**Пресс Тамара Натановна**

**Заслуженный мастер спорта СССР, трехкратная Олимпийская чемпионка, многократная рекордсменка мира, неоднократная чемпионка Европы и СССР, кандидат педагогических наук**

Родилась 10 мая 1937 года в Харькове. Отец - Пресс Натан Исаевич, погиб на фронте в годы Великой Отечественной войны. Мать - Пресс Лидия Владимировна.

В Узбекистан семья Пресс попала в годы военного лихолетья. Когда в Харьков пришло известие, что их отец ранен и находится на лечении в Самарканде, мама с дочками немедленно засобиралась в далекий путь в Среднюю Азию. Однако поезд задержался в дороге, и семья встретила отца уже на вокзале: он спешил снова на фронт. До отправки эшелона оставалось полчаса... Отец с войны так и не вернулся: он погиб под Ленинградом, а семья Пресс осталась в Самарканде.

Первые шаги Тамары Пресс в спорте и жизни неразрывно связаны с именем Владимира Пантелеймоновича Бессекерных, у которого она начала заниматься легкой атлетикой. Для нее он на время заменил отца: следил не только за тем, как растут ее результаты в беге и метаниях, но и частенько проверял домашние задания по арифметике.

В те годы Тамара была худенькой, высокой, нескладной девушкой. Чтобы развить ее физически, Владимир Пантелеймонович начал показывать ей технику толкания ядра и метания диска. Эти сложные технические виды спорта давались ей с трудом. Куда проще ей было пробежать спринтерскую дистанцию, прыгнуть в длину или высоту. Однако, с детства не привыкшая отступать, она старательно выполняла указания тренера. Постепенно спорт стал для нее потребностью, и уже к 1955 году ее результаты стали стремительно расти. Настолько, что Бессекерных даже растерялся: "Понимаешь, Тамара, я дал тебе все, что мог. Боюсь, что в дальнейшем моя помощь станет для тебя лишь помехой. Ты ведь будешь и дальше расти - характера тебе не занимать... Ты многого добьешься - это ясно как дважды два... Но я обязан думать о твоем будущем. Попробую написать в Ленинград Виктору Ильичу Алексееву. Слышала о таком?"

Еще бы не слышать! Заслуженный мастер спорта СССР, первый в Советском Союзе Заслуженный тренер по легкой атлетике, Виктор Ильич Алексеев еще в 1936 году организовал в Ленинграде детскую спортивную школу при спортобществе "Зенит" и был ее бессменным руководителем. Он создал в спортивной педагогике свою школу - коллектив индивидуальностей, школу личностей, в которой никто ни на кого не был похож. Среди его воспитанников - мировые рекордсмены и олимпийские чемпионы: Н. Смирницкая, Г. Зыбина, Т. Тышкевич, В. Трусенев, а впоследствии, конечно, и сестры Тамара и Ирина Пресс.

Нетрудно представить, сколько волнения было дома, когда Владимир Пантелеймонович принес ответ из Ленинграда, написанный самим Алексеевым. Виктор Ильич давал "добро" на приезд Тамары: "Увидимся. Обсудим. Кстати, в Ленинграде и институтов побольше, чем в Самарканде. Есть где учиться".

Финансовые вопросы поездки к Алексееву решались трудно, но Тамару выручил случай. В.П. Бессекерных рассказал, что в Москве формируется сборная юношеская команда СССР по легкой атлетике, что запланирован матч с командой Румынии и что... ее уже знают в Москве и приглашают на сбор. Именно в Москве летом 1955 года судьба подарила Тамаре Пресс встречу с Алексеевым.

Виктор Ильич Алексеев остается для Тамары Натановны Наставником с большой буквы. Именно он вывел ее в большой спорт, сделал олимпийской чемпионкой и мировой рекордсменкой. Именно в его знаменитой ленинградской школе совершенствовала она свое мастерство, стала многократной чемпионкой и рекордсменкой Советского Союза в толкании ядра и метании диска.

В Ленинграде Тамара Пресс по совету Виктора Ильича поступила в 10-й класс школы рабочей молодежи. Одновременно начала тренироваться. Уже через несколько месяцев она поняла, что в этой дружной школе не все так просто, как показалось в первые дни. Особенно настороженно приняли ее толкательницы ядра - знаменитые Зыбина, Тышкевич, Дойникова. Они были коренными ленинградками, Тамара же за всю историю алексеевской школы считалась первой иногородней. Наверное, серьезную соперницу эти знаменитые толкательницы в ней не разглядели. Но их беспокоило ее появление в школе, ибо оно несколько изменило ритм работы Виктора Ильича. Он уделял новенькой время, отрывая его от занятий с Зыбиной и Тышкевич. Понимая своих старших подруг, Тамара Пресс особенно не обижалась и работала с удвоенной энергией. В те годы вырабатывалась ее репутация, которую несколько позднее ее наставник В.И. Алексеев выразил своеобразной аббревиатурой "ТТТ": "Тамара Пресс - это человек, в котором "талант + труд + терпение" соединены прочно..."

В 1956 году на Всесоюзной спартакиаде школьников, уже будучи мастером спорта СССР, Тамара Пресс установила несколько рекордов страны для девушек старшего возраста и попала в число кандидатов, которые готовились к поездке на Олимпийские игры-56 в далекий Мельбурн. Однако в силу ряда причин в сборную ее тогда не взяли. Но уже к 1958 году она твердо закрепилась в составе сборной страны по метанию диска. Чтобы попасть в команду, которая отъезжала в Стокгольм на чемпионат Европы, ей нужно было стать призером на первенстве страны. Готовясь к европейскому первенству, она выиграла почти все соревнования, но оступилась на чемпионате страны, заняв четвертое место в метании диска.

Неудача лишь подлила масла в огонь. Тамара Пресс разозлилась неожиданно для себя и для Алексеева. Но ненавидела только себя. Позднее это станет законом: в решающее мгновение перед стартом безжалостно разозлиться на себя и... "выстрелить"... и победить.

Соревнования по толканию ядра сложились для Тамары Пресс более удачно - после первой попытки она попала в финал. Во второй попытке "выстрелила" на 16 метров 54 сантиметра, лишь 20 сантиметров не достав до мирового рекорда Галины Зыбиной. К этому результату приблизиться никто так и не смог. Превысив свой личный рекорд почти на метр, Тамара Пресс сразу стала первой в СССР, а значит, такова была расстановка сил в мировой легкой атлетике и во всем мире!

Олимпийская чемпионка 1952 года в толкании ядра Галина Зыбина была гордостью алексеевской школы тех лет. Долгое время у нее не было соперниц. Но тогда на мировую арену вышла другая - более молодая и сильная Тамара Пресс. Ей суждено было поднять рекорд мира на небывалую высоту.

К Олимпийским играм 1960 года в Риме Тамара Пресс уже считалась главным фаворитом. Несмотря на то, что все специалисты прочили ей первенство в метании диска, в этой дисциплине она стала второй. Зато в толкании ядра равных ей не было.

К слову, на следующий день после закрытия Олимпиады в Риме Тамара все же доказала, что является сильнейшей и в этой дисциплине, метнув диск на недосягаемое прежде расстояние - 57 метров 15 сантиметров и зачеркнув таким образом предыдущее достижение Нины Яковлевны Думбадзе. В тот же день ей передали телеграмму из Тбилиси: "Поздравляю с мировым рекордом тчк очень рада зпт что сделала это ты тчк Думбадзе". Так великая спортсменка приветствовала свою молодую сменщицу...

Через четыре года на Олимпиаде в Токио Пресс уже не оставила никаких шансов соперникам - была первой и в метании диска, и в толкании ядра.

По признанию самой Тамары Натановны, самыми трудными состязаниями для нее всегда были квалификационные. Она плохо настраивалась, чтобы выполнить определенный норматив. "Привычная психологическая травма" - боязнь квалификации - подстерегала ее и 19 октября 1964 года в Токио, когда она должна была выступать в олимпийском турнире по метанию диска. Никто не мог и предположить, что кто-то окажет ей конкуренцию. Ее отрыв от соперниц был настолько велик, что... она была спокойна.

На следующий день "Советский спорт" писал в заметке "Победа с волнениями": "Сказать честно, Тамара Пресс заставила вчера изрядно поволноваться всех нас. Вчера разыгрывалась золотая медаль в метании диска у женщин, а в судьбе этой медали мы были уверены. Однако еще утром, когда наши девушки вышли в сектор для метания диска, чтобы произвести квалификационные состязания, броски у Тамары не шли. Самый дальний путь, который проделал ее диск утром, равнялся всего лишь 50 метрам 28 сантиметрам. Это, конечно, не могло не насторожить".

Финал начался неожиданно для Тамары Пресс - спортсменка из ГДР Ингрид Лотц послала снаряд на 57 метров 21 сантиметр. Бурный старт немки несколько выбил советскую спортсменку из привычной колеи. В первой попытке ее диск летит за пределы сектора. Стадион в недоумении ахает...

Вторая попытка - 50 метров 56 сантиметров... Снова неудача... В финал Тамара Пресс пробилась с результатом 55 метров 80 сантиметров - это был лишь шестой показатель дня. Так как она занимала последнее место среди финалисток, то получила право метать последней. А это уже было определенное преимущество, ибо всегда оставалась возможность для ответа.

Лишь в пятой попытке удался ее коронный бросок - диск ввинтился в небо и затем взметнул веер земли на отметке 57 метров 27 сантиметров... Это была победа!

Тамара Пресс очень хотела выступить и на третьей Олимпиаде - в Мехико. Однако конкурировать с молодыми талантливыми спортсменками становилось труднее и она прекрасно понимала, что может проиграть. А уйти из спорта хотелось непобежденной. В 1966 году она выиграла все состязания, в которых участвовала. И ушла...

Покидать большой спорт всегда тяжело - поменять в одночасье весь привычный уклад жизни и начать практически сначала сможет не каждый. Тамаре Пресс повезло. Рядом с ней снова оказался В.И. Алексеев, он помог определиться, подсказал, куда надо пойти учиться. К тому времени у нее уже было высшее образование - в 1962 году она окончила Ленинградский строительный институт. Однако применить свои знания на практике ей так и не довелось.

Ее стала привлекать организаторская работа, она поступила в Высшую партийную школу при ЦК КПСС. После ее окончания работала заместителем заведующего отделом физкультуры и спорта ВЦСПС (1967-1969). Потом 12 лет, с 1969 по 1981 год, была заведующей культурно-массовым отделом ЦК профсоюзов рабочих строительства и промышленности строительных материалов. Одновременно на общественных началах тренировала группу легкоатлетов Московского государственного университета. В 1974 году под руководством профессора В.П. Филина защитила диссертацию на соискание ученой степени кандидата педагогических наук на тему: "Экспериментальное обоснование методики тренировки юных метательниц диска на этапе начальной спортивной специализации". В 1981-1983 годах заведовала кафедрой физкультуры в Московском педагогическом институте.

С 1983 по 1986 год Т.Н. Пресс снова на работе в ВЦСПС, заведовала секторами культурно-воспитательной и клубной работы. После распада ВЦСПС было организовано физкультурно-спортивное общество профсоюзов "Россия". Его возглавлял известный спортивный деятель Г.Н. Шибаев. Тамара Пресс стала заместителем председателя, ответственным за развитие массовой, оздоровительной физкультуры, курировала физкультурно-оздоровительную и спортивную работу в трудовых коллективах, детских спортивных школах. Благодаря деятельности общества удалось сохранить более 600 детско-юношеских спортивных школ, в которых сегодня занимаются более четверти миллиона детей самого разного возраста.

В ноябре 1992 года был учрежден Благотворительный фонд "Физическая культура и здоровье", одним из учредителей которого стало общество "Россия". Т.Н. Пресс избрана первым вице-президентом фонда. С первых дней и по настоящее время фонд организует работу по социальной защите ветеранов физкультурного движения, инвалидов, участников войны. Все эти годы основные усилия фонда направлялись на выполнение программ милосердия: "Ветеран", "Инвалид", "Тренер", "Реабилитация", утвержденных совместным решением Попечительского совета и президента фонда. В своей деятельности фонд опирается на пожертвования спонсоров, сотрудничает с ветеранскими организациями, российскими федерациями по видам спорта, детскими спортивными учреждениями, Российским союзом спортсменов.

За последнее время при поддержке спонсоров фондом проведен ряд благотворительных акций, в том числе встреча чемпионов и призеров Олимпийских игр 1964 года. Проводились и другие благотворительные мероприятия, направленные на поддержку нуждающихся ветеранов, улучшение их морально-психологического состояния. И везде самое деятельное участие принимала и принимает Тамара Натановна Пресс.

В годы работы в профсоюзах Т.Н. Пресс написала книги "Рабочее общежитие" (в соавторстве с Е.И. Никитиной) и "Эффективность экономических знаний - важное средство повышения производительности труда в строительстве" (серия "Экономические знания - строителю" в соавторстве с В. Заикиным). Ее перу принадлежат также книги "Цена победы", "Нелегкая эта атлетика", а также более 150 публикаций в средствах массовой информации.

Т.Н. Пресс - Заслуженный мастер спорта СССР (1960), трехкратная чемпионка Олимпийских игр (1960 и 1964 - в толкании ядра и 1964 - в метании диска), трехкратная чемпионка Европы (3 раза в 1958 и в 1962), 16 раз (в 1958-1966 годах) ей удалось завоевать медали чемпионки СССР. Награждена орденами Ленина (1960), "Знак Почета" (1964), Дружбы (1997), медалями.

Свободное время Тамара Натановна посвящает чтению русской классики, книг по истории Древней Греции и Рима (Плутарх, Светоний). Еще одна ее страсть - работа на компьютере с познавательными программами по истории искусства.