



Сегодня, 27 сентября, своё 79-летие отмечает известный советский и российский тренер по лыжным гонкам Валентин Владимирович Самохин.

Валентина Владимировича от многих других наставников всегда отличал подход к устройству тренировочного процесса.

- Большинство тренировок в мире основано на ощущениях спортсмена, - говорил несколько лет назад в интервью **Валентин Самохин**. – Вся работа ведущих спортсменов ставится на основе ощущений, это просто беда нашего подхода такого – мы не можем освоить систему, которой пользуются во всем мире: спортсмену дают только канву подготовки, показывают путь, а дальше он сам выбирает, что ему лучше подходит по ощущениям. Так и скандинавы работают все, практически так и Европа вся работает, это более продуктивный метод работы по сравнению с нашим, директивным, когда тебя ведут за ручку и говорят: делай то, делай это. Такой подход не совсем правильный, потому что спортсмен рано или поздно начнет задумываться над проделанной работой. Иными словами, главное – заставить спортсмена думать, организовать его голову так, чтобы было творчество и работа была более продуктивной.

А вот так о Самохине отзываяется главный тренер сборной ХМАО-Югры по лыжным гонкам, вице-президент Федерации лыжных гонок ХМАО-Югры и России, бронзовый призёр чемпионата мира-2001 **Сергей Михайлович Крянин**, который тренировался у Валентина Владимировича будучи лыжником-юниором:

- Мне повезло, что я попал к Валентину Владимировичу в начале спортивного пути, - признаётся Крянин. – Он научил меня думать и анализировать тренировки: для чего, как и зачем ты это делаешь? Своей системой планирования, ведения дневников он дал всем своим подопечным очень многое. У нас тогда была классная команда. До меня по его планам работали будущие звёзды лыжного спорта Владимир Смирнов, Алексей Прокуроров, Андрей Кириллов и многие-многие другие. Позднее, когда я уже тренировался в сборной России, я всё равно продолжал советоваться с Валентином Владимировичем.

Многие годы своей жизни Валентин Владимирович посвятил служению лыжным гонкам, трудился на благо ХМАО-Югры и всей России. Федерация лыжных гонок

Валентину Самохину – 79 лет!

Автор: Андрей Каца
27.09.2017 18:44

ХМАО-Югры от всего сердца поздравляет легендарного специалиста с Днём рождения. Желаем вам крепкого здоровья и долгих-долгих лет жизни. Всего вам самого доброго.

С уважением Федерация лыжных гонок ХМАО-Югры