так вот, что он рассказал.

К нему, в своё время, обратился сильный ирландский игрок в снукер с определенной проблемой. Он не мог доводить свои большие брейки (серии) до сенчеры (100+), хотя на тот момент был уже Чемпионом Великобритании по снукеру среди любителей. Он жаловался на то, что после порога в 70+ часто идут срывы и ошибки, приводящие к победе во фрейме (партии), но не дающие возможности показать классную игру в виде сенчеры брейка. После диагностики его базовой техники было выявлено, что у него есть небольшие проблемы в постановке моста и в кисти ударной руки. Да, у Чемпиона были две маленькие проблемы, которые он даже сам не замечал. Он просто не мог знать о них, так как они переросли во «вредные привычки». И, казалось бы, да что там? Это же мелочи? Он уже Чемпион, зачем заморачиваться? А на деле, после корректировки данных нюансов он постепенно начал систематически делать 100+! Его уровень игры резко поднялся, он сделал прыжок в мастерстве! Через время этот игрок выиграл Чемпионат мира по снукеру среди профессионалов! Вот так, небольшая корректировка базовой техники позволила сильному игроку добиться дополнительного прогресса в игре. И зачем было «париться», спрашивается, он и так классно играл?.. Думаем.

Второй пример диаметрально противоположной истории, произошедшей не так давно с очень перспективным молодым игроком в снукер из восточноевропейской страны. Я имею честь знать его лично и работал с его отцом в направлении развития снукера. В связи с тем, что наше сотрудничество закончилось, мягко сказать, не очень хорошо, я вынужден не называть эту фамилию. Назову его Сережей.

Сережа, благодаря отцу, с малых лет начал заниматься бильярдом, а именно снукером. У отца были все возможности для того, чтобы обеспечивать ему качественные условия для подготовки. Пацан очень много работал, тренировки по 4—6 часов в день на протяжении многих лет. Было опробовано множество тренеров и методик. К 14-ти годам Сережа уже был неоднократным Чемпионом по снукеру и, можно сказать, что стал лидирующим снукеристом в своей стране. На тот момент на его счету уже был рекордный брейк страны и множество брейков за 100+, не считая массу тренировочных сенчеры, что говорило о его стабильности и профессионализме как игрока.

Отец постоянно организовывал ему поездки на большие международные турниры, стремясь получить место в элите мирового снукера – заработать путевку в Мейн Тур WST. Это было их заветной мечтой. И множество поклонников Сережи, да и я сам, искренне ждали этого события. И вот, на Чемпионате Европы, Сергей выигрывает турнир и становится Чемпионом Европы. Эта победа, согласно регламенту, не давала путевку в профессионалы, но в виду того, что в том году началась печально известная пандемия и масса иностранных игроков не смогли играть в Англии, несколько мест в Мейн Туре оказались вакантными, и Сережа, все-таки, получил заветное приглашение – путевку в Мейн Тур на два сезона, благодаря своей стабильности и результатам.

Но, вопреки ожиданиям многих поклонников, два сезона в профессионалах оказались весьма неудачными, если не сказать – провальными для Сережи. Помимо юношеской психологической нестабильности и недостаточного опыта игры на уровне профессионалов, где одна

ошибка может привести к проигрышу фрейма, Сереже подложили очень огромную «свинью». Сделали это его, так называемая, «команда», а если быть точным – тренерский штаб.

Что же пошло не так? Ведь Сережа щелкал брейки 70+ в игре как орехи, а на тренировках неоднократно собирал 147. Ему не было равных в кладке сложнейших шаров, он уверенно на них шел и забивал. Все, казалось бы, было на высшем уровне. Оставалось только работать над психологией с помощью спаррингов с профессионалами. Но был один нюанс!

У Сережи в стойке был завален локоть ударной руки. В течении многих лет тренировок на это никто не обращал внимания, и он привык играть с заваленным локтем. Это была его «вредная привычка», но дело в том, что играл он очень сильно и стабильно. Сережа, за долгое время, сумел отработать четкий удар, не смотря на заваленный локоть и из ошибки это переросло уже в отличительную черту классного игрока. (Это к тому, что я говорил выше – если техника игрока позволяет играть ему на высшем уровне, то поздно уже что-то менять).

Не знаю, что сподвигло команду Сережи «ломать» его технику в погоне за правильным локтем. Может быть плохая картинка по ТВ или совет какого-либо непонимающего ситуации иностранца-тренера – не суть. Суть в том, что Сережа, получив редкий шанс играть с самыми лучшими в мире игроками, начал корректировать этот завал локтя, что повлекло за собой огромную просадку, откат в технике и, соответственно, в игре. Изменение позиции локтя повлекло за собой череду других изменений: хват, положение тела и головы. Так же, мною были замечены изменения в положении его ног в стойке. Короче говоря, вместо того, чтобы играть и прогрессировать в среде профессионалов, он вынужден был ломать всю свою наработанную годами технику. Во всяком случае, результаты двух лет в Мейн Туре были удручающими. Сережа только к концу второго сезона начал показывать что-то отдаленно похожее на то, что имел до «корректировки».

Это была самая непрофессиональная работа тренерского штаба, которую я встречал. Во-первых, уровень игрока был очень высок и заниматься коррекцией не было никакой надобности от слова – вообще. Во-вторых, коррекцию техники нельзя было проводить в период важных соревнований – это и привело к полному провалу. В-третьих, коррекция техники, если на это пошли, должна была проводиться специалистами, системно, с предварительной диагностикой и с составлением определенной программы тренировок.

Очень надеюсь, что Сережа выйдет из того пике, в которое его загнали по неволе и снова войдет в элиту мирового снукера, хотя с каждым годом конкуренция там только растет. Его возраст ему в помощь!

Чем же показательны эти два примера? В первом случае игрок имел незначительные ошибки в базовой технике, но не имел должного уровня игры и обратился к профессионалу за помощью. Было выбрано подходящее время для корректировки ошибок, была разработана программа тренировок от профессионального тренера, что заметно сократило время корректировки. Результат не заставил себя долго ждать.

Во втором случае игрок имел значительную «вредную привычку», но играл на высоком уровне, что ни коим образом не требовало корректировки. Было выбрано очень неудачное время для исправления ошибки. Тренерский штаб не смог адекватно оценить уровень провала при корректировке такой весомой «вредной привычки» как завал локтя. О разработке программы я вообще молчу. В итоге – огромный провал в технике и откат на несколько лет назад.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.