

Призвание

«Каисса» отмечает юбилей

Это было недавно — это было давно... А точнее, десять лет назад, когда в недрах Дома детского творчества возникла идея создать объединение всех шахматных кружков, разбросанных по школам района. Так и появился детский шахматный клуб «Каисса», которым бесценно руководит педагог дополнительного образования Елена Витальевна Быстрякова. Многие её замыслы осуществились, но один так и остался мечтой — собственное помещение для клуба. Ни актов зал школы, ни холл Дома культуры — они мало приспособлены для сосредоточенной игры в шахматы, — а уютное место, где в «домашней обстановке» можно было посидеть над шахматной доской в окружении таких же увлечённых игроков.

Работа с детьми стала для Е.В. Быстряковой второй профессией и призванием. А начиналось всё с детского увлечения шахматами. Она хорошо помнит тот день, отец привёл её, совсем ещё ребёнка, в городской парк, где собирались любители этой интеллектуальной игры. Девочку покорили шахматы. Потом была учеба под руководством сильных ленинградских шахматистов и выступления на соревнованиях разных уровней. Елена Быстрякова шесть раз становилась чемпионкой Северной столицы, в 1983 году стала чемпионкой России в первой лиге. Играла в Германии, Румынии, в Польше и на Кубе, завоевала звание Международного мастера. Хотя период активных выступлений для неё уже закончился, Елена Быстрякова до сих пор продолжает участвовать в турнирах — в последний раз она играла в составе сборной команды ФИНЭК на чемпионате России еще в прошлом году.

Но главное для Елены Витальевны — всё-таки «Каисса» — дети, которым хочет передать всё, что знает о шахматах сама. Это можно сказать и о её единомышленниках — педагогах дополнительного образования Т.А. Рубцовой и Г. А. Полукарове. С Татьяной Алексеевной играли вместе в сборной района, а когда однажды случайно встретились во Всеволожске и разговорились о перспективах развития детских шахмат, та согласилась поддержать начинание Быстряковой. Третий в этой «связке» — кузьмоловский любитель шахмат («очень сильный любитель», по характеристике Елены Витальевны) Геннадий Александрович Полукаров — работает на базе Кузьмоловской школы № 1 уже 15 лет. Недавно в коллектив влились двое новых педагогов: Г.В. Полоновский (Сертолово) и А.Л. Слобожан (Колтуши). Все они посвятили себя делу воспитания юных шахматистов и добились очень неплохих результатов.

Десятилетний юбилей — прекрасный повод рассказать не только о замечательных педагогах, но и о тех талантливых ребятах, которых научили не бояться поражений и добиваться побед, и об их общих достижениях.

Первый набор детей — десять лет назад — был очень сильным: четыре мальчика стали кандидатами в мастера спорта, две девочки — перворазрядницами. Последующие наборы тоже выявляли сильных шахматистов, но, может быть, не в таком количестве.



Всего на счету «Каиссы» — восемь кандидатов в мастера, включая двоих воспитанников Г.В. Полоновского: Алексей Хушкин, Иван Мыльников, Илья Чухов, Сергей Айрумян, Андрей Зверев, Иван Федоровцев, Стас Кравченко, Евгений Полоновский. Гордость клуба — мастер спорта Юрий Герасимов. Его взрастил тренер Г.А. Полукаров.

Пришедшая на смену выпускникам шахматная молодежь тоже себя неплохо проявила: ребята заняли в этом году третье командное место в первенстве области по шахматам в Сосновом Бору. Лучшими в этом году стали: Е. Полоновский, М. Мыльников, В. Боровков, Д. Азизян.

А ведь сначала с трудом верилось, что на базе школьных кружков можно вырастить сильных шахматистов, — призналась Е.В. Быстрякова. Главным условием успехов «Каиссы» стала взаимопомощь педагогов и замечательная по простоте идея распределения обязанностей. Каждый из тренеров в работе с детьми реализует свои самые сильные качества и возможности, в остальном помогают коллеги. Они работают сплочённым и дружным коллективом, поддерживая и подстраховывая друг друга.

Педагоги Быстрякова и Рубцова в соавторстве написали программу, которая легла в основу обучения детей шахматам.

Елена Витальевна ведет кружки для младших школьников на базе школ № 1 и № 2. Её задача — выявить среди множества детей, занимающихся в шахматных кружках, самых способных. Она детально разработала программу пер-

вого года обучения и даже выпустила серию обучающих пособий для детей с собственными рисунками и стихами. Наиболее одарённых детей она передает Т.А. Рубцовой, у которой на базе школы № 4 работают учебно-тренировочные группы. Именно там куются будущие разрядники и кандидаты в мастера. Татьяна Алексеевна постоянно ездит с детьми на областные и региональные соревнования — это необходимое условие совершенствования шахматного мастерства. Чем больше дети играют и чем сильнее у них соперники, тем ощутимей конечный результат. Как и в любом другом виде спорта.

Все юные шахматисты, независимо от места проживания, хорошо знают друг друга, ведь им часто приходится вместе выступать на турнирах. Соревнования по шахматам проходят и во Все-



воложске, и в Кузьмоловском, и в пос. им. Морозова. В них принимают участие не только дети, но и взрослые игроки: Семейный фестиваль по шахматам, турнир «Белая ладья» и личное первенство района. Большую помощь в проведении соревнований оказывают директора Домов культуры — Л.А. Горобий и Н.С. Просвирнина, и М.Б. Петров, принимающие у себя любителей шахмат.

Соревнования — это не только шахматные сражения, это еще и возможность познакомиться с новыми местами. Е.В. Быстрякова — большой любитель краеведения — старается показать детям всё самое интересное в тех населенных пунктах, где они бывают на турнирах. Они уже побывали в Саблинских пещерах, Копорье, Шлиссельбурге, крепости Орешек, в Выборге, в Токсовском зубробизоннике.

В различных кружках шахматного клуба «Каисса» в этом году занимается 300 детей. Много ли это для такого большого района? Конечно, нет. По наблюдениям Е.В. Быстряковой, дети всё меньше интересуются шахматами:

— Эта тенденция носит масштабный характер. Шахматные школы пустеют и в Питере. Набор уменьшился в два-три раза. У детей появились другие приоритеты — английский, менеджмент, компьютер. Шахматы потеряли былую престижность.

— А ваши сыновья играют в шахматы?

— Мои дети играть не стали, хотя я их, конечно, научила. А вот сыновья Т.А. Рубцовой дают большие надежды. Старший — кандидат в мастера, младший имеет первый разряд.

— Что дают шахматы человеку?

— Выбатывают характер. Развивают логическое мышление. А если говорить о наших воспитанниках, то игра в шахматы раскрывает для них возможность общаться, много ездить, а это, в свою очередь, воспитывает самостоятельность.

— Все дети, записавшиеся в шахматный кружок, остаются у вас?

— Остаются те, кого шахматы заинтересовали. Это — главное. Технические навыки — это результат постоянных тренировок.

— Сказывается ли на качестве про-

Пресс-курьер

Отчего женщины живут дольше

Израильские ученые попытались объяснить феномен женского долголетия. Давно известно, что женщины и мужчины мыслят и чувствуют по-разному. Оказывается, болеют они тоже по-разному.

Женское сердце весит на 10 — 15 процентов меньше, чем мужское. Но отличается редкой выносливостью. В возрасте до 40 лет на 20 инфарктов у мужчин приходится только один у женщин. После 50 — 55 лет риск сердечных заболеваний у женщин увеличивается (это связано с гормональной перестройкой организма). Но лишь после 70—75 лет женское сердце становится столь же ранимым, как мужское.

Израильские медики установили, что даже симптомы болезней сердца у мужчин и женщин разные — из-за этого иногда случаются ошибки в диагнозах. У 40 процентов женщин сердечный приступ не вызывает боли в груди, не отдаёт в левую руку.

Женщины больше думают о своем здоровье, чем мужчины. Они больше страдают от депрессий. Это побуждает их чаще обращаться за медицинской помощью. У женщин чаще, чем у мужчин, встречается гипертония, остеопороз, мигрень, сахарный диабет.

Мужчины болеют в более раннем возрасте, но они слишком часто поступают в больницу в критическом состоянии, после вызова «скорой». И смерть наступает их раньше.

По данным статистики, в Израиле более половины женщин 65 лет — вдовы, только 16 процентов мужчин в таком же возрасте — вдовцы.

Попробуем разобраться с женскими мозгами. И тут есть множество особенностей. В среднем мозг женщины меньше мужского на те же 10—15 процентов. Но это не свидетельство его «ущербности» по сравнению с мужским. Наоборот, американские психиатры и невропатологи полагают, что нейроны женского мозга во многих ситуациях работают более совершенно. Почти при любой деятельности мозг мужчины работает более избирательно, нейроны «трудятся» лишь на некоторых участках. У женщины нейроны работают на более широком фронте. Возможно, это объясняется тем, что у женщин сильнее развито взаимодействие между рациональным и эмоциональным полушариями мозга. Многие считают, что от этого зависит и знаменитая женская интуиция. Зато мужчины легче концентрируются на одной задаче.

Даже реакция на слово — устное или письменное — у женщин и мужчин разная. При тестировании выяснилось, что женщине легче работать со словом, например, придумывать синонимы. Есть версия, что именно эти особенности женского мозга помогают представительницам слабого пола быстрее справляться с последствиями любой мозговой травмы или инсульта.

Известно, что женщины и мужчины по-разному проявляют эмоции. Возможно, тут тоже хранится один из секретов женского долголетия. Наука находит все больше подтверждений тому, что большинство болезней тесно связано с затяжными негативными переживаниями — их обычно называют стрессами. Любое тяжелое потрясение вызывает состояние крайнего напряжения всего организма и способствует развитию разных недугов. Самыми универсальными средствами снятия этого напряжения — и телесного, и душевного — ученые считают плач и смех. Вероятно, способность легко плакать и смеяться тоже входит в арсенал защитных механизмов, которыми природа снабдила женщину.

Светлана АЛЕКСИНА



ведения соревнований отсутствие у клуба собственного помещения?

— Если говорить о соревнованиях, то мы сталкиваемся с другой проблемой. Детей приходится возить на большие расстояния — они быстро утомляются. Поэтому мы сокращаем время турниров — играем пять туров по 15 минут, а это уже почти три часа. Большое подспорье — компьютерные программы, которые помогают быстро и качественно проводить жеребьевку.

— Что бы вы хотели пожелать шахматному клубу «Каисса»?

— Мои пожелания относятся не только к клубу. Хотелось бы, чтобы множилось число поклонников шахмат — этой замечательной игры, способной приносить истинное удовольствие и радость. Радость — от преодоления препятствий, удовольствие — от встречи с такими же увлечёнными людьми.

Поздравляем шахматный клуб «Каисса» с юбилеем! Желаем талантливых учеников и новых побед!

Ольга ЛАЗАРЕВА