

АВГУСТ • 1967

Легкая атлетика 8





НА СПАРТАКИАДАХ

В НОМЕРЕ:

- 1 На спартакиадах союзных республик
- 10 Печальная традиция
- 18 И. Фельд «Завоевание высоты»
- 21 Б. Валик «Твой первый старт»
- 24 В. Никульшин «На старте легкоатлеты России»
- 25 Ю. Жиров «На казахской земле»
- 27 Шаги рекордов
- 29 Три матча сборной
- 32 Преодолимпийский сезон в США

Наша обложка: Пробег на приз газеты «Труд». У питательного пункта Игорь Бурков (г. Свердловск).

Фото В. Бровко

На четвертой странице обложки: Бег на 3000 м с препятствиями.

Фото Е. Волкова

На страницах журнала: фото В. Бровко, В. Киврина, В. Ун Да-сина, Ю. Шаламова (все Москва), З. Межавилкса (г. Рига), И. Шейнаса (г. Вильнюс), Ю. Евсюкова (г. Волгоград), Д. Егизова (г. Алма-Ата).

Кинограмма О. Григалки

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ
СПОРТИВНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Легкая атлетика

ОРГАН ЦЕНТРАЛЬНОГО СОВЕТА СОЮЗА
СПОРТИВНЫХ ОБЩЕСТВ И ОРГАНИЗАЦИЙ

Год издания двенадцатый

ВСЕСОЮЗНЫЙ СМОТР

Закончился важнейший предпоследний этап Юбилейной Спартакиады народов СССР — спартакиады союзных республик, городов Москвы и Ленинграда. Одновременно с этим они были и первенствами республик по легкой атлетике. Здесь мы публикуем важнейшие данные о спартакиадах и технические результаты. Что же в первую очередь бросается в глаза при ознакомлении с этими материалами!

Прежде всего широкий размах спартакиад, их всенародный характер. В орбиту соревнований по многим видам спорта, и в том числе по легкой атлетике, были вовлечены не только лучшие спортсмены, но и тысячи новичков, которые делают еще первые шаги на беговых дорожках стадионов. Спартакиада приобщила их к спорту, показала путь к силе, здоровью и красоте. Ведь еще до этапа республиканских спартакиад в различные виды соревнований было вовлечено более 40 миллионов человек, подготовлено свыше 8 тысяч мастеров спорта и кандидатов в мастера, значительное число из них по легкой атлетике.

Спартакиады в республиках стали всенародными праздниками спорта. Одной из последних закончилась в Ленинграде спартакиада Российской Федерации. Она придала новый яркий колорит городу-герою, расцветила его флагами, сделала моложе, радостнее. Открытие спартакиады на стадионе имени С. М. Кирова, при переполненных трибунах с торжественной церемонией зажжения огня, который был доставлен с Марсова поля одним из старейших бегунов страны, ровесником Октября Александром Пугачевским, надолго останется в памяти зрителей.

Приметой республиканских спартакиад стала здоровая конкуренция, напряженная спортивная борьба между крупнейшими городами и областями страны. На Украине за первенство сражались Киев и Харьков, Львов и Одесса, в Литве — Вильнюс и Каунас, в Эстонии — Таллин и Тарту, в Российской Федерации — Краснодар и Ростов, Горький и Московская область.

За четыре года, прошедшие после III Спартакиады народов СССР, еще более окреп и возмужал советский спорт. Если сравнить достижения участников республиканских спартакиад 1963 г. и 1967 г., то сравнение будет в пользу Четвертой Юбилейной. На спартакиаде Литвы, например, из 36 видов легкоатлетической программы результаты 1963 г. были превзойдены в 26 видах. В Грузии — в 23 видах. Порадовала своими достижениями молодежь. На спартакиаде Азербайджана 16-летняя Нина Брынцева преодолела высоту 1,73. Четыре золотых медали на спартакиаде Латвии завоевала юная Анна Дундере.

К сожалению, не во всех республиках спартакиады прошли на высоком уровне. Скомканы были финальные легкоатлетические соревнования в Туркестане, Армении. Не везде местные спортивные организации отнеслись с должным вниманием к отбору сильнейших производственных коллективов физкультуры, которые будут выступать в финале Спартакиады по пяти видам спорта, и в том числе по легкой атлетике. Впрочем, эти отдельные недостатки республиканских спартакиад не могут омрачить общую радостную картину, которую представляли собой финальные соревнования в республиках.

Спартакиада прошла по стране. И там, где раздавались ее шаги, выросли десятки новых залов, стадионов, манежей, появились тысячи новых спортивных школ, кружков, секций. Теперь от нашего умения и инициативы будет зависеть, чтобы Спартакиада не закончилась на Центральном стадионе в Москве, чтобы она продолжала идти по стране, дав толчок новому расцвету советского спорта.

№ 8 (148) август 1967

СОЮЗНЫХ РЕСПУБЛИК

РСФСР



* На старт финальных соревнований Спартакиады народов РСФСР, вышло более 1000 сильнейших спортсменов областей, краев и автономных республик 170-миллионной Российской Федерации. Соревнования проходили в Ленинграде, на стадионе им. В. И. Ленина. Положение о Спартакиаде определило, что к участию в финальных состязаниях допускаются те спортсмены, которые заняли 5 первых мест на зональных соревнованиях. Всего в соревнованиях выступали представители 67 организаций.

* На Спартакиаде был показан целый ряд высоких результатов. У женщин результата мастера международного класса добилась В. Тихомирова (Орловская область), выступавшая в пятиборье, кроме того, было показано 20 результатов мастера спорта и 48 результатов кандидата в мастера. У мужчин нормативы мастера спорта международного класса выполнили Г. Солодов (Омская обл.) в ходьбе на 20 км, В. Байков (Рязанская обл.), В. Горелов (Ивановская обл.), В. Шестаев (Челябинская обл.) в марафонском беге. 79 человек показали результат мастера спорта, 177 — кандидата в мастера.

* Наибольшее число высоких результатов показано в марафонском беге: 3 результата мастера спорта международного класса, 11 мастера спорта, 65 — кандидата в мастера. 16 спортсменов выполнили норматив мастера в десятиборье, причем 8 из них набрали более 7 тысяч очков. 7 человек выполнили норму мастера в беге на 5000 м и 14 кандидата. У женщин больше всего мастерских результатов — 5 — показано в беге на 800 м.

* Героиней Спартакиады стала спортсменка из Московской области Татьяна Арнаутова. Она трижды была чемпионкой: в беге на 400 м и в эстафетах 4×100 и 4×200 м. Двукратными победительницами стали спортсменки из Подмосковья Людмила Есина и Таисия Ко-

валевская, а также Людмила Григорьева (Калинин) и Елена Бабкина (Свердловск). У мужчин дважды чемпионами стали спортсмен из Краснодарского края Дмитрий Шопшин и кемеровец Анатолий Верлан.

* В командном зачете места распре-

лились так: Московская обл. — 1048,5; Свердловская обл. — 828, Ростовская обл. 782,5, Краснодарский край 748, Челябинская обл. — 610, Пермская обл. — 600. В ходе соревнований 19 спортсменов впервые выполнили норматив мастера спорта СССР.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV ЛЕТНЕЙ СПАРТАКИАДЫ НАРОДОВ РСФСР 1967 ГОДА

Ленинград, стадион им. Ленина

30 июня

Женщины. 100 м. Л. Григорьева (К.Т) 11,8; Н. Романова (Я.Б) 11,9; М. Теткина (В.Д) 12,0. **200 м.** Л. Григорьева (К.Т) 25,5; Н. Романова (Я. Б) 24,9; М. Теткина (В.Д) 24,9. **400 м.** Т. Арнаутова (М.З) 55,8; Л. Есина (М.С) 55,5; А. Зимина (М.З) 55,8. **800 м.** А. Зимина 2,07,8; Р. Дястинова (Г.Д) 2,09,0; Л. Брагина (Кр. Д) 2,09,5. **1500 м.** Р. Дястинова 4,27,7; Л. Брагина (Кр. Д) 4,28,3; Г. Соболева (Кои АССР, Т) 4,29,0. **80 м с/б.** Е. Бабкина (Св.Б) 11,1; М. Сизьякова (И.С) 11,2; А. Коняхина (Ст. Д) 11,1. **100 м с/б.** К. Кузьмина (У.С) 14,7; Н. Пономарева (М.З) 14,1; Т. Степанова (Куйб.Б) 14,4. **200 м с/б.** Е. Бабкина (Сверд.Б) 27,9; Л. Захаркина (У.Д) 28,7; Л. Устинова (Х.Д) 29,3. **Эстафета 4×100.** Московская обл. 47,3; Краснодарский кр. 47,4; Иркутская обл. 48,1. **4×200.** Московская обл. 1,39,4; Калининградская обл. 1,42,0; Свердловская обл. 1,41,2. **Высота.** К. Пушкарева (М.СА) 175; А. Головачева (Ч.Б) 166; Г. Евсюкова (Кр.С) 163. **Длина.** А. Седова (Кр.Б) 6,02; К. Кузьмина (У.С) 5,99; Н. Кройтер (Ч.Т) 5,90. **Диск.** Н. Сивоплясова (М.С) 52,10; Л. Мацур (М.Д) 51,98; А. Данилова (В.Д) 49,78. **Копье.** В. Савенкова (М.С) 52,22; Л. Чуркина (Г.Т) 51,12; С. Королева 47,58. **Ядро.** Л. Жданова (Ор.С) 15,66; Г. Седельникова (Г.Д) 14,78; В. Табунчикова (Св. СКА) 14,66. **Пятиборье.** В. Тихомирова (О.С) 4789; М. Сизьякова (Ив.С) 4687; Г. Софьяна (М.С) 4540.

Мужчины. 100 м. В. Андреев (Т.С) 10,7; И. Хлопов (Р.Д) 10,8; А. Грудинин (Прим. кр.Д) 10,8. **200 м.** Ю. Степанов (Волг. Б) 21,8; В. Марков (См.Б) 21,8; И. Хлопов 21,7. **400 м.** Д. Шопшин (Кр.С) 48,2; Е. Борисенко (Кр.Д) 48,0; А. Нестеренко (Пр.С) 48,1. **800 м.** А. Верлан (Кем.Т) 1,49,3; В. Русин (Ст.Д) 1,50,6; Г. Абабков (Кур.Т) 1,50,7. **1500 м.** А. Верлан (Кем.Т) 3,43,9; Н. Харечкин (Ст.Д) 3,44,0; Г. Абабков 3,44,5. **5000 м.** И. Шопша (Кр.Д) 13,50,4; Н. Пуклаков (Св.Д) 13,50,6; Н. Свиридов (В.С) 13,52,6. **10 000 м.** Н. Свиридов 29,11,8; П. Андреев (Г.СВГ) 29,23,8; В. Кузин (У.Т) 29,25,4. **Марафон.** В. Байков (Р.СА) 2:19,56,4; В. Горелов (И.Т) 2:21,19,2; В. Шестаев (Ч.Т) 2:21,45,6. **110 м с/б.** В. Осечкин (Кр.Т) 14,4; А. Морозов (Р.С) 14,7; А. Оскаров (Пр.Т) 14,6. **200 м с/б.** В. Деревянко (Ст.Д) 23,7; М. Худолей (Р.СА) 23,9; А. Оскаров 24,2. **400 м с/б.** В. Ометов (Г.Б) 52,8; В. Соковнин (Р.Д) 52,7; Г. Луговой (В.Б) 53,0. **3000 м с/п.** Н. Гнедой (Ст.Д) 8,41,8; В. Кузин (У.Т) 8,43,4; Н. Зобов (Св.СА) 8,43,8. **Эстафета 4×100 м.** Ставропольский край 41,4; Ростовская обл. 41,5; Свердловская обл. 41,47. **4×400 м.** Краснодарский кр. 3,15,2; Волгоградская обл. 3,15,5; Иркутская обл. 3,15,7. **Ходьба.** Г. Солодов (О.С) 1:30,21,2; В. Крылов (Удм. АССР, Д) 1:31,01,2; В. Фатеев (Кр.Т) 1:32,13,4. **Высота.** В. Суворов (Кр.СА) 203; С. Скуратов (В.Б) 203; А. Стрижак (М.У) 200. **Длина.** В. Савельев (Волг.СА) 7,74; А. Пономаренко (Р.СА) 7,74; В. Катамидзе (М.З) 7,68. **Тройной.** В. Кравченко (Р.Д) 16,09; Г. Бессонов (М.СА) 15,47; В. Кузнецов (Волг. Д) 15,41. **Шест.** Ю. Кейдан (Р.СА) 47,0; Ю. Ханафан (С.Б) 47,0; В. Назаров (П.Б) 44,0. **Ядро.** В. Симонов (Кир.Д) 17,07; Н. Николаев (Г.Т) 16,49; Е. Казеев (Ст.С) 16,31. **Диск.** В. Фомичев (М.С) 54,04; В. Титов (КАССР,С) 53,68; В. Антропов (Перм.Д) 52,16. **Копье.** А. Валуев (И.С) 77,14; Н. Шагалов (Г.С) 71,58; Ю. Самородов (Алт.Б) 71,58. **Молот.** В. Трибунский (М.Д) 67,22; Ю. Ашмарин (Волг.Д) 64,24; О. Пархоменко (Р.С) 63,28. **Ходьба 50 км.** В. Крылов (Удм.АССР,Д) 4:22,18; Г. Лобов (Омск.С) 4:32,13; В. Деманов (Ряз.С) 4:36,31. **Десятиборье.** В. Михальченко (Кр.Д) 7521; С. Щелков (М.С) 7506; В. Митянин (Чеч-Инг.Т) 7420.

Условные обозначения: В — Воронеж, Г — Горький, И — Иваново, К — Калинин, Кр — Краснодар, М — Московская область, О — Орел, Р — Рязань, Х — Хабаровск, Ч — Челябинск, Я — Ярославль.

ВАЛЕНТИНА ЛУКЬЯНОВА

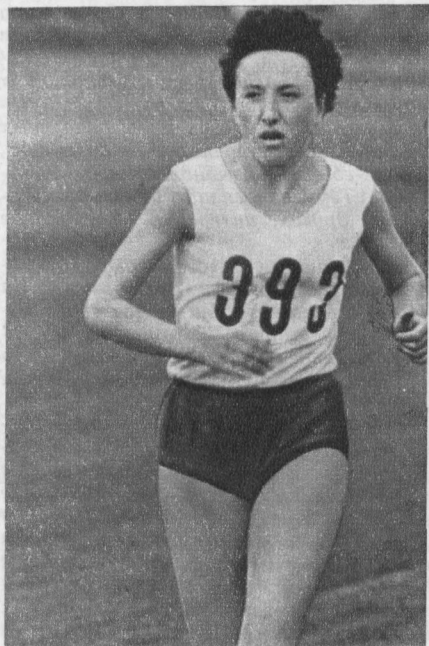
В 1964 году фамилию молодой легкоатлетки из г. Ногинска Валентины Лукьяновой знали, пожалуй, только ее подруги по беговой дорожке да тренер Яков Ельянов. А еще через год Лукьянова возглавила список лучших юных бегуний страны на 800 метров и была включена в молодежную сборную команду СССР.

И все же в таком стремительном взлете нет ничего удивительного. Тренер Ельянов постепенно, в течение ряда лет вел юную спортсменку к этому успеху. Планомерно, без форсирования, увеличивалась беговая нагрузка, росла скорость (лучший результат Валентины в беге на 400 м — 55,8), росли и ее достижения. 2,10,5 — для 19-летней девушки это было совсем неплохо!

Летом 1966 года Валентина одержала победу на всесоюзных состязаниях юниоров. Отныне ей предстояло соревноваться с опытными взрослыми бегунями. Время показало, что она была вполне готова к этому. Сезон Лукьянова закончила с результатом 2,07,5, улучшив свое прошлогоднее достижение на целых три секунды.

Успешно выступает Валентина Лукьянова и в нынешнем году. В составе сборной страны она стартовала на Европейских играх в Праге. Задорно, по-боевому провела спортсменка финальный забег на 800 м и завоевала бронзовую медаль, уступив лишь сильному спортсменкам из ФРГ и Франции. Сказался недостаток опыта. Но ведь опыт — дело наживное!

Рожденные спартакиадой



Три золотые медали завоевала на Спартакиаде РСФСР спортсменка из Московской области Татьяна Арнаутова (слева).

МОСКВА



Станислав Симбирцев легко выиграл финальные забеги на 800 и 1500 метров на Спартакиаде Москвы.

Фото В. Бровка

* Спартакиада Москвы началась для легкоатлетов еще весной соревнованиями в коллективах физкультуры, учебных заведениях и спортивных обществах. Наиболее организованно, с привлечением большого числа участников прошли состязания в студенческом обществе «Буревестник». Здесь спортсмены выступали сперва по своим группам вузов, а затем 20 лучших легкоатлетов в каждом виде участвовали в первенстве Московского городского совета общества.

К сожалению, во многих коллективах и обществах Спартакиада прошла на низком уровне. Это во многом объясняется тем, что сильнейшие легкоатлеты не выступали в соревнованиях своих коллективов физкультуры. Кстати, в связи с отсутствием на финальных соревнованиях лучших спортсменов, членов сборной команды страны Талышевой, Тер-Ованесяна, Гущина и некоторых других, интерес к Спартакиаде был снижен.

* В командном зачете первенство завоевали легкоатлеты «Динамо». На 2 тысячи очков отстали от них спортсмены «Буревестника», которые не выставили нужного числа пятиборков. На третьем месте оказалась команда «Спартак».

* Как известно, в последние годы московские легкоатлеты в значительной степени утратили свое ведущее положение в стране. Изменилось ли это положение сейчас, накануне Спартакиады народов СССР? Итоги Московской спартакиады не позволяют ответить на этот вопрос утвердительно. Самое главное — не произошло сколько-нибудь заметных сдвигов на дистанциях бега. Невысоки

были достижения и спринтеров (100 м Г. Марасанова 12,0 и А. Лебедев 10,5), и средневики (800 м А. Продан 2,07,3 и 1500 м С. Симбирцев 3,47,0), и стайеров (5000 м Б. Бантле 14,10,0 и 10 000 м В. Игumenшев 30,09,4). Нет смены мастерам-ветеранам во многих видах легкой атлетики. Не оказалось конкурентов тридцатилетнему К. Буханцову в метании диска, победившему со скромным результатом 53,28.

* В то же время радуют достижения небольшой группы молодых спортсменов. Пробежала 400 м за 55,3 Тамара Белицкая. Вторым на 1500 м был Ю. Перелетов, единственный из участников Спартакиады выполнивший впервые норматив мастера спорта в беге. Отлично выступила в пятиборье ставшая чемпионкой семнадцатилетняя З. Байкалова. На два сантиметра улучшил рекорд Москвы в прыжках с шестом двадцатилетний В. Демкин.

* Значительная группа молодых десятиборцев Москвы выполнила в этом году нормативы мастера спорта. Это А. Дягилев, А. Михалев, В. Ковальчук, В. Толстокозов, В. Трегубенко, Я. Лембер.

Возраст этих спортсменов не превышает 20—22 лет. Победителем Спартакиады в десятиборье, в отсутствие А. Фанталиса, стал также молодой спортсмен из «Трудовых резервов» Н. Казаров, улучшивший в ходе десятиборья свои личные рекорды в пяти видах. К сожалению, эти молодые спортсмены еще далеки от достижений своего земляка В. Кузнецова. Перед ними стоит задача в течение этого года улучшить свою сумму очков в десятиборье на 500—800 очков.



ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СПАРТАКИАДЫ г. МОСКВЫ

26—30 июня

Стадион «Динамо»

Женщины. 100 м. Г. Марасанова (С) 12,0; Н. Скельсара (ЦСКА) 12,1; Т. Фомичева (З) 12,2. 200 м. Г. Марасанова 25,3; Н. Скельсара 25,3; З. Паджева (З) 25,4. 400 м. Т. Белицкая (Б) 55,3; К. Продан (С) 56,1; Т. Рунова (Д) 56,5. 800 м. К. Продан 2,07,3; Т. Белицкая 2,08,5; Т. Дмитриева (ЦСКА) 2,09,2. 80 м с/б. Л. Черенева (Б) 11,2; И. Пресс (Д) 11,3; Т. Зайцева (С) 11,4. 100 м с/б. Л. Черенева 14,2; Т. Зайцева 14,5; Е. Мухина (Б) 14,6. Эстафета 4×100 м. ЦСКА 47,4; «Буревестник» 47,8; «Динамо» 48,0. Высота. Н. Артемчук (С) 1,65; Т. Батуева (Б) 1,60; Н. Власова (Б) 1,60. Длина. А. Костюк (Б) 5,91; Н. Дрюпина (С) 5,86; Т. Кисиль (Б) 5,82. Диск. Л. Муравьева (ЦСКА) 52,10; И. Солонцова (Д) 50,10; А. Иванова (С) 48,82. Копье. С. Крылова (С) 49,22; Т. Косолапова (Тр) 43,44; Т. Карпова (Л) 41,44. Ядро. И. Солонцова (Д) 15,90; Л. Кулагина (Т) 15,62; Г. Некрасова (С) 15,31. Пятиборье. З. Байкалова (Б) 4345; Т. Кисиль (Б) 4286; Т. Буянова (Л) 4262.

Мужчины. 100 м. А. Лебедев (ЦСКА) 10,5; В. Зубов (Б) 10,5; А. Алтухов (Б) 10,6. 200 м. В. Зубов 21,3; С. Абаляхин (Д) 21,6; А. Тарасан (Б) 21,7. 400 м. В. Бычков (ЦСКА) 47,6; З. Энтин (Д) 48,5; А. Безруков (Б) 48,6. 800 м. С. Симбирцев (Б) 1,50,0; В. Шлапаков (Д) 1,50,8; В. Колесников (Д) 1,51,2. 1500 м. С. Симбирцев 3,47,0; Ю. Перелетов (ЦСКА) 3,48,0; В. Помощников (Т) 3,49,0. 5000 м. Б. Бантле (Д) 14,10,0; Р. Садов (ЦСКА) 14,10,4; Ю. Алексашин (Б) 14,10,8. 10 000 м. В. Игumenшев (С) 30,09,4; Ю. Рыбаченко (ЦСКА) 30,11,4; А. Зацепин (ЦСКА) 30,19,8. Марафон. К. Гилимович (Л) 2:33,42,0; А. Бойцов (Т) 2:35,22,0; С. Борогов (З) 2:37,34,0. 110 м с/б. О. Степаненко (Д) 14,3; Н. Масюк (Б) 15,0; В. Николенко (Б) 15,0. 200 м с/б. А. Алтухов 23,7; О. Степаненко 24,0; А. Казаков (ЦСКА) 24,1. 400 м с/б. А. Казаков 52,0; Н. Чижов (З) 53,0; О. Голубов (Б) 53,1. 3000 м с/п. Ю. Рыбаченко 8,52,0; В. Бантле (Д) 8,53,8; В. Игumenшев (С) 8,54,0. Эстафета 4×100 м. «Динамо» 40,9; «Буревестник» 40,9; ЦСКА 41,6. Ходьба 20 км. Е. Лютин (Д) 1:31,43,8; В. Важенков (Т) 1:32,02,0; В. Свешников 1:34,32,2. Ходьба 50 км. Е. Лютин 4:32,48,0; В. Комаров (С) 4:40,30,0; В. Важенков 4:43,45,0. Высота. Ю. Вондарев (С) 2,09; Ю. Красюк (Д) 2,00; А. Белоголов (С) 2,00. Длина. В. Сацевич (ЦСКА) 7,41; А. Неплюхин (Д) 7,28; Г. Шаститко (С) 7,20. Шест. В. Демкин (Д) 4,77; А. Жулин (Б) 4,50; В. Курбатов (С) 4,20. Тройной. С. Нагорный (Д) 16,14; Н. Дудкин (Б) 15,89; Г. Шаститко 15,76. Диск. К. Буханцов (ЦСКА) 53,28; П. Ситников (Д) 52,42; И. Анфиногенов (Т) 50,42. Копье. В. Горовой (Д) 73,88; Н. Митрохин (Д) 69,96; В. Хренов (Б) 67,48. Молот. В. Руденков (Д) 64,34; Ю. Вакаринов (Д) 63,78; М. Русеновский (Б) 61,98. Ядро. Е. Теворовский (З) 16,84; П. Ситников 16,71; О. Иванов (З) 16,21. Десятиборье. Н. Казаров (Тр) 7071; В. Трегубенко (ЦСКА) 7014; А. Дягилев (Д) 6925.

ТАМАРА КАПЫШЕВА

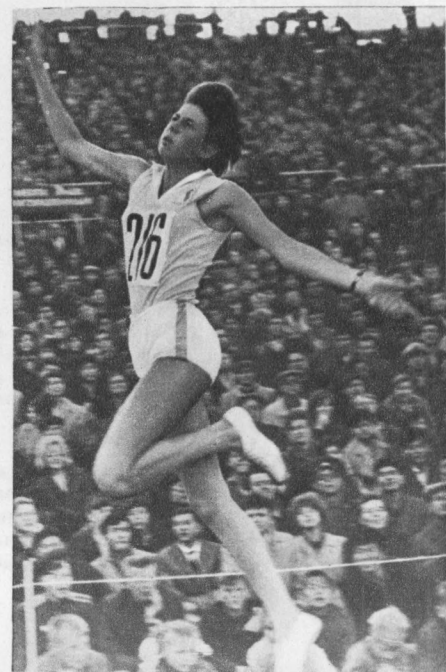
Специалисты легкой атлетики не случайно отметили юную прыгунью из Ленинграда еще в 1964 году, когда она занимала в списках молодых легкоатлетов пятое место по прыжкам в длину с результатом 5,88. Шестнадцатилетняя легконогая спортсменка казалась созданной для прыжков. Повезло Тамаре и с тренером — Николай Большаков, работавший в ленинградском «Труде», воспитал целую плеяду отличных прыгунь.

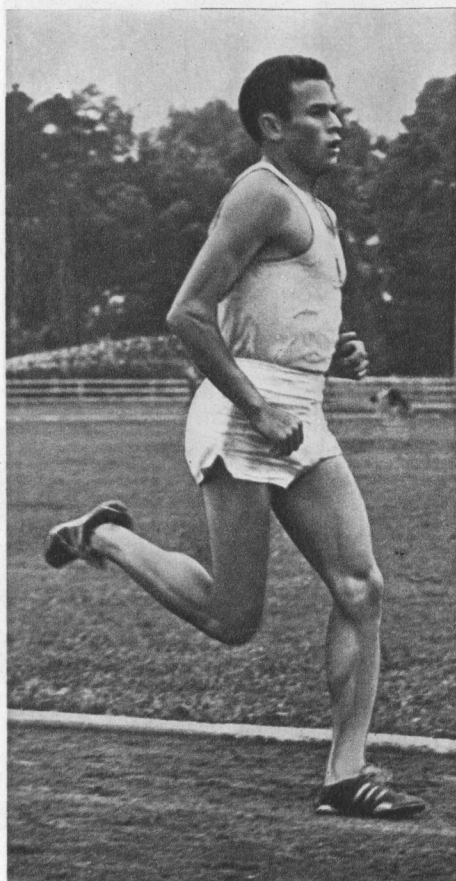
Прошел всего один год, и Капышева стала мастером спорта. На первенстве СССР 1965 года в Алма-Ате она была четвертой и занимала пятое место, но уже в списках взрослых спортсменов с результатом 6,14.

Удачным был для Тамары и 1966 год. На первых Европейских играх юниоров в Одессе она в напряженной борьбе опередила на 1 (!) см болгарскую прыгунью И. Кошничарску и завоевала золотую медаль.

В этом году Тамара Капышева неплохо выступала в зимних и весенних состязаниях и была включена в состав сборной команды СССР, выезжающей на матчи со спортсменами Германской Демократической Республики и Польши.

Рожденные спартакиадой





РАШИД ШАРАФУТДИНОВ

Так уж сложилась жизнь Рашида Шарифутдинова, что впервые он вышел на старт легкоатлетических соревнований в 20-летнем возрасте. Это было в мае 1964 г. во время одного из состязаний воинов-пограничников по кроссу на 3000 м. Рашид неожиданно для себя и для своих товарищей занял первое место, показав результат 10.10,0. После этого начались тренировки под руководством мастера спорта лейтенанта А. Николаева. Но уже в следующем году на способного бегуна обратил внимание динамовский тренер Б. М. Фадеев.

С 1966 г. молодой стайер начал тренироваться под руководством одного из лучших наших тренеров И. С. Пожидаева. На Мемориале братьев Знаменских в Одессе Шарифутдинов впервые «вышел» из 14 мин. — 13.51,6, но занял лишь шестое место. Еще успешнее выступил он на чемпионате страны в Днепропетровске. 5000 м он пробежал за 14.02,4, уступив победителю — В. Кудинскому — лишь 0,2 сек. Тем не менее руководители сборной команды не решились доверить Шарифутдинову честь выступления на чемпионате Европы.

Однако Рашид не унывал. Он по-прежнему много и самозабвенно тренировался, выполняя большие нагрузки. На зимнем чемпионате страны он занял первое место в беге на 3000 м с результатом 8.02,6. Это дало право на поездку в Прагу на Вторые европейские игры в закрытом помещении. Лишь нехватка опыта и тактического мастерства помешала Шарифутдинову опередить В. Гирке (ФРГ). Но и серебряная медаль, завоеванная с результатом 7.59,0 (высшее всеобщее достижение), — большой успех ленинградца.

Летний сезон Рашид начал отлично. Во время весеннего матча в Ленинграде он легко опередил соперников и показал очень высокий результат — 13.45,4.

* На легкоатлетических соревнованиях спартакиады Ленинграда выступали не только сборные команды обществ и ведомств, но и команды коллективов физкультуры, сборные районов города. Если команда ДСО «Буревестник» стала победительницей с суммой очков 1123,5, то команда ДСО «Водник», оставшаяся на последнем, девятом месте, набрала всего 54,5 очка. 11 сильнейших спортивных клубов Ленинграда оспаривали первенство по группе коллективов физкультуры. С большим преимуществом победил спортивный клуб «Зенит», за который выступали многие воспитанники известной в стране спортивной школы «Зенит». На Спартакиаде разыгрывалось также первенство между четырнадцатью районами Ленинграда и городами Петродворец, Колпино, Пушкин, Сестрорецк и Кронштадт. Здесь сильнейшей оказалась команда Выборгского района.

* Соревнования ознаменовались рядом хороших результатов. Впервые норматив мастера спорта выполнил в беге на 110 м с барьерами В. Шустин. Кстати, в финальном забеге на эту дистанцию четверо участников показали результаты, превышающие норматив мастера спорта. Вторым новым мастером стала Л. Чурилова, толкнувшая ядро на 15,10. С интересом следили зрители за выступлением вернувшегося на беговую дорожку после вынужденного перерыва О. Райко. В беге на 800 м он уступил победу третьему призеру прошлогоднего первенства страны С. Крючку. Зато на 1500 м он был первым с неплохим результатом 3.45,9.

* Впервые ленинградские зрители наблюдали за борьбой женщин на новой для них дистанции 1500 м. Здесь пер-

венствовала опытная Т. Бабинцева с результатом 4.26,6. Хорошо рекомендовала себя молодёжь на марафонской дистанции. Опытный бегун Ю. Попов был на финише только третьим, а победу одержал молодой стайер, студент сельскохозяйственного института И. Маурин. Рекорд города в тройном прыжке улучшил представитель «Трудовых резервов» А. Кайнов. Его результат 16,29.

* В ходе легкоатлетических соревнований нормативы мастера спорта выполнили 8 женщин и 32 мужчины, кандидатов в мастера — соответственно 26 и 83. Только один спортсмен выполнил норматив мастера спорта международного класса. Это победитель соревнований по ходьбе на 20 км С. Бондаренко. Больше всего превышено нормативов мастера спорта и кандидата в мастера в марафонском беге — 4 и 16, затем в беге на 10 000 м — 2 и 8, в беге на 800 м — 2 и 7, в ходьбе на 20 км — 5 и 1 и в беге на 110 м с/б — 4 и 3. Ни один человек не выполнил мастерские нормативы в беге на 400 м, 3000 м с/п и в эстафете 4×100 м. Женщины наиболее удачно выступили в беге на 100 м — 5 результатов, превышающих норматив мастера спорта, и 1 — кандидата в мастера; в толкании ядра — 2 и 2. Ни одна спортсменка не выполнила норматива мастера спорта в беге на 400 и 800 м, в прыжках в высоту и длину и в пятиборье.

* Среди чемпионов Спартакиады, к сожалению, было мало молодых спортсменов. У женщин моложе 20 лет были лишь победительница по прыжкам в длину Н. Костыгина и чемпионка по бегу на 100 м Н. Филиппова. У мужчин только трое были моложе 21 года.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СПАРТАКИАДЫ ЛЕНИНГРАДА

10—14 июня.

Стадион им. В. И. Ленина

Женщины. 100 м. Н. Филиппова 11,9 (Б) (в забеге 11,8); Г. Тупицына (Б) 11,9; Т. Борчинова (Тр) 12,0. 200 м. Г. Тупицына 24,5 (в забеге 24,3); Т. Борчинова 24,8; Г. Виноградова (СКА) 25,0. 400 м. М. Тимченко (Т) 56,6; Л. Домнина (Б) 57,0; М. Иванова (Д) 57,8. 800 м. Т. Бабинцева (СКА) 2.09,4; М. Иванова 2.09,8; Л. Аксенова (Б) 2.11,3. 1500 м. Т. Бабинцева 4.26,6; Л. Аксенова 4.29,0; Н. Степанова (Б) 4.30,4. 80 м с/б. Н. Жарикова (Д) 10,8; Т. Погорелова (Т) 11,0; М. Смирнова (Л) 11,3. 100 м с/б. Т. Погорелова 13,7; Н. Жарикова 13,9; М. Смирнова 14,0. 200 м с/б. Г. Николаева (З) 27,8; Н. Жарикова 28,8; М. Смирнова 29,0. 4×100 м. «Буревестник» 48,7; «Спартак» 49,1; «Труд. резервы» 49,5. 4×200 м. «Буревестник» 1.39,6; «Труд» 1.42,8; «Зенит» 1.43,4. **Высота.** Т. Шестакова (З) 1,68 А. Гергит (Л) 1,68; В. Цаун (Д) 1,60. **Длина.** Н. Костыгина (Д) 5,87; Т. Никандрова (Л.р.) 5,85; В. Потемкина (Д) 5,77. **Ядро.** Е. Кораблева (Д) 15,31; Л. Чурилова (Б) 15,10; Т. Яшина (СКА) 14,76. **Диск.** А. Попова (Б) 53,26; М. Тишкинайт (З) 48,10; Т. Кочева (СКА) 46,68. **Копье.** А. Кухарева (З) 53,48; М. Москаленко (Д) 50,49; Т. Шилова (З) 46,80. **Пятиборье.** В. Дернова (Б) 4324; В. Цаун (Д) 4168; Т. Качанова (Б) 4164.

Мужчины. 100 м. Н. Политико (Б) 10,4; Ю. Блинов (Л) 10,5; В. Кунарев (Д) 10,5. 200 м. А. Смирнов (С) 21,7; Н. Политико 21,8; В. Дружинин (СКА) 21,9. 400 м. Ю. Петров (Б) 48,4; Б. Филимонов (Л) 48,7; В. Подлесных (Л) 48,9. 800 м. С. Крючек (Б) 1.49,3; О. Райко (СКА) 1.49,8; М. Голубцов (Т) 1.50,6. 1500 м. О. Райко 3.45,9; М. Голубцов 3.49,2; Ю. Терехов (СКА) 3.50,8. 5000 м. Е. Лебедев (Т) 14.09,8; В. Папанов (З) 14.15,8; В. Цыренов (Б) 14.22,0. 10 000 м. В. Папанов 29.28,2; Е. Лебедев 29.34,4; В. Цыренов 29.50,8. **Марафонский бег.** Ю. Маурин (Б) 2.22,32; В. Строфилов (С) 2.23,10; Ю. Попов (Д) 2.24,38; 110 м с/б. В. Касьянов (Тр) 14,2; В. Юкиш (Б) 14,3; В. Пищулин (Л) 14,3. 200 м с/б. Э. Ковалев (Тр) 23,8; Ю. Зорин (Б) 24,0; В. Касьянов 24,1. 400 м с/б. Э. Ковалев 52,1; В. Базилевич (З) 52,9; Ю. Зорин 53,0. 3000 м с/п. В. Серов (СКА) 9.03,6; М. Шкарлет (Д) 9.07,0; П. Исенбаев (Б) 9.09,0. 4×100 м. «Зенит» 41,8; «Буревестник» 41,8; «Локомотив» 42,0. 4×400 м. «Буревестник» 3.15,2; «Локомотив» 3.18,6; «Динамо» 3.21,5. **Ходьба 20 км.** С. Бондаренко (Б) 1:30.51,8; Г. Сысоев (Д) 1:32.05,0; С. Григорьев (З) 1:32.46,0. **Ходьба 50 км.** Г. Климов (СКА) 4:08.26,0; С. Григорьев 4:11.09,0; О. Придилов (СКА) 4:13.31,0. **Высота.** Ю. Тармак (Д) 2,09; А. Бакуменко (С) 2,06; А. Лапшин (Б) 2,00. **Длина.** О. Александров (Б) 7,50; Е. Шубин (Б) 7,18; В. Лакутин (Б) 7,07. **Шест.** В. Кошарный (Б) 4,60; Э. Орциев (Б) 4,50; **Ядро.** В. Георгиев (Д) 18,16; В. Войкин (Б) 17,49; В. Пальцев (З) 15,97. **Тройной.** А. Кайнов (Тр) 16,29. **Диск.** В. Трусенев (З) 53,06; В. Светайло (СКА) 51,38; М. Горбачев (СКА) 50,50. **Копье.** И. Сивоплясов (Д) 71,18; В. Терентьев (СКА) 70,04; В. Попков (Б) 67,72. **Молот.** Ю. Никулин (СКА) 64,72; В. Левитанус (Б) 62,98; И. Захаров (З) 61,36. **Десятиборье.** Э. Орциев 7406; А. Цацулин 7010; Ю. Севастьянов 6792 (Б).

Условные обозначения: Б. — «Буревестник», Тр. — «Трудовые резервы», Д. — «Динамо», Т. — «Труд», Л. — «Локомотив», З. — «Зенит», С. — «Спартак», Л.р. — Ленинский р-н.



УКРАИНСКАЯ ССР

* Сборная команда украинских легкоатлетов не без основания считается одним из главных претендентов на победу в финале IV Юбилейной Спартакиады народов СССР. И в первую очередь это подтверждается результатами республиканской спартакиады.

* Несмотря на отсутствие ряда сильнейших спортсменов республики — Ф. Панкратова, Н. Шкарникова, В. Анисимова, Г. Ближенцова, А. Мороза, участники финальных состязаний спартакиады республики показали около 70 результатов мастера спорта, а четыре года назад, на предыдущей спартакиаде, таких результатов было 46.

* Однако результатов высшего класса показано не было. Участники состязаний показали 12 результатов мастера спорта, но только один из них равен норме мастера спорта международного класса. У мужчин мастерских достижений было в четыре раза больше, однако среди них нет ни одного результата мастера спорта международного класса.

* Во всех видах состязаний, за исключением женской эстафеты 4×100 м, где вновь победила команда Днепропетровской области, произошла смена чемпионов предыдущей спартакиады.

* Если сравнить результаты победителей III и IV Спартакиад Украины, то

окажется, что в 23 видах достижения чемпионов 1967 г. выше, чем у их предшественников, в 1 виде — равны и в 13 — хуже, чем в 1963 г.

* По традиции турнирную таблицу вновь возглавила команда легкоатлетов столицы республики. Киевляне набрали 96 875 очков, опередив харьковчан — 75 864 и одесситов — 73 101.

* Среди команд легкоатлетов производственных коллективов физкультуры сильнейшими оказались спортсмены Харьковского тракторного завода — 22 651. В упорной борьбе харьковчане опередили победителя состязаний III Спартакиады народов СССР 1963 г. среди производственных коллективов — команду днепропетровского «Метеора» — 21 718. Причем днепропетровцы едва удержались и на втором месте, так как команда донецкого «Сталева» отстала лишь на 205 очков.

НИНА МАРАКИНА

Если бы года четыре назад Нине сказали, что ее ожидает большое спортивное будущее, она бы ни за что не поверила. Начало ее спортивной карьеры очень трудно было назвать удачным. В 1963 г. она впервые пришла в секцию харьковского спортивного клуба «Металлист». А уже через несколько месяцев кое-кто из тренеров клуба стал высказывать сомнения в целесообразности дальнейших занятий с 16-летней девушкой, уж очень она была медлительной, флегматичной, неуклюжей. И ничего у нее не получалось даже в метаниях, не говоря уж о беге или прыжках.

Но в секции Нина все-таки осталась. Ее взял к себе в группу тренер метателей С. Киперштейн. Опытный тренер

Рожденные спартакиадой



увидел в юной «неудачнице» задатки копьеметательницы, хотя ее рекорд был равен всего 27,51. Но Киперштейн не ошибся ни в определении спортивного амплуа Маракينو, ни в методике ее тренировки. Сезон она закончила перво-разрядницей — 45,06.

Следующий, 1965 г. принес ей звание кандидата в мастера и выдвинул харьковчанку в число лучших юных метательниц СССР. Но наибольшие успехи пришли в 1966 г. Маракина стала победительницей молодежного первенства страны, выполнила норму мастера спорта, на первенстве СССР в Днепропетровске завоевала бронзовую медаль и обновил рекорд Украины, установленный Н. Коняевой еще 11 лет назад.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV Спартакиады Украинской ССР

11, 23—28 июня. Киев, республиканский стадион.

Женщины. 100 м. Л. Ткаченко (Х) 11,7; В. Лазаренко (Дон) 12,1; Л. Левченко (Днпр) 12,1. 200 м. Л. Ткаченко (Х) 24,4; Л. Зленко (Днпр) 24,7; Н. Сулицкая (Днпр) 24,9. 400 м. Г. Марочкина (Луг) 56,4; Г. Николенко (Днпр) 57,4; С. Козлова (Вин) 57,5. 800 м. Т. Дунайская (К) 2,08,0; Г. Марочкина (Луг) 2,09,5; З. Стеценко (К) 2,10,4. 80 м с/б. Г. Зарубина (Од) 11,2; Л. Борзинец (К) 11,3; Н. Орличенко (Днпр) 11,3. 100 м с/б. Г. Зарубина (Од) 13,9; В. Лемешко (Дон) 14,1; Н. Марченко (К) 14,1. 4×100 м. Днепропетровская обл. 47,5; Одесская обл. 47,6; Харьковская обл. 48,3. 4×200 м. Днепропетровская обл. 1,38,7; Харьковская обл. 1,41,2; Одесская обл. 1,41,5. **Высота.** В. Козырь (Черн) 1,71; О. Шурепова (К) 1,68; М. Кромм (Льв) и Л. Алексеев (Од) 1,65. **Длина.** Л. Старостенко (Зп) 5,96; Е. Гаева (Од) 5,89; Т. Кочарь (Дон) 5,88. **Ядро.** А. Ванина (Дон) 15,18; М. Кузнецова (К) 15,04; А. Каратаева (Зп) 14,59. **Диск.** Л. Кузьмина (Х) 48,92; Л. Бондарчук (Луг) 48,22; А. Елькина (Зп) 47,44. **Копье.** Н. Маракина (Х) 52,56; Л. Ясинская (Льв) 52,08; В. Борисевич (Х) 48,92. **Пятиборье.** В. Шапкина (К) 4734; Р. Липнис (К) 4496; В. Бут (Полт) 4383.

Мужчины. 100 м. Е. Скорин (Льв) 10,5; В. Усатый (Днпр) 10,6; Ю. Камаев (Од) 10,6. 200 м. Е. Скорин (Льв) 21,9; В. Погосий (Льв) 21,9; В. Дьяченко (К) 22,0. 400 м. Г. Свербетов (Од) 47,9; М. Семенцов (Од) 48,3; В. Зимарев (Льв) 49,2. 800 м. А. Липшев (К) 1,51,0; Н. Мальцев (Зп) 1,51,1; И. Белицкий (Од) 1,51,2. 1500 м. В. Пантелей (Х) 3,45,7; Е. Абонин (К) 3,47,7; А. Хармац (Х) 3,48,0. 5000 м. С. Вайдюк (К) 14,02,4; Б. Ефимов (Луг) 14,04,8;

Ю. Волков (Днпр) 14,09,8. 10 000 м. С. Вайдюк (К) 29,12,6; Н. Телупун (К) 29,16,4; Б. Ефимов (Луг) 29,21,8. **Марафон.** А. Скрыпник (Дон) 2:26,22,0; В. Шалимин (Вин) 2:27,11,0; В. Мамонтов (Днпр) 2:32,00,0. 110 м с/б. А. Силин (К) 14,2 (в забеге 14,1); Б. Силаев (Льв) 14,3; Е. Мазепа (Од) 14,4. 200 м с/б. А. Бондаренко (Х) 23,6; В. Булатов (К) 23,6; В. Лихачев (Дон) 23,7. 400 м с/б. М. Семенцов (Од) 51,4; В. Булатов (К) 51,5; Ю. Синеков (Х) 52,3. 3000 м с/п. В. Кудинский (К) 8,44,2; И. Беляев (Днпр) 8,45,4; Ф. Смуров (К) 8,48,4. 4×100 м. Одесская обл. 41,2; Запорожская обл. 41,4; Донецкая обл. 41,5. 4×400 м. Одесская обл. 3,14,8; Киев 3,16,1; Львовская обл. 3,16,2. **Ходьба 20 км.** В. Царев (Днпр) 1:31,12,0; В. Помнющий (Дон) 1:32,04,0; Б. Яковлев (К) 1:32,46,0. 50 км. Ю. Андрищенко (К) 4:26,45,0; А. Пенек (Зп) 4:28,58,4; Ц. Ременюк (Жит) 4:29,38,0. **Высота.** В. Волков (К) 2,06; В. Смирнов (Х) 2,03; В. Кручинин (К) 2,00. **Длина.** П. Барышков (К) 7,55; В. Авилов (Днпр) 7,55; А. Хамаза (К) 7,53. **Шест.** Ю. Волков (Дон) 4,70; В. Шульга (К) 4,70; Ю. Цасюк (К) 4,40. **Тройной.** Г. Волк (К) 16,07; А. Зотов (Днпр) 15,89; А. Алябьев (К) 15,84. **Ядро.** С. Трилис (К) 17,34; В. Шабленко (К) 17,07; В. Бахтин (К) 17,02. **Диск.** В. Бахтин (К) 54,40; В. Ковтун (Х) 53,80; Я. Тягнибон (Льв) 50,04. **Копье.** С. Шурхал (Од) 73,40; И. Таран (К) 73,34; Е. Графов (К) 71,60. **Молот.** В. Компанец (К) 62,90; И. Мойся (Луг) 62,62; А. Максимов (К) 62,58. **Десятиборье.** А. Чадаев (Од) 7247; А. Зотов (К) 7246; Н. Бугайцов (К) 7142.

Условные обозначения: Вин — Винницкая обл., Днпр — Днепропетровская обл., Дон — Донецкая обл., Жит — Житомирская обл., Зп — Запорожская обл., К — Киевская обл., Луг — Луганская обл., Льв — Львовская обл., Од — Одесская обл., Полт — Полтавская обл., Черн — Черновицкая обл., Х — Харьковская обл.



БЕЛОРУССКАЯ ССР

* В финальных стартах IV Юбилейной Спартакиады Белорусской ССР приняло участие около 900 легкоатлетов Брестской, Гомельской, Гродненской, Витебской, Минской, Могилевской областей и столицы республики.

* Первыми в командном зачете были

спортсмены Минска, на втором месте легкоатлеты Витебской области, на третьем — Минской области. Среди спортивных обществ победу одержали спортсмены «Буревестника», опередившие команды «Динамо» и Вооруженных Сил. Первенство среди производственных коллективов осталось за легкоатлетами Минского тракторного завода.

* Впервые норматив мастера спорта СССР выполнил в тройном прыжке минский легкоатлет Игорь Тарасюк. В квалификационных состязаниях он прыгнул на 15,82, а в финале показал лучший результат — 16,25 и стал победи-

телем Спартакиады. Тренируется Тарасюк у заслуженного тренера республики Н. Финкиштейна.

* Победителем состязаний по метанию молота стал олимпийский чемпион Ромуальд Клим. Он показал лучший результат сезона в Европе — 70,90. В одной из попыток снаряд пролетел даже 71,58, что лучше рекорда СССР, но Клим не удержался в криге после броска.

* Большого успеха на Спартакиаде добилась юная бегунья из Бреста Валентина Маковецкая. Семнадцатилетняя ученица Игоря Дмитроченко победила в беге на 100 м и 200 м.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV Спартакиады
Белорусской ССР

2—5 июля. г. Минск. Стадион «Динамо».

Женщины. 100 м. В. Маковецкая (Б) 12,0 (в забеге 11,8). 200 м. В. Маковецкая 24,9. 400 м. В. Зарецкая (М) 56,8. 800 м. М. Терехова (М) 2,12,4. 80 м с/б. Н. Подкопаева (М) 11,8. 100 м с/б. Т. Погорелова (Гм) 13,8 (в забеге 13,7). 4×100 м. Сборная Гомельской области 48,5. **Высота.** Е. Котенкова (М) 1,55. **Длина.** З. Давидчик (М) 5,85. **Ядро.** М. Дубограва (М) 14,84. **Диск.** А. Желобкович (М) 50,70. **Копье.** Д. Курьян (М) 49,72. **Пятиборье.** В. Коваль (Гм) 4386.

Мужчины. 100 м. В. Сапег (Гм) 10,5. 200 м. Г. Лява (М) 21,9. 400 м. И. Куклич (М) 48,4. 800 м. И. Судник (М) 1,51,0.

УЗБЕКСКАЯ ССР

* Превышен рекорд Узбекистана был улучшен ташкентским армейцем В. Колмаковым. Несмотря на необычайную жару, он пробежал 400 м с барьерами за 52,8.

* В командном зачете победу на Спартакиаде одержал коллектив «Мехната», набравший 67 111 очков. На втором месте СКА — 61 325, на третьем «Спартак» — 57 681.

* В ходе Спартакиады узбекскими спортсменами были показаны 14 результатов мастера спорта, 34 — кандидата в мастера, 93 — I разряда. Из 453 участников финальных соревнований 139 человек моложе 20 лет.

* На соревнованиях Юбилейной Спартакиады родилась еще одна добрая традиция. На пьедестал почета приглашались тренеры чемпионов республики. Наибольший успех выпал на долю Ю. Пузанова, воспитанники которого барьеристы В. Тяпугин и В. Колмаков получили золотые медали и выполнили мастерский норматив на 200-метровой дистанции. На высшую ступень пьедестала поднялся также Ю. Красильников,

1500 м. И. Судник 3,52,0. 5000 м. В. Шашмулин (М) 14,18,4. 10 000 м. В. Медведев (М) 30,19,2. **Марафон.** А. Помыткин (М) 2:29,12,6. 110 м с/б. В. Валихин (Б) 13,9. 200 м с/б. В. Валихин 23,6. 400 м с/б. И. Куклич 52,3. 3000 м с/п. В. Валовень (М) 9,07,6. 4×100 м. Сборная г. Минска 42,0. 4×400 м. Сборная Минской области 3,17,2. **Ходьба 20 км.** А. Базыленко (М) 1:32,16,0. 50 км. А. Пригодский (М) 4:20,20,6. **Высота.** Р. Крашенинников (М) 2,00. **Длина.** В. Кузьменко (М) 7,21. **Тройной.** И. Тарасюк (М) 16,25. **Шест.** В. Лабунцов (М) 4,20. **Ядро.** Н. Ерш (М) 16,60. **Диск.** К. Гольцев (Гр) 50,26. **Копье.** М. Горюнов (М) 76,20. **Молот.** Р. Клим (М) 70,90. **Десятиборье.** С. Трабмичий (М) 7263.

Условные обозначения: В — Брестская обл. Гм — Гомельская обл. Гр — Гродненская обл. М — Минск. М.о. — Минская обл.

его питомцы В. Колобов и В. Терещенко превысили рекорд в десятиборье и впервые в истории республики выполнили в этом виде нормативы мастера спорта.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

XIV Спартакиады Узбекской ССР
4—5 июня. Ташкент, стадион «Пахтакор»

Женщины. 100 м. Р. Бабиш (Т) 12,2. 200 м. С. Арзуманова (Т) 25,2. 400 м. И. Хованская 57,7. 800 м. З. Вирюкова (Т) 2,12,9. 80 м с/б. Н. Гузе (Т) 11,5. 100 м с/б. Р. Бабиш 14,3. **Высота.** О. Левоненко (Т) 1,70. **Длина.** А. Петрова (С-Д) 5,75. **Ядро.** В. Терещенкова (Т) 14,98. **Диск.** С. Карвасецкая (Т) 46,30. **Копье.** С. Котелина (Ф) 49,69. **Пятиборье.** О. Левоненко 4095.

Мужчины. 100 м. В. Некрасовский (Т) 10,6. 200 м. В. Ситников (Т) 21,9. 400 м. В. Ситников 48,2. 800 м. В. Веспалько (Т) 1,54,2. 1500 м. В. Храмов (Т) 3,52,8. 5000 м. В. Храмов 14,34,0. 10 000 м. В. Абдулин (Т) 31,25,4. 110 м с/б. В. Тяпугин (Т) 14,8. 200 м с/б. В. Колмаков (Т) 23,8. 400 м с/б. В. Колмаков 52,8. 3000 м с/п. И. Бураков (Ч) 9,14,6. **Ходьба 20 км.** В. Кочетков (Ч) 1:35,00,0. **Высота.** Г. Кутянин (Т) 2,03. **Длина.** Е. Мачула (Ч) 7,56. **Тройной.** Г. Майборода (Т) 15,19. **Шест.** Н. Капустин (Т) 4,20. **Ядро.** Н. Скориков (Ч) 16,55. **Диск.** В. Ломакин (Т) 46,38. **Копье.** В. Огромнов (Т) 66,40. **Молот.** Э. Андриш (Т) 60,00. **Десятиборье.** В. Кочетков (Ч) 1:35,00,0.

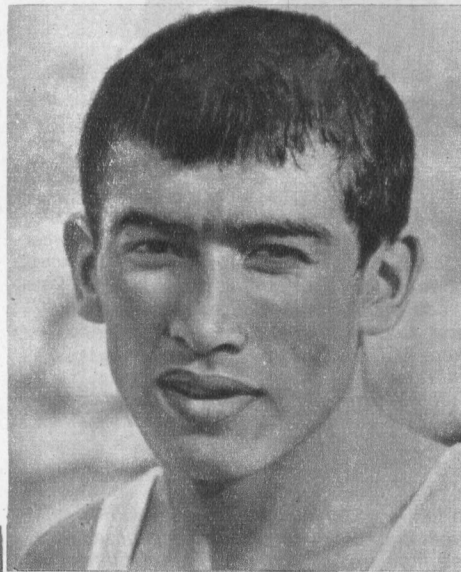
Условные обозначения: Т — Ташкент, С-Д — Сыр-Дарья, Ф — Фергана, Ч — Чирчик.

результаты победителей первой спартакиады и существующие ныне рекорды Казахстана. 39 лет назад в Петропавловске чимкентские прыгуны Симонов и Алексин преодолели планку на высоте 1,71. Сейчас такая высота вписана в таблицу республиканских рекордов среди женщин.

* В состязаниях легкоатлетов было показано 8 мастерских результатов и 42 результата кандидата в мастера спорта. * Редкий случай произошел во время соревнований марафонцев и ходяков на 50 км. В этих видах было зафиксировано по два победителя. Алмаатинец А. Федоров и П. Рудик из Кокчетавы преодолели 50 км ровно за 4 часа 45 мин. А алмаатинцы Д. Мухаметзянов и Л. Гордиенко 42 км 195 м бежали рядом и финишировали плечом к плечу — через 2 часа 31 мин. 17 сек.

* Необычайно расширилась «география» легкой атлетики Казахстана. Достаточно сказать, что в финальных состязаниях были представлены все области республики.

Рожденные спартакиадой



АШУР НОРМУРАДОВ

Спортивный путь этого спортсмена короток, но первые шаги его в большом спорте стремительны. Еще несколько месяцев назад его имя было почти неизвестно даже в республике.

В группу известного в Узбекистане стайера, рекордсмена республики Р. Фазлибарова Ашура Нормурадова привел преподаватель физического воспитания Узбекского республиканского института русского языка и литературы Ниль Хайдаров. Случилось это год назад.

Хайдарову удалось уговорить Ашура попробовать себя в беге на 800 м. Результат получился обнадеживающий. А в конце прошлого года тренеры решили испытать силы 19-летнего спортсмена на более длинных дистанциях. И вот дебют — зимнее первенство СССР 1967 г. по кроссу. К удивлению всех присутствующих, да, вероятно, и к своему собственному, сильнейшим на 3-километровой дистанции среди юниоров оказался Ашур Нормурадов.

В Москву на финал всесоюзного кросса газеты «Правда» студент-лингвист Ашур Нормурадов ехал уже фаворитом. И он не обманул ожиданий. 19-летний спортсмен вновь финишировал первым на 3-километровой дистанции.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

XII Спартакиады Казахской ССР
Алма-Ата, республиканский стадион,
22—27 июня

Женщины. 100 м. Л. Гапонова (А) 11,9. 200 м. Л. Гапонова 24,6. 400 м. Л. Фадеева (У) 55,5. 800 м. Н. Полосухина (А) 2,11,3. 1500 м. Л. Гаврилова (А) 4,33,2. 80 м с/б. Т. Антарян (А) 11,4. 100 м с/б. Т. Антарян 13,8. 200 м с/б. Л. Блохина (Кус) 29,1. **Высота.** М. Корниенко (Кар) 1,60. **Длина.** Л. Силиверстова (Кар) 6,00. **Копье.** В. Дмитрики (А) 47,12. **Пятиборье.** М. Корниенко (Кар) 4431.

Мужчины. 100 м. Н. Верещак (Д) 10,6. 200 м. Н. Верещак 21,8. 400 м. А. Конников (Чим) 48,3. 800 м. В. Шпар (А) 1,51,5. 1500 м. Л. Микитенко (А) 3,51,9. 5000 м. Л. Микитенко (А) 14,19,6. 10 000 м. Л. Микитенко (А) 30,43,6. **Марафон.** Д. Мухаметзянов (А) и Л. Гордиенко (А) 2:31,17,0. 110 м с/б. О. Скибин (А) 15,3. 400 м с/б. М. Хисматуллин (А) 54,3. 3000 м с/п. А. Водранков (А) 8,59,8. **Длина.** В. Султанов (А) 7,19. **Шест.** А. Емельянов (А) 4,60. **Ядро.** В. Волошин (А) 15,95. **Диск.** И. Супруненко (А) 50,72. **Копье.** В. Чайка (А) 65,30. **Молот.** В. Шалдюшов (А) 58,64. **Десятиборье.** П. Хамалайнен (А) 7085. **Ходьба 50 км.** П. Рудик (Кок) и А. Федоров (А) 4:45,00.

Условные обозначения: А — Алма-Ата, Д — Джамбул, Кар — Караганда, Кок — Кокчетав, Кус — Кустанай, У — Усть-Каменогорск, Чим — Чимкент.



КАЗАХСКАЯ ССР

* В командном зачете победу одержал сильный коллектив Алма-Аты. На втором месте Карагандинская область, на третьем — Алма-Атинская область. Среди коллективов физкультуры победила команда спортивного клуба «Темиржошлы».

* Первая спартакиада Казахстана состоялась почти 40 лет назад — летом 1928 года в Петропавловске. В ней приняли участие около 200 человек, выступавших в состязаниях по легкой атлетике, футболу, баскетболу, стрельбе, борьбе и городкам. Ныне в XII республиканской Спартакиаде выступили более пяти тысяч спортсменов. Интересно сравнить



ГРУЗИНСКАЯ ССР

* Как и на всех предыдущих спартакиадах и первенствах республики, сильнейшей оказалась команда Тбилиси. Легкоатлеты столицы республики намного опередили соперников. Последующие места заняли коллективы Абхазской АССР, Кутаиси, Аджарской АССР, Рустави.

* Тбилисцы первенствовали и в состязаниях легкоатлетов производственных коллективов физкультуры. Как и четыре года назад на III республиканской Спартакиаде, победу одержала команда спортивного клуба «Синатле», вновь получившая право представлять республику в финале IV Юбилейной Спартакиады народов СССР. В тройку сильнейших вошли также легкоатлеты металлургического завода из г. Рустави и судостроительного завода из Аджарии.

* В финале республиканской Спартакиады не выступало несколько сильнейших спортсменов Грузии — Л. Иевлева, В. Санеев и Ю. Козельский, включенные в состав сборной команды страны, отправились за рубеж. Ю. Дьячков болел. И тем не менее результаты большинства участников значительно выше, чем на предыдущей спартакиаде.

* Результаты победителей предыдущей спартакиады превзойдены на сей раз в 23 видах, в 2 видах равны и в 10 — хуже.

* Победители состязаний в четырех видах: беге на 100 м, прыжках в высоту, метании диска и копья показали результаты мастера спорта.

* Сейчас в целом ряде видов республика имеет атлетов высокого класса, имеющих возможность не только по-

пасть в число финалистов на состязаниях в Москве, но и подняться на пьедестал почета.

* Однако это лишь первые номера команды, к сожалению, достойных «дублеров» в республике им пока не подготовили. Есть и такие виды, в которых даже первые номера показывают весьма низкие результаты. Это, в первую очередь, бег на 400 и 800 м и метания у женщин, бег на длинные дистанции, 3000 м с/п, прыжки с шестом и метание молота у мужчин.

* Судя по успешному выступлению молодых спортсменов, в республике взят правильный курс на воспитание молодежи, и это, несомненно, принесет успех и в отстающих видах.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ IV Спартакиады Грузинской ССР 11—14 июня. Тбилиси, стадион «Динамо»

Женщины. 100 м. В. Кутателадзе (Тб) 12,1; Г. Кононенко (Тб) 12,2 (в забеге 11,8). **200 м.** В. Кутателадзе (Тб) 25,2. **400 м.** Л. Пабока (Кут) 59,4. **800 м.** Р. Шиковская (Тб) 2,17,3. **80 м с/б.** Т. Рожманова (Тб) 11,3. **100 м с/б.** Т. Рожманова (Тб) 14,3. **4×100 м.** Сборная Тбилиси 47,9. **4×200 м.** Сборная Поти 1,55,7. **Высота.** С. Нагорная (Тб) 1,55. **Длина.** Ц. Чолиашивили (Тб) 5,67. **Ядро.** М. Татаришвили (Тб) 14,48. **Диск.** И. Мхеидзе (Тб) 47,26. **Копье.** Д. Липертелиани (Тб) 42,58. **Пятиборье.** Г. Кононенко (Тб) 42,26.

Мужчины. 100 м. А. Костин (Сух) 10,4. **200 м.** Т. Бахтадзе (Тб) 21,8; А. Андреев (Тб) 21,8. **400 м.** Т. Бахтадзе (Тб) 48,7. **800 м.** Ю. Логунов (Тб) 1,53,8. **1500 м.** Ю. Логунов (Тб) 3,57,3. **5000 м.** Н. Давиденко (Тб) 14,51,4. **10 000 м.** Л. Василенко (Тб) 32,51,6. **Марафон.** В. Вирченко (Тб) 2:39,32,0. **Ходьба 20 км.** А. Щербина (Тб) 1:36,43,4. **110 м с/б.** А. Мошиашивили (Кут) 15,0. **200 м с/б.** Э. Ломтадзе (Тб) 25,0. **400 м с/б.** О. Кобчик (Тб) 54,7. **3000 м с/п.** А. Курзанов (Тб) 9,23,0. **4×100 м.** Сборная Тбилиси 42,6. **4×400 м.** Сборная Тбилиси 3,24,0. **Высота.** Т. Мдивани (Тб) 2,05. **Длина.** Р. Чубинидзе (Тб) 7,17. **Шест.** М. Татевосян (Тб) 4,20. **Тройной.** Л. Дарахвелидзе (Тб) 15,63. **Ядро.** М. Окросидзе (Тб) 16,66. **Диск.** Г. Гудашвили (Тб) 57,42. **Копье.** К. Гордземашивили (Тб) 74,50. **Молот.** О. Одилашвили (Тб) 57,34. **Десятиборье.** Л. Гугешашивили (Тб) 6647.

Условные обозначения: Кут — Кутаиси, Сух — Сухуми, Тб — Тбилиси.

Рожденные спартакиадой



ВИКТОР САНЕЕВ

Виктор Санеев пришел в легкую атлетику с баскетбольной площадки. Впрочем, слово «пришел» здесь не совсем уместно. Много труда пришлось приложить сухумскому тренеру Апопу Самвеловичу Керселяну, чтобы уговорить выскокого, сухожаго и необыкновенно прыгучего спортсмена сменить баскетбольные неды на легкоатлетические туфли.

Специализировался Санеев сразу в двух видах — прыжках в длину и тройным. Успехи не заставили себя долго ждать. В девятнадцать лет Виктор выполнил норматив мастера спорта, прыгнув на 15,78. Это было в 1964 году. Такой быстрый прогресс вполне объясним. Во-первых, Виктор несомненно талантлив. При росте 187 см он не только достаточно быстр — 100 м — 10,8, а 200 м — 21,5, но и силен. Недавно Санеев сумел вырвать штангу весом 100 кг.

Во-вторых, и это, пожалуй, основное, спортсмен очень трудолюбив. Он не жалует сил на тренировках, и зачастую тренеру приходится сдерживать своего неугомонного в работе ученика.

И вот — 1967 год. На матчевой встрече республик Закавказья и Молдавии он улучшил сразу два рекорда Грузии, показав 16,40 и 7,90. Затем пришла победа в матче с командой ГДР, и, наконец, в Париже Виктор Санеев, хотя и проиграв всему товарищу А. Золотареву, сумел показать отличный результат — 16,64!

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV Спартакиады Азербайджанской ССР
9—17 июня. Баку, республиканский стадион им. В. И. Ленина

Женщины. 100 м. В. Никуватова (Б) 12,6. **200 м.** В. Николаева (Б) 26,2. **400 м.** В. Николаева (Б) 1,00,3. **800 м.** Л. Лунева (Б) 2,21,8. **80 м с/б.** Т. Шевякова (Б) 11,4. **100 м с/б.** Т. Шевякова (Б) 14,0. **4×100 м.** «Динамо» (Баку) 50,3. **4×200 м.** Советская Армия 1,49,1. **Высота.** Н. Брынцева (Б) 1,73. **Длина.** С. Алекперова (Б) 5,90. **Ядро.** С. Булатова (Б) 12,37. **Диск.** И. Горбачева (Б) 44,40. **Копье.** Н. Абакина (Б) 44,01. **Пятиборье.** Ф. Касумова (Б) 4213.

Мужчины. 100 м. Э. Айрапетян (Б) 11,0. **200 м.** В. Филиппов (Б) 22,4. **400 м.** В. Филиппов (Б) 50,3. **800 м.** В. Гордиенко (Б) 1,57,0. **1500 м.** В. Гордиенко (Б) 3,53,0. **5000 м.** Р. Локатор (Б) 14,41,8. **10 000 м.** В. Терехов (Б) 31,51,8. **30 000 м.** В. Дергачев (Б) 1:40,10,0. **Марафон.** В. Дергачев (Б) 2:21,53,6. **110 м с/б.** Ф. Вердиян (Б) 14,9. **200 м с/б.** С. Никитин (Б) 25,0. **400 м с/б.** С. Никитин (Б) 56,0. **3000 м с/п.** Р. Локатор (Б) 9,08,8. **4×100 м.** «Динамо» (Баку) 42,5. **4×400 м.** «Спартак» (Баку) 3,25,8. **Ходьба 20 км.** Э. Дадзис (Б) 1:40,56,8. **Высота.** Ф. Вердиян (Б) 2,00. **Длина.** В. Комлев (Б) 7,25. **Шест.** В. Коржев (Б) 4,20. **Тройной.** А. Дементьев (Б) 15,85. **Ядро.** З. Садыхов (Б) 16,00. **Диск.** Ю. Валанов (Б) 52,35. **Копье.** С. Шапиков (Б) 56,80. **Молот.** В. Татаринцев (Б) 62,40. **Десятиборье.** А. Приходько (Б) 6737.

АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ ССР



* За четырехлетие, прошедшее после III Спартакиады республики, легкоатлеты Азербайджана заметно снизили свои результаты. Если в финальной таблице III Спартакиады народов СССР сборная команда легкоатлетов Азербайджана заняла 11-е место, то на первенстве страны 1965 г. она оказалась уже 14-й. Произошло это прежде всего потому, что в республике была плохо поставлена работа с молодежью. И когда ветераны утратили былую форму и уже не смогли выступать на прежнем уровне, достойных преемников им не нашлось.

* Командное первенство разыгрывалось по двум группам. В первой из них, где состязались коллективы спортивных обществ и ведомств, победили легкоатлеты Советской Армии — 35 662 очка, далее спартаковцы — 33 518 и динамовцы — 32 843.

* Во второй группе неоспоримым было преимущество легкоатлетов столицы республики — 48 847, последующие места заняли команды Кировабада — 18 961 и Сумгаита — 14 630.

* Среди команд производственных коллективов физкультуры сильнейшими вновь оказались легкоатлеты спортивного клуба «Араз» из Баку.

* В ходе состязаний было показано 6 результатов мастера спорта, 12 — кандидата в мастера и 50 — I разряда.

* Из 69 призеров предыдущей Спартакиады 1963 г. лишь 17 удалось вновь подняться на пьедестал почета. Однако это не привело к улучшению результатов. При сравнении результатов победителей Спартакиады Азербайджана 1963 и 1967 гг. оказывается, что из 36 видов лишь в 17 победили нынешней Спартакиады превзошли достижения 1963 г., а в 19 видах выступили хуже, чем их предшественники четыре года назад.



ЛИТОВСКАЯ ССР

* Впервые состязания легкоатлетов в финале республиканской Спартакиады состоялись на недавно реконструированном стадионе города Паневежиса.

* Коллективы — участники состязаний были разбиты на три группы. В первой из них выступали команды крупнейших городов республики — Вильнюса и Каунаса. В итоге трехдневной дуэли вильнюсцы набрали 111 567 очков, опередив своих постоянных соперников на 542 очка.

* Во второй группе, где выступали команды остальных городов республики, победили легкоатлеты Клайпеды.

* Каунасцы взяли реванш в состязаниях легкоатлетов коллективов физкультуры. Причем надо отметить, что команда спортивного клуба «Плошас», которую готовил тренер-общественник, инженер И. Шляжас, сумела набрать больше очков, чем коллектив Клайпеды.

* Несмотря на неблагоприятную погоду, сильнейшим спортсменам республики удалось показать ряд высоких результатов. Дважды судьи фиксировали новые рекорды Литовской ССР. Вначале 16-летняя школьница из Вильнюса, призёр кросса «Правды» нынешнего года Ниеле Сабайте в беге на 800 м улучшила достижение восьмилетней давности, а затем каунасцы В. Буткус на 30 сантиметров удлинил рекорд А. Ваушиса.

* О росте мастерства литовских легкоатлетов можно судить сравнив результаты победителей предыдущей, III республиканской Спартакиады 1963 г. с достижениями, показанными в Паневежисе. Из 36 сравниваемых видов в 26 — результаты победителей состязаний 1967 г. выше, нежели у чемпионов 1963 г., в 4 видах — равны и только в 6 видах — ниже.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV Спартакиада Литовской ССР
23—25 июня. Паневежис, Центральный стадион

Женщины. 100 м. З. Визбарите (В) 12.1. **200 м.** З. Визбарите (В) 24.7. **400 м.** Н. Сабайте (В) 57.1. **800 м.** Т. Рапонавичене (В) 2.11.4. **80 м с/б.** С. Сабачене (В) 11.3. **100 м с/б.** С. Сабачене (В) 14.0. **4×100 м.** Сборная Вильнюса 49.2. **4×200 м.** Сборная Вильнюса 1.43.0. **Высота.** М. Мурзайте (Ш) 1.60. **Длина.** М. Трейните (П) 5.83. **Ядро.** А. Дагилите (В) 14.43. **Диск.** Т. Станкевичуте (В) 47.16. **Копье.** В. Каледене (К) 52.60. **Пятиборье.** Н. Кветкаускайте (К) 4337.

Мужчины. 100 м. В. Герцманас (В) 10.8. **200 м.** В. Герцманас (В) 22.1. **400 м.** А. Петрайтис (К) 43.7. **800 м.** С. Бидва (В) 1.52.6. **1500 м.** В. Дудин (К) 3.51.4. **5000 м.** К. Ортас (В) 14.11.8. **10 000 м.** А. Баранов (В) 30.06.4. **110 м с/б.** К. Колодзейскис (В) 15.0. **200 м с/б.** П. Ионайтис (В) 24.4. **400 м с/б.** П. Ионайтис (В) 53.8. **3000 м с/п.** А. Алексюнас (В) 8.44.0. **4×100 м.** Сборная Каунаса 42.8. **4×400 м.** Сборная Каунаса 3.21.4. **Ходьба 20 км.** М. Лисас (В) 1:36.20.8. **Высота.** Ю. Даниюнас (К) 1.95. **Длина.** Я. Сабас (К) 7.12. **Шест.** А. Лукошайтис (В) 3.90. **Тройной.** В. Буткус (К) 15.72. **Ядро.** Р. Плунге (К) 18.01; А. Варанаскас (К) 18.00. **Диск.** А. Балтушникас (К) 50.88. **Копье.** И. Мозура (В) 71.85. **Молот.** В. Декснис (К) 57.18. **Десятиборье.** А. Чуринскас (В) 6877.

Условные обозначения: В — Вильнюс, К — Каунас, П — Паневежис, Ш — Шяуляй.

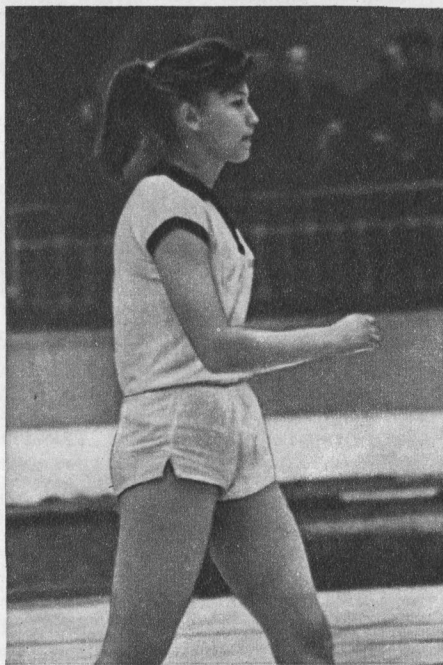
* В ходе финальных состязаний легкоатлетов на IV Спартакиаде Молдавии было установлено 7 республиканских рекордов, причем шесть из них — юношеские, в том числе один — всесоюзный.

* Состязания проводились в трех группах. В первой из них соревновались команды городов. Здесь уверенно первенствовал коллектив легкоатлетов столицы республики — 74 943 очка, опередив команды Бендер — 34 513 и Тирасполя — 34 439 очков.

* Во второй группе, где выступали команды районов республики, сильнейшими оказались спортсмены Каушанского района — 5173, далее команды Унгенского — 4719 и Тираспольского районов — 2660 очков.

* В состязаниях производственных коллективов физкультуры вновь, как и на

Рожденные спартакиадой



НИНА БРЫНЦЕВА

Еще полтора года назад Нина Брынцева была второразрядницей. Но это не удовлетворяло ни способную девушку, ни ее первых тренеров — В. Е. Кузьменко и А. А. Шибалова, преподавателей физкультуры бакинской средней школы № 20. Школу эту по праву называют легкоатлетической, поскольку работа по легкой атлетике поставлена здесь образцово.

На обычных уроках физкультуры и сделала свои первые шаги в спорте Нина Брынцева. Она изучила азы прыжков, но преподавать ей уроки «высшей математики» спорта школьным учителям физкультуры было слишком сложно. Они направили Нину к опытному тренеру Л. М. Кокмелову. Освоив современную технику прыжков в высоту, Брынцева начала быстро прогрессировать. В декабре 1965 г. она преодолела 1,50, в январе 1966 г. — 1,60, в феврале — 1,61, в мае — 1,65, а в июне — 1,68. Это была символическая для 16-летней Нины высота. Она равнялась росту спортсменки и превышала республиканский рекорд.

Спустя три месяца девушка подняла рекордную планку на высоту 1,70. Нынешний год она начала с результата 1,72. А во время финала республиканской Спартакиады прибавила к нему еще сантиметр.

МОЛДАВСКАЯ ССР



предыдущей спартакиаде, победили легкоатлеты Инждорстроя — 10 025, ТЭЦ (Бельцы) — 2661, Мясокомбината (Бендеры) — 2156 очков.

* В ходе финальных состязаний легкоатлеты республики показали 6 результатов мастера спорта, 10 — кандидата в мастера и 67 — I разряда. Для сравнения вспомним аналогичные показатели предыдущей Спартакиады 1963 г. Тогда молдавские легкоатлеты показали лишь 2 результата мастера спорта и 34 — I разряда.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV Спартакиада Молдавской ССР
29 июня — 2 июля.

Кишинев, республиканский стадион

Женщины. 100 м. С. Коваленко (К) 12.2. **200 м.** А. Петрусевич (Бц) 25.7. **400 м.** А. Петрусевич (Бц) 58.9. **800 м.** С. Подельская (К) 2.19.1. **80 м с/б.** Л. Выгодман (К) 11.1 (в забеге 11.0). **100 м с/б.** А. Петрусевич (Бц) 15.1. **4×200 м.** Кишинев 1.44.6. **Высота.** И. Мышковская (К) 1.60. **Длина.** Л. Выгодман (К) 5.90. **Ядро.** Э. Долженко (ЮГВ) 13.69. **Диск.** О. Маковой (К) 44.90. **Копье.** М. Албот (К) 41.60. **Пятиборье.** Н. Гулевич (Бд) 4182.

Мужчины. 100 м. Г. Вдовин (К) 10.6. **200 м.** В. Азаров (К) 22.0. **400 м.** В. Азаров (К) 49.6. **800 м.** С. Сергенчук (К) 1.55.2. **1500 м.** Г. Каримов (К) 3.53.2. **5000 м.** А. Голуб (К) 14.42.8. **10 000 м.** А. Голуб (К) 31.28.6. **Марафон.** Л. Кучер (К) 2:38.10.0. **110 м с/б.** А. Варзевов (К) 14.9. **200 м с/б.** А. Стативко (К) 25.0. **400 м с/б.** Ю. Студеникин (Кауш) 54.6. **3000 м с/п.** А. Голуб (К) 9.15.3. **4×400 м.** Кишинев 3.20.2. **Ходьба 20 км.** Г. Гамов (К) 1:36.25.6. **50 км.** В. Борец (Бд) 4:49.25.0. **Высота.** В. Вольшов (К) 2.05. **Длина.** В. Мельников (К) 7.03. **Шест.** А. Гамаль (К) 4.30. **Тройной.** В. Дони (К) 15.47. **Ядро.** Е. Трисакару (Сор) 15.53. **Диск.** М. Шпак (К) 52.15. **Копье.** В. Велан (К) 65.12. **Молот.** Е. Батрак (К) 50.88. **Десятиборье.** В. Гродзицкий (К) 6892.

Условные обозначения: Бц — Бельцы, Бд — Бендеры, Кауш — Каушаны, К — Кишинев, Сор — Сороки.

ЛАТВИЙСКАЯ ССР



* На старты латвийской Спартакиады вышли около 700 тысяч человек. Это значит, что участником Спартакиады стал каждый третий житель Латвии. В финальных соревнованиях участие приняли около 600 легкоатлетов, из них 40 мастеров спорта.

* В заключительный день на стадионе «Даугава» были вручены призы победителям командного первенства. Заместитель председателя Совета Министров Латвийской ССР В. М. Круминь вручил кубок победителям — спортсменам общества «Даугава». Красное знамя ЦК КП и Совета Министров Латвии получила делегация Бауского района, победившая в соревнованиях сельских районов республики. Красное знамя спортсовета за успешную работу по подготовке и проведению Спартакиады было вручено Рижскому городскому совету Союза спортивных обществ и организаций.

* В дни финальных соревнований по легкой атлетике на рижском стадионе «Динамо» было показано немало высоких результатов. Только в первый день соревнований зарегистрировано 8 мастерских достижений и 10 результатов, превышающих нормативы кандидата в мастера. Все шесть участников финала в беге на 400 м уже в предварительных забегах показали время лучше 50 сек., а в финале четверо пробежали дистанцию быстрее 49,0!

* Отрадно, что в Латвии прогрессируют молодые бегуны Пинка, Рубезис, Шангелис, Убелитис, Иванов, Сондере, Вербеле, Штула, Вейса. Значительно вырос и отряд способных юных легкоатлетов Латвии, которые сейчас готовятся к участию во Всесоюзной спартакиаде школьников. В этом большая заслуга латвийских тренеров И. Гайлиса, И. Лапина, З. Носковой, В. Маззалисса, О. Юргиса, В. Кумушки, И. Лиениня, Т. Будевица, А. Бутте и других.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Спартакиады Латвийской ССР

16—19 июня. Рига, стадион «Динамо»

Женщины. 100 м. А. Дундере (Рига) 11,8. 200 м. А. Дундере 24,5. 400 м. А. Дундере 55,5. 800 м. А. Алксне (Р) 2.08,7. 80 м с/б. М. Жагаре (Р) 11,2. 100 м с/б. И. Тамберга (Р) 14,0. 4×100 м. «Трудовые резервы» 48,7. 4×200 м. «Даугава» (Р) 1.42,7. **Высота.** И. Эйхмане (Р) 1,60. **Длина.** Е. Ринга (Р) 6,10. **Ядро.** А. Калныня (Рижск. р-н) 15,02. **Диск.** А. Гайле (Р) 45,68. **Копье.** В. Эйдука (Р) 52,26. **Пятиборье.** Р. Стяпа (Валмиера) 4384.

КИРГИЗСКАЯ ССР

* В финальных соревнованиях Республиканской спартакиады на дорожки и секторы вышло более 250 сильнейших спортсменов. Такое число участников являлось рекордным для республики.

* В соревнованиях Спартакиады только за 1966 год 9 спортсменов впервые выполнили нормативы мастера спорта СССР, 13 — кандидатов в мастера спорта, 52 человека стали перворазрядниками, 952 выполнили впервые нормативы II разряда, 7558 — третьего, 20 788 — юношеского. Эти цифры также рекордны для легкоатлетов республики.

* В финальных соревнованиях впервые выполнили нормативы кандидата в мастера спорта Геннадий Полтавский и Владимир Сивой (десятиборье). Оба спортсмена подготовлены тренером Н. Мельниковым.

* Лучшими производственными коллективами республики, которые провели Спартакиаду с участием большого числа спортсменов, являются завод им. Фрунзе, камвольно-суконный комбинат, электромеханический завод.

* В республике идет спартакиада сельского спортивного общества «Колхозчу», в которой выступают все сельские коллективы физкультуры.

* В командном зачете сборная г. Фрунзе была вне конкуренции. Она набрала значительно больше очков (40 489), чем все остальные города.

* Особую группу составили сборные районов г. Фрунзе. Среди них победил

АННА ДУНДЕРЕ

20-летняя рижанка, оператор счетно-клавишных машин Анна Дундере впервые стала победительницей республиканской спартакиады и чемпионкой Латвии. Воспитанница известного тренера общества «Трудовые резервы» З. П. Носковой выступила блестяще.

Первую золотую медаль она завоевала в беге на 100 м — 11,8. Затем с мастерским результатом пробежала 200-метровую дистанцию — 24,5. К этому надо добавить, что мастером спорта Анна стала менее месяца назад именно на этой дистанции. Третьим видом, в котором стартовала Дундере, была эстафета 4×100 м. Анна, бежавшая на последнем этапе, получила эстафету, когда соперница из «Даугавы» была уже метрах в десяти от нее. Дундере догнала соперницу и сумела вырвать победу.

И, наконец, когда основные виды остались позади Дундере решила попробовать силы в беге на 400 м. Это было ее первое официальное выступление на 400-метровой дистанции. Дебют принес великолепный результат — 55,5. Так была завоевана четвертая золотая награда.

Сейчас Дундере фактически делает лишь первые шаги в большом спорте. Но можно с уверенностью сказать, что состязания спартакиады Латвии «открыли» очень перспективную спортсменку.

Мужчины: 100 м. Л. Павловский (Р) 10,5. 200 м. Л. Павловский 22,0. 400 м. Н. Степченко (Р) 48,0. 800 м. У. Рубезис 1.52,7 (в забеге 1.51,6). 1500 м. М. Гайлис (Р) 3.49,1. 5000 м. А. Томс (Р) 13.56,2. 10 000 м. В. Пинка (Даугавпилс) 30.00,6. 110 м с/б. А. Лещинский (Р) 15,4 (в забеге 15,2). 200 м с/б. К. Эйнис (Р) 23,9. 400 м с/б. А. Лещинский 53,0. 3000 м с/п. Я. Узулиньш (Р) 8.57,8. 4×100 м. СКА 42,0. 4×400 м. СКА 3.18,5. Марафон. Л. Страко-

Первомайский район (22 218 очков) — ему досталось общее второе место. На третье призовое место вышли легкоатлеты Свердловского района (21 930). Команда Ленинского района оказалась на четвертом месте (18 053).

* Вот как распределились последующие места: калининцы опередили сборную г. Оша (8661 против 7322), легкоатлетов Нарына (6301), сборные команды Пржевальска (4273) и Токмака (3328). Замыкает турнирную таблицу команда Таласа (624).

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ XIV Спартакиады Киргизской ССР

3—5 июня. Фрунзе, республиканский стадион

Женщины. 100 м. А. Древина (Ф) 12,5. 200 м. А. Древина (Ф) 25,0. 400 м. Л. Лаврова (Ф) 58,7. 800 м. С. Валиева (Ф) 2.16,8. 80 м с/б. Л. Грицай (Ф) 11,7. 100 м с/б. Л. Кобаненко (Ф) 15,2. **Высота.** В. Базарная (Свердл. р-н) 1,50. **Длина.** Т. Курганова (Ф) 5,70. **Ядро.** Р. Уразбекова (Ф) 13,93. **Диск.** В. Жминько (Ф) 44,33. **Копье.** В. Лохова (Ф) 45,58. **Пятиборье.** Т. Курганова 4430.

Мужчины. 100 м. Ю. Корчагин (Прж) 10,9. 200 м. В. Петренко (Ф) 22,8. 400 м. В. Заварзин (Свердл. р-н) 50,0. 800 м. В. Зубахин (Ф) 1.54,3. 1500 м. В. Борисов (Ф) 3.52,5. 5000 м. Ю. Макаров (Ф) 15.03,6. 10 000 м. В. Борисов (Ф) 30.47,0. **Ходьба 10 км.** О. Барч (Ленинский р-н) 45.22,7. 110 м с/б. В. Зелинский (Ф) 15,8. 200 м с/б. В. Зелинский (Ф) 24,4. 400 м с/б. В. Зелинский (Ф) 54,8. 3000 м с/п. В. Попов (Прж) 9.15,4. **Высота.** В. Калутин (Ф) 1,95. **Длина.** В. Калинин (Ф) 6,91. **Шест.** В. Карасев (Джалал-Абад) 4,00. **Тройной.** А. Курдюмов (Ф) 14,91. **Ядро.** И. Самойлов (Ф) 14,74. **Диск.** К. Синусов (Ф) 47,56. **Копье.** В. Базаркин (Ф) 64,32. **Молот.** А. Фельдман (Ф) 52,25. **Десятиборье.** В. Петриченко 6895.

Рожденные спартакиадой



ловский (Лудзенский р-н) 2:32.00,4. **Ходьба 20 км.** Я. Пылдмаа (Р) 1:32.48,6. **Ходьба 50 км.** Я. Звиедрис (Бауска) 4:19.13,2. **Высота.** Ю. Зиединь (Р) 2,03. **Длина.** Л. Магоне (Р) 7,48. **Шест.** В. Жохановский (Р) 4,52. **Тройной.** Н. Преображенский (Р) 15,93. **Ядро.** В. Цериньш (Р) 16,86. **Диск.** Т. Умбрашко (Р) 50,16. **Копье.** В. Фельдманис (Р) 72,46. **Молот.** Т. Умбрашко 55,70. **Десятиборье.** Г. Дулемский (Р) 6547.

ТАДЖИКСКАЯ ССР

* X Юбилейная спартакиада Таджикистана проходила в 1966 году. Поэтому в нынешнем году смотром готовности легкоатлетов к IV Юбилейной Спартакиаде народов СССР стало личное первенство республики, которое состоялось 20—21 июня на Центральном стадионе им. М. В. Фрунзе в Душанбе.

* В состязаниях приняла участие более 200 спортсменов из Душанбе, Ленинабада, Гиссара, Курган-Тюбе. В ходе состязаний было показано около 50 результатов I разряда и один результат мастера спорта — в ходьбе на 20 км.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

личного первенства Таджикской ССР
20—21 июня. Душанбе, Центральный стадион им. М. В. Фрунзе

Женщины. 100 м. Г. Рахматуллаева 12,1. 200 м. Г. Рахматуллаева 25,6. 400 м. М. Гамалева 57,6. 800 м. М. Гамалева 2.15,8. 80 м с/б. В. Чеверикина 11,7. 100 м с/б. В. Чеверикина 14,0. **Высота.** Р. Пауков 1,55. **Длина.** Г. Большакова 5,41. **Ядро.** Л. Шубина 13,47. **Диск.** М. Гамбарова 37,54. **Копье.** М. Гамбарова 46,21.

Мужчины. 100 м. Г. Кардель 10,7. 200 м. Г. Кардель 22,1. 400 м. В. Брюханов 50,1. 800 м. Р. Юнусов 1.55,4. 1500 м. Р. Юнусов 3.56,0. 5000 м. Н. Мальцев 14.21,8. 10 000 м. С. Касымов 30.18,0. **Ходьба 20 км.** П. Ушаков 1:34.28,0. 110 м с/б. Ш. Темрбулат 15,2. 200 м с/б. А. Арапенко 24,3. 400 м с/б. А. Арапенко 53,4. **Высота.** С. Лопатин 2,00. **Длина.** Ю. Игнатьев 7,36. **Тройной.** М. Чудновский 15,42. **Шест.** Ю. Курдюмов 4,00. **Ядро.** Р. Пахомов 16,50. **Диск.** А. Куличков 47,00. **Копье.** Ф. Атаназаров 64,30. **Молот.** И. Андрианов 58,72. **Десятиборье.** В. Никишин 6487.

Все победители личного первенства Таджикистана из г. Душанбе.

АРМЯНСКАЯ ССР

* VIII Спартакиада Армянской ССР состоялась 9—14 октября 1966 года в Ереване. По результатам Спартакиады было отобрано более ста легкоатлетов, которым предстояло бороться за право поездки в Москву на финальные старты IV Юбилейной Спартакиады народов СССР.

* В этом году в Армении не проводилось ни командного, ни личного первенства республики по легкой атлетике. Отборочные состязания выявили основной состав сборной, в которую наряду с опытными спортсменами И. Сотниковым, Р. Туманяном, С. Беголяном вошли юные легкоатлеты: метательница Марго Ана- ния, прыгун Вагар Давидян и др.

* Вряд ли подобная практика работы с легкоатлетами будет способствовать массовому развитию этого вида спорта в республике. Ведь Юбилейная Спартакиада народов СССР — это не только смотр сборных команд, как, по-видимому, считают руководители армянской легкой атлетики.

ТУРКМЕНСКАЯ ССР

* В состязаниях VIII Спартакиады Туркменской ССР приняло участие более 600 легкоатлетов, посланцев двадцати сборных команд и коллективов физкультуры предприятий республики.

* Командное первенство на Спартакиаде разыгрывалось среди городов и коллективов физкультуры. Вот как выглядит таблица командного первенства.

Первая группа: Ашхабад — 48 190 очков, Чарджоу — 29 115, Мары — 14 798, Красноводск — 11 733, Небит-Даг — 616.

Вторая группа: ЦС «Колхозчы» — 2198, Кызыл-Арват — 2155, Байрам-Али — 1631, Йолотань — 1606.

Победителями среди коллективов физкультуры стали спортсмены завода «Ашнефтемаш».

* Всего на состязаниях было показано 40 результатов выше I спортивного разряда и 150 результатов выше II разряда. Новый рекорд Туркмении в беге на 200 м установила Ирина Ваховская, член юношеской сборной команды

СССР. Она преодолела дистанцию за 25,5, улучшив прежний рекорд, принадлежавший ей же, на 0,2. Трекирует юную спортсменку тренер С. Ф. Блажевич.



ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ VIII Спартакиады Туркменской ССР 4—8 июня г. Ашхабад

Женщины. 100 м. Л. Дзех (А) 12,4. 200 м. И. Ваховская (А). 80 м с/б. Т. Герасимова (А) 11,7. **Высота.** В. Шубова (А) 1,50. **Ядро.** С. Мусатова (А) 12,07. **Пятиборье.** З. Блажевич.

Мужчины. 100 м. В. Делякин (А) 10,7. 200 м. В. Делякин 22,0. 400 м. О. Подмарев (М) 50,8. 800 м. В. Неменский (А) 1,56,0. 1500 м. В. Неменский (А) 4,03,8. 5000 м. В. Смирнов (А) 15,11,4. 10 000 Ю. Литвин (М) 32,35,2. 400 м с/б. О. Подмарев 54,3. **Высота.** В. Клышев (А) 1,90. **Длина.** Г. Чернов (А) 7,06. **Ядро.** Сабловский (А) 14,20.

Условные обозначения: А — Ашхабад, М — Мары.

Примечание. Технические результаты Спартакиады Туркмении даны по материалам газет «Комсомолец Туркменистана» и «Туркменская искра». К сожалению федерация легкой атлетики республики, несмотря на неоднократные просьбы редакции журнала, так и не прислала нам протоколы состязаний по легкой атлетике.



ЭСТОНСКАЯ ССР

* Эстония — небольшая республика. Она насчитывает около 1200 тыс. жителей. Но Эстонская ССР по праву считается одной из самых спортивных. Не даром эстонские спортсмены в нынешнем году были награждены переходящим Красным знаменем ЦС Союза спортов СССР. По данным статистики, спортом в республике занимается каждый четвертый житель.

* Необычайно широко оказалась представлена в финале «периферия» республики. В постоянное соперничество легкоатлетов Таллина и Тарту на сей раз вмешались представители других городов, а также сельские спортсмены из общества «Йууд». Так, сельские легкоатлеты оказались победительницами во всех видах метаний.

* Молодежь во многих видах решительно потеснила признанных фаворитов. Так, студентка Тартуского университета Мильви Торим в прошлом году даже не входила в число 25 лучших барьеристок республики. А сейчас она уверенно завоевала звание чемпионки Спартакиады.

* В большинстве видов появились новые чемпионы. Вторично звание чемпионов Спартакиады завоевали Л. Эрик (400 м), Р. Лейнус (марафон), К. Юркатамм (110 м с/б), Э. Оясту (400 м с/б), В. Полакене (тройной), К. Метсур (диск), М. Айнсо (молот). Но примечательно, что почти во всех этих видах результаты ветеранов резко возросли. Четыре года назад Л. Эрик выиграла спартакиаду с результатом 57,5, ныне — 56,4; К. Юркатамм — 14,8 и теперь — 14,7; Э. Оясту — 54,5, сейчас — 53,3; В. Полакене — 15,02, теперь — 15,86; М. Айнсо — 57,92, теперь — 61,10.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

VII Спартакиады Эстонской ССР
17—20 июня. г. Таллин, Стадион им. Комсомола

Женщины. 100 м. Х. Вольмер (Тал) 12,3. 200 м. Л. Эрик 24,9. 400 м. Л. Эрик (Тар) 56,4. 800 м. Л. Эрик 2,09,2. 80 м с/б. М. Торим (Тал) 11,5. 100 м с/б. В. Триодина (Тал) 14,5. **Высота.** О. Мунк (Кин) 1,55. **Длина.** Э. Рампе (Тар) 5,69. **Ядро.** М. Тамм (Тар) 14,69. **Диск.** Х. Партс (Тал) 46,68. **Копье.** Т. Рудякова (Р) 45,60.

Мужчины. 100 м. Э. Пюве (Х) и Б. Нугис (Тар) 10,8. 200 м. Б. Нугис 21,9. 400 м. Б. Нугис 48,8. 800 м. Р. Тельп (Тал) 1,51,6. 1500 м. Р. Тельп 3,54,6. 5000 м. Э. Маазик (Тал) 15,10,0. 10 000 м. Э. Маазик 30,49,8. **Марафон.** Р. Лейнус (Тар) 2:30,19,6. 110 м с/б. К. Юркатамм (Тар) 14,7. 200 м с/б. К. Юркатамм 24,0. 400 м с/б. Э. Оясту (Тар) 53,3. 3000 м с/п. Э. Маазик 9,03,2. **Ходьба 20 км.** И. Лаури (Тар) 1:37,48,6. 50 км. И. Лаури 4:35,15,2. **Высота.** Ю. Тармак (Тал) 2,00. **Длина.** П. Кивине (Тар) 7,41. **Шест.** А. Луйгела (Тал) 4,50. **Тройной.** В. Полакене (Тар) 15,86. **Ядро.** А. Реккор (К-Я) 16,73. **Диск.** К. Метсур (Тал) 51,96. **Копье.** В. Поляков (Тар) 71,28. **Молот.** М. Айнсо (Тар) 61,10.

Условные обозначения: Тал — Таллин, Х — Хаапсалу, Кин — Кингисеп, К-Я — Кохтла-Ярве, Р — Рапла, Тар — Тарту.

Рожденные спартакиадой



ТИНУ ЛЕПИК

Молодой эстонский легкоатлет Тину Лепик имеет отличные физические данные. Его рост 192 см и вес 85 кг. Он разносторонний спортсмен и с успехом выступал в прыжках в длину, высоту, с шестом и тройным, бегал на короткие дистанции, одерживал победы в многоборьях. Однако наибольшего успеха Лепик добился в прыжках в длину.

В 1959 г. тринадцатилетним школьником Тину начал заниматься у известного эстонского тренера А. Чикина. Сперва он рассчитывал стать прыгуном в высоту, так как на школьных соревнованиях в Таллине занял в этом виде третье место. Но затем оказалось, что Лепик может добиться высоких результатов и в других видах. В 1964 г. ему удалось установить всесоюзный юношеский рекорд в

восьмиборье — 4983 очка, а вскоре выполнить норматив мастера спорта в десятиборье.

Быстрее всего юный спортсмен прогрессирует в прыжках в длину. Уже в 1964 г. он сумел показать в этом виде 7,40. В следующем году был включен в состав сборной команды юниоров и защищал честь страны на международных соревнованиях в Италии, где прыгнул на 7,45. Теперь выбор был сделан окончательно, и Тину стал тренироваться специально в прыжках. От соревнований и соревнованиям росли результаты Лепика в 1966 г., и осенью в Ленинграде он показал выдающийся результат — 8,03, став, таким образом, четвертым советским спортсменом, преодолевшим заветный рубеж 8 метров в прыжках в длину.



ПЕЧАЛЬНАЯ ТРАДИЦИЯ

После трехлетнего перерыва Мемориал Знаменских вновь стартовал на Центральной арене московского стадиона имени В. И. Ленина. Десятый по счету он собрал на сей раз гостей из 16 стран. В соревнованиях приняло участие около 600 спортсменов.

Особенностью нынешнего Мемориала было то, что для советских легкоатлетов эти крупные международные соревнования являлись своего рода последней репетицией перед двумя большими спортивными событиями: полуфиналами кубков Европы и Юбилейной Спартакиадой народов СССР. По разным причинам не стартовал целый ряд выдающихся наших спортсменов. Однако это обстоятельство не снизило остроты соревновательной борьбы. Многие

молодые спортсмены выступили уверенно, их не смущали громкие титулы. Еще раз подтвердили свое растущее мастерство такие спортсмены как Л. Гапонова, Л. Ткаченко, В. Маковецкая, А. Дундере, Т. Арнаутова, В. Лукьянова, А. Окорокова. У мужчин отличились А. Лебедев, И. Хлопов, С. Аболихин, А. Братчиков, Т. Лепик, В. Санеев. Думается, что именно на этих спортсменов необходимо обратить еще больше внимания, готовить их к недалекому олимпийским боям.

Если говорить об уровне результатов, то следует отметить, что высшие достижения Мемориала были улучшены в трех видах, причем их авторами были советские спортсмены: в тройном прыжке спортсмен из Московской области А. Золотарев, в толкании ядра

подмосковный метатель Э. Гушин, в эстафете 4×100 м—В. Попкова, В. Большова, Л. Самотесова и Г. Бухарина, которые пронесли палочку за 45,1.

И все же общий уровень результатов оставляет желать лучшего. В прошлом году А. Лебедев пробежал на Мемориале 100 м за 10,2. Сейчас он показал 10,7. В беге на 400 м в 1966 г. лучший советский спортсмен имел результат 46,8, а сейчас 47,1. Конечно, не всегда можно сравнивать результаты в беге на длинные дистанции, где зачастую многое зависит от тактики, от характера бега, но в спринтерских дистанциях ясно видно, что мы продолжаем топтаться на месте. Раньше существовало мнение, что спринтеры не растут, так как имеют мало международных встреч. Сейчас встреч у них достаточно. Более



Забег на 100 м. Впереди японский спортсмен Х. Иидзима.

Фото В. Ун Да-сина

Обладатели трех главных призов Мемориала Арне Квелхэйм (Норвегия), Леонид Микитенко (СССР), Кейсуки Саваки (Япония).

Фото В. Бровко и В. Ун Да-сина



того, впервые группа наших спринтеров поехала во Францию, где участвовала в ряде соревнований, провела совместные тренировки с сильнейшими французскими спринтерами. Однако дела не улучшились. Так и не ясно, что же нужно Л. Бартеву — старшему тренеру страны по спринту для улучшения результатов своих подопечных?

Не лучше дела и у средневики. Ведь за всю историю Мемориала мы ни разу не выиграли главный приз на полуторакилометровой дистанции. Печальная традиция повторилась и сейчас — приз уехал в Норвегию, а лучший советский спортсмен Я. Якубовс был на финише лишь четвертым. Хочется остановиться и на судьбе двух других главных призов. В 1963 году из Советского Союза уехали все три приза. В 1966 году эта печальная история повторилась. И если кубок за победу в беге на 10 000 м на прошлом Мемориале по праву достался Г. Рулантсу, то приз на 5-километровой дистанции наши бегуны отдали сами японскому спортсмену К. Саваки из-за тактических просчетов.

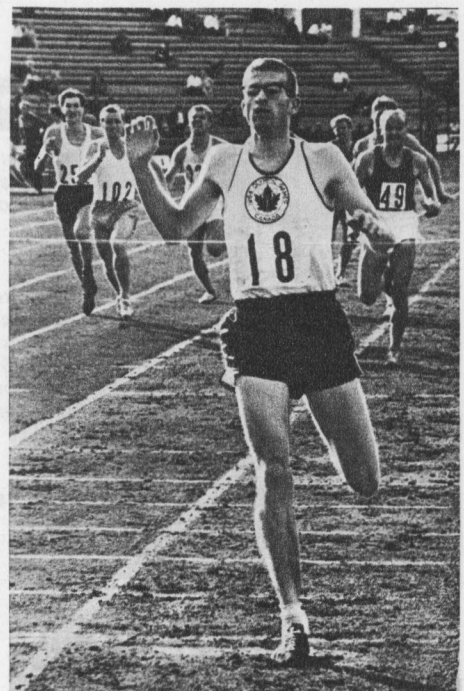
Сейчас история повторилась. Правда, почетный трофей за победу в беге на 5 км завоевал советский спортсмен Л. Микитенко, по праву считающийся нашей надеждой в стайерском беге. Но японский спортсмен на этот раз выиграл главный приз на второй стайерской дистанции. Итак, К. Саваки стал обладателем уже двух призов Мемориала. Но почему же не стартовали сильнейшие наши спортсмены Г. Хлыстов, Н. Дутов,

А. Макаров, Р. Шарафутдинов и другие? Что это? Желание тренеров приберечь силы своих учеников к Спартакиаде? Желание похвальное, но призы-то отдавать нельзя! Таким образом в этом году один из кубков уехал в Японию из-за просчетов тренеров.

Вызывает недоумение отсутствие на Мемориале целого ряда мастеров и в других видах легкой атлетики. Не стартовали Б. Савчук, В. Анисимов, М. Желобовский, О. Райко, Г. Агапов, В. Гаврилов, А. Мороз, А. Курьян, А. Кривошекова, Г. Зыбина, Э. Озолин, Н. Чижова и многие другие. Очевидно, у спортсменов были для этого свои веские причины — травмы или перетренированность.

Но если тренерский совет утверждает, что существующий календарь правилен, что соревнований как раз столько, сколько нужно, то почему же легкоатлеты выходят из строя? В результате отсутствия ведущих мастеров отдельные виды программы выглядели весьма бледно. Разве не украсило бы бег на 1500 м присутствие О. Райко и М. Желобовского?

Состязания проходили на Центральном стадионе страны. Обслуживала их коллегия, состоявшая из лучших судей. Но все-таки просчеты были. Программа тянулась по четыре часа, с большими разрывами между отдельными номерами. Плохо была поставлена информация. Не было нужной рекламы соревнований. В таких городах как Рига, Виль-



Серебряный призер Токийской олимпиады Уильям Крозерс легко опередил соперников на 800-метровой дистанции.

Фото В. Бровко

нюс, Киев, Одесса крупные соревнования последних лет проводились значительно лучше.

Анатолий АБДУЛЛАЕВ

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПАМЯТИ БРАТЬЕВ ЗНАМЕНСКИХ

Центральный стадион
им. В. И. Ленина

г. Москва
8—9 июля 1967 года

ЖЕНЩИНЫ. 100 м. И. Киришенштейн (П) 11,4; Г. Вухарина (П) 11,8; В. Попкова (Б) 11,8; В. Большова (ЦСКА) 11,9 (предварит. 11,8); Л. Ткаченко (Б) 11,9; Л. Гапонова (Д) 12,0; Г. Марасанова (С) 12,0; Н. Николаева (Д) 12,1 (в забеге 12,0). **200 м.** В. Попкова (Б) 23,4; В. Большова (ЦСКА) 24,0; Л. Гапонова (Д) 24,3; А. Дундере (Тр.р) 24,4; Л. Ткаченко (Б) 24,5; В. Маковецкая (Б) 24,6; Л. Есина (С) 25,1; Л. Фадеева (Б) 25,2. **400 м.** Син Ким Дан (КНДР) 53,3; Т. Белицкая (Б) 55,5; Т. Арнаутова (С) 56,0; Т. Ковалевская (У) 56,0; А. Дундере (Тр.р) 56,3; Л. Фадеева (Б) 56,5; Г. Анищенко (Б) 56,7; В. Лукьянова (З) 56,8. **800 м.** Син Ким Дан (КНДР) 2,04,6; К. Продан (С) 2,06,5; В. Лукьянова (З) 2,07,0; И. Силай (Рум) 2,07,1; Т. Ендрак (П) 2,07,6; А. Зинина (С) 2,07,6; Э. Овадкова (ЧССР) 2,08,0; Т. Медведева (З) 2,08,6. **80 м с/б.** Т. Талышева (Д) 11,0; В. Корсакова (С) 11,1; К. Кузьмина (С) 11,3 (предварит. 11,2); Г. Зарубина (Б) 11,5 (предварит. 11,3); Л. Черенева (Б) 11,6 (предварит. 11,4); Н. Иванова (С) 11,8 (предвар. 11,7). **Эстафета 4×100.** Сборная СССР 45,1; Динамо 47,0. **Высота.** А. Окорокова (Б) 176; Т. Ченчик (Б) 176; М. Файтова (ЧССР) 170; К. Пушкарева (ЦСКА) 165; С. Крепневик (Ю) 165; А. Гертиг (Л) 165; Н. Ждан (С) 165; Г. Костенко (Д) 165. **Длина.** Т. Талышева (Д) 6,34; М. Салачинска (П) 6,10; Е. Кулинич (Б) 6,07; Т. Капышева (З) 5,99; Т. Орлова (Д) 5,97; Н. Кройтер (Т) 5,93. **Копье.** М. Москаленко (Д) 54,80; В. Попова (Б) 51,26; М. Саулите (ЦСКА) 50,06; В. Савенкова (С) 50,00; Л. Чуркина (Т) 48,78; В. Борисевич (А) 48,20; С. Крылова (С) 47,60; Д. Курьян (Б) 43,26. **Ядро.** Гариш-Вой (ГДР) 17,09; М. Ланге (ГДР) 16,96; М. Гуммель (ГДР) 16,95; И. Христова (Болг) 16,41; Ю. Богнар (Венгр) 15,95; И. Солонцова (Д) 15,90; М. Чарбова (Б) 16,65; Г. Некрасова (С) 15,23. **Диск.** Л. Вестерман (ФРГ) 56,56; И. Кончек-Клейбер (В) 55,66; К. Иллген (ГДР) 55,30; К. Шпильберг (ГДР) 53,68; Л. Муравьева (ЦСКА) 53,12; Л. Хмельская (Д) 53,04; А. Попова (Б) 52,50; Ю. Штунгер (Б) 51,40.

МУЖЧИНЫ. 100 м. А. Туяков (ЦСКА) 10,5; Э. Озолин (ЦСКА) 10,6; В. Сапег (Б) 10,7; А. Лебедев (ЦСКА) 10,7; В. Касаткин (ЦСКА) 10,8; Е. Скворин (Д) 10,8; Н. Иванов (Д) 10,8; Х. Ийдисина (Я) 10,7. **200 м.** А. Туяков (ЦСКА) 21,1; И. Хлопов (Д) 21,3; С. Абаляхин (Д) 21,4; В. Зубов (Б) 21,5; Н. Иванов (Д) 21,7; В. Погасий (А) 21,8; А. Тарасян (Б) 21,9; Ю. Камаев (Б) 21,9. **400 м.** А. Братчиков 47,1; Г. Свербетов (ЦСКА) 47,5; В. Бычков (ЦСКА) 47,7; В. Нугис (Д) 47,9; В. Ситников (Д) 48,2; Р. Ривас (Исп) 48,3; Ю. Петров (Б) 48,9 (предв. 48,7); В. Филимонов (Л) 49,4 (предварит. 48,5). **800 м.** У. Крозерс (Канада) 1,48,3; В. Михайлов (З) 1,50,2; С. Крючек (Б) 1,50,6; В. Булышев (ЦСКА) 1,50,7; И. Потапенко (Д) 1,50,7; В. Подлесных (Л) 1,50,8; Н. Мальцев (А) 1,50,8; В. Колесников (Д) 1,50,9. **1500 м.** А. Квелхэйм (Н) 3,44,7; В. Баран (П) 3,45,0; Р. Ткачик (П) 3,45,8; Я. Якубовс (Д) 3,46,2;

М. Марков (Болг) 3,46,8; Г. Абабков (Т) 3,47,0; М. Голубцов (Т) 3,47,8; А. Оверчук (ЦСКА) 3,48,0. **5000 м.** Л. Микитенко (Д) 13,46,6; К. Ортас (Д) 13,47,2; Б. Ефимов (А) 13,49,4; В. Аланов (Д) 13,51,2; А. Вездолов (Д) 13,55,6; И. Киши (Венгр.) 13,56,0; Ю. Тюрин (Д) 14,01,0; М. Желев (Б) 14,06,0. **10 000 м.** К. Саваки (Я) 29,28,4; Я. Пинтер (Венгр) 29,30,6; А. Трофимов (Т) 29,34,0; А. Баранов (Д) 29,39,8; Л. Диджионас (Д) 29,40,2; В. Труфанов (Д) 29,42,4; Е. Степанов (Б) 29,44,4; А. Сухарьков (Л) 29,44,6. **4×100.** СА 40,7; Динамо 41,1; СА 41,4; Вуревестник 41,5; Авангард 41,8. **Ходьба 20 км.** Д. Линдер (ГДР) 1:31,01,0; А. Щербина (С) 1:31,08,0; В. Солдатенко (Е) 1:32,11,4; А. Билек (ЧССР) 1:32,30,2; Я. Звездис (Варпа) 1:32,43,6; С. Бондаренко (Б) 1:34,01,4; К. Хёне (ГДР) 1:34,10,4; И. Делла-Росса (Гал) 1:34,44,0. **110 м с/б.** В. Валихин (ЦСКА) 13,9; В. Тржимиль (ФРГ) 14,2; В. Чистяков (С) 14,2; А. Михайлов (З) 14,2; А. Силин (ЦСКА) 14,4; В. Касьянов (Тр.р) 14,5; О. Степаненко (Д) 14,5; В. Евсеев (А) 14,9. **400 м с/б.** Э. Загерис (ЦСКА) 51,2; А. Казаков (ЦСКА) 51,7; Ю. Снятков (Б) 51,7; В. Булатов (Б) 51,8; М. Семенов (Д) 52,5; А. Мумме (Д) 52,7; В. Вайнштадт (П) 52,9; Н. Чижов (З) 53,3. **Бег 3000 м с/п.** В. Кудинский (ЦСКА) 8,35,8; Л. Народицкий (ЦСКА) 8,36,0; И. Веляев (З) 8,37,0; Н. Гнедой (Д) 8,37,6; В. Комаров (ЦСКА) 8,42,0; Н. Зобов (ЦСКА) 8,44,8; М. Желев (Б) 8,45,2; А. Бодранков (Б) 8,45,2. **Длина.** И. Тер-Ованесян (Б) 7,72; Т. Лепик (ЦСКА) 7,57; М. Клаусс (ГДР) 7,49; У. Фогель (ГДР) 7,40; А. Неплюхин (Д) 7,36; А. Пономаренко (ЦСКА) 7,35; В. Савельев (ЦСКА) 7,34. **Высота.** Р. Хюбнер (ЧССР) 2,10; Ю. Тармак (Д) 2,10; Л. Тивиков (Даугава) 2,10; Т. Мдивани (С) 2,05; В. Большов (ЦСКА) 2,05; А. Вакуменко (С) 2,05; А. Стадников (Д) 2,05; Э. Черник (П) 2,00. **Шест.** И. Фельд (З) 5,00; А. Алароту (Фин) 5,00; А. Малютин (З) 4,90; Р. Томашек (ЧССР) 4,90; Н. Кейдан (ЦСКА) 4,80; Ю. Ханафин (Б) 4,80; А. Кайренто (Фин) 4,80; Ю. Волков (А) 4,80. **Тройной.** А. Золотарев 16,79; В. Санев (Д) 16,55; В. Куркевич (ЦСКА) 16,53; В. Кравченко (Д) 16,19; Н. Дудкин (Б) 16,14; А. Алябьев (Д) 15,76; А. Лазаренко (Б) 15,74; Ю. Ламп (Д) 15,69. **Диск.** В. Трусенев (З) 56,52; В. Ярас (Д) 56,52; И. Надь (Р) 56,34; В. Ляхов (Д) 55,78; В. Вахтин (Д) 55,34; Г. Гудашвили (Д) 53,62; В. Ковтун (А) 53,46; В. Титов (С) 52,80. **Ядро.** Э. Гушин (З) 18,98; Н. Карасев (ЦСКА) 18,77; Р. Плунге (Ж) 17,32; С. Трилис (Б) 16,85; А. Рекор (Д) 16,82; В. Безруцкий (С) 16,81; Е. Теверовский (З) 16,74; Г. Нефедов (Т) 16,56. **Копье.** М. Паама (Калев) 80,86; Я. Лусис (ЦСКА) 78,20; А. Балувс (С) 76,70; П. Неваля (Фин) 74,72; В. Овчинник (ЦСКА) 72,38; И. Киннуотен (Фин) 71,80; Т. Сави (ЦСКА) 71,02; В. Горовой (Д) 69,16. **Молот.** А. Шуляков (Д) 66,68; Г. Кондрашов (З) 64,78; А. Валтовский (Д) 64,10; Ю. Никулин (ЦСКА) 63,72; Ю. Бакаринов (Д) 63,58; Ю. Ашмарин (Д) 63,12; В. Трибунский (Д) 62,42; В. Левитанус (Б) 60,94.

ПО СЛЕДАМ „КРУГЛОГО СТОЛА“

Опубликованные в № 5 нашего журнала материалы «Круглого стола», посвященного бегу на средние дистанции, вызвали многочисленные отклики читателей. Некоторые из них представляют большой интерес и, несомненно, будут способствовать выяснению причин отставания советских легкоатлетов в беге на 800 и 1500 м. Поэтому, безусловно, интересно выступление одного из ведущих бегунов страны В. Михайлова.

Здесь мы публикуем статью и эстонского тренера О. Карикоска, сделавшего попытку найти наиболее совершенную систему развития физических качеств юных средневики, исходя из опыта тренировки сильнейших бегунов мира. В упрек автору можно поставить, пожалуй, недостаточно критическое отношение к материалам иностранной прессы, судить по которым о методах подготовки зарубежных спортсменов не всегда бывает возможно.

ВИНОВАТЫ ЛИ БЕГУНЫ?

Ругать бегунов на средние дистанции стало считаться хорошим тоном в нашей спортивной печати. Журнал «Легкая атлетика» составляет приятное исключение: в «Круглом столе» сделана попытка разобраться в наших недостатках, найти пути для их устранения.

Большой вред делу подготовки бегунов приносит отсутствие у нас единого мнения об основных компонентах тренировки — объеме и интенсивности тренировочных нагрузок. Особенно это относится к интенсивности. По мнению некоторых, она определяется скоростью бега, необходимой спортсмену для показа предполагаемого результата. Например, если в беге на 800 м планируется результат 1.48,0, то отрезки 100, 200 и 400 м пробегаются соответственно со скоростью 13,5, 27,0, 54,0.

Однако, как мне кажется, при определении интенсивности нужно исходить не только из скорости бега, а главным образом учитывать то воздействие, которое оказывает бег на легкоатлета. Более научным, на мой взгляд, является подразделение нашего основного тренировочного средства на бег в аэробных и анаэробных условиях. Естественно, что интенсивным средством тренировки и будет бег в анаэробных условиях. К сожалению, у нас нет еще прибора, который позволил бы установить воздействие бега на организм спортсмена. Поэтому пока придется полагать-

ся на ощущения бегуна и опыт тренера. Секундомер при этом будет играть лишь подсобную роль.

Что касается общего объема беговой тренировки, то по этому вопросу уже существует некоторая ясность. Большинство считает достаточным пробегание 400—500 км в месяц в подготовительном периоде и 250—350 км в соревновательном. Что же касается процента интенсивного бега, то некоторые тренеры считают, что он должен достигать 15—20% зимой и 30—50% летом. Мне кажется, что этот процент несколько завышен. Ведь бег в анаэробных условиях требует очень большой затраты нервной энергии.

Одной из важнейших проблем тренировки в беге является проблема восстановления. Причем речь идет в первую очередь о восстановлении нервной энергии, ибо ее чрезмерное расходование прежде всего сказывается на выступлении спортсмена в ответственных соревнованиях. Умения сосредоточиться на достижении определенной цели, большой работоспособности и фанатизма в хорошем смысле этого слова советским спортсменам не нужно ни у кого занимать. Но между тем часто мы наблюдаем, как они проигрывают на финише дистанции именно там, где успех решается этими качествами.

Причиной, как мне кажется, является чрезмерное расходование нашими

бегунами нервной энергии в процессе тренировок и соревнований. Затрудняется восстановление нервной энергии средневики неудачный выбор места сборов, которые должны проводиться в местах, удаленных от «шума городского», в лесу, у реки или озера. Мало пользы приносят и ранние сроки проведения различных командных соревнований, особенно после того, как узаконены зимние первенства. Мне кажется, что все весенние соревнования до матчей республик и городов (конец мая) должны носить личный, добровольный характер и не нарушать тренировочного процесса. Количество серьезных, ответственных соревнований для членов сборной команды СССР летом не должно превышать одного-двух в месяц. Выступать же в соревнованиях современный бегун должен еженедельно для того, чтобы искать, порой ошибаться, не боясь при этом вызвать недовольство руководства.

Только на этих подводящих соревнованиях можно познакомиться со своими противниками, узнать их слабые и сильные стороны, проверить тактические новинки, что сделать в официальных матчах невозможно. Только сохранив нервный запал, можно перевести большой труд, затраченный на тренировки, в быстрые секунды. Таким образом, сохранение нервной энергии — это важнейшая проблема подготовки бегунов на средние дистанции, которую должна решить спортивная наука.

Есть у нас еще люди, склонные винить во всем бегунов, которые якобы и тренируются мало и бегают неохотно и не хотят «дерзнуть». Между тем советские средневики тренируются много. Я не знаю сейчас в сборной команде СССР ни одного бегуна, которого нужно было подгонять на тренировках. Скорее, некоторых из них нужно останавливать. Увеличивать дальше количество набеганных километров будет неправильно. Речь должна идти не о количестве, а о качестве. И здесь у нас не все еще благополучно.

Многие бегуны не имеют представления о физиологических основах современной тренировки, не знают, какие качества развивает тот или иной метод, формально ведут дневники, не анализируя свои победы и поражения. Мне кажется, что не плохо было бы провести краткий курс лекций для членов сборных команд с привлечением для этого специалистов в области физиологии, психологии, спортивной медицины.

В настоящее время прослеживается четкая связь между уровнем аэробной выносливости и результатами в беге на средние дистанции. Тому пример рекордные секунды Снелла, Райана, Кемпера, Матушевского. Выявить оптимальное отношение работы для развития аэробной и анаэробной выносливости, найти наиболее эффективные методы развития анаэробной выносливости, установить дифференцированные тесты для контроля за состоянием спортсмена — вот ближайшие задачи наших методистов и научных работников.

Вадим МИХАЙЛОВ,
мастер спорта СССР

г. Ленинград

Забег на 5000 м собрал на стадионе в Паневежисе всех лучших стайеров Литвы. Впереди А. Баранов. За ним победитель бега К. Оректас.

Фото И. Шейнаса



В последнее время уровень достижений в беге на средние дистанции значительно возрос. При этом высоких результатов добились многие юные бегуны. Это, естественно, привлекает внимание тренеров и заставляет нас пересмотреть некоторые аспекты методики тренировки наших молодых средневики.

Нами был проведен анализ спортивной деятельности и основных принципов тренировки в юношеском возрасте (15—18 лет) 184 бегунов на 800 м с результатами 1.44,3—1.49,9 и 180 бегунов на 1500 м, имеющих достижения — 3.35,6—3.46,9.

Анализ показал, что при подготовке лучших средневики мира в период роста организма использовались в основном три различные методики.

1. Тренировка, аналогичная подготовке взрослых бегунов, то есть параллельное развитие общей и специальной выносливости и скорости (Д. Бёрлессон, Д. Райан, Д. Линдгрэн и др.).

2. Подготовка к средним дистанциям сводилась к развитию скорости и общей выносливости, а затем начиналась работа над развитием специальной выносливости (Ю. Май и др.).

3. Система подготовки, когда в юношеском возрасте не проводились специальных тренировок. Они занимались такими видами спорта, которые развивают необходимую бегунам общую выносливость (футбол, ручной мяч, регби, баскетбол, плавание, лыжи и т. д.). К этой группе принадлежит значительное число сильнейших средневики мира. Так, из 184 бегунов на 800 м футболом в период роста занимались 64 человека, лыжами — 24, ручным мячом и регби — 19, американским футболом — 14, баскетболом — 14, плаванием — 8.

Многие лучшие спортсмены уже в ранние годы стихийно занимались развитием общей выносливости. Так, Г. Пирри, П. Нурми, В. Исхохоло в 11—12 лет длительное время бегали в лесу. Э. Затопек в играх со своими сверстниками часто обегал городские кварталы, З. Валентин и О. Пельцер обычно пробежали расстояние от школы до дома.

Думается, что рекомендации некоторых физиологов — приступать к развитию общей выносливости лишь в 16—17 лет — не являются достаточно обоснованными. Проведенные под руководством профессора В. Фарфеля эксперименты показали хорошую приспособляемость подростков к занятиям умеренной интенсивности. Это подтверждают также исследования П. Эстранда, Э. ван Аакена и др. Однако эти специалисты подчеркивают, что в работе с подростками следует быть очень осмотнительным при выборе темпа бега в условиях кислородной недостаточности.

В списке 50 лучших средневики мира больше всего американцев и англичан. Причем многие бегуны этих стран добились высоких результатов уже в юношеские годы. Поэтому методика их тренировки представляет для нас особый интерес. В большинстве американских школ уже в начальных классах широко распространены спортивные игры — американский футбол, баскетбол, бейсбол и др. Специальная же подготовка в беге на средние дистанции начинается в 15—17 лет. Занятия проводятся, как правило, 5 раз в неделю.

Подростки в английских школах в раннем возрасте начинают увлекаться спортивными играми (футбол, регби, крикет и др.). Кроссовые пробежки практикуются уже в 12—14 лет, однако интенсивность тренировок не высока и нагрузка возрастает лишь за счет увеличения ее объема. Юноши 12—14 лет тренируются 2—3 раза в неделю, 17—18-летние — 4—5 раз, опять-таки копируя в облегченной форме тренировку взрослых.

Просмотрев список сильнейших молодых средневики США периода 1954—1964 гг., можно отметить очень высокие результаты, достигнутые ими в беге на 880 ярдов (1.49,2—1.54,0) и на 1 милю (3.59,0—4.20,4). Не намного ниже и результаты юных англичан.

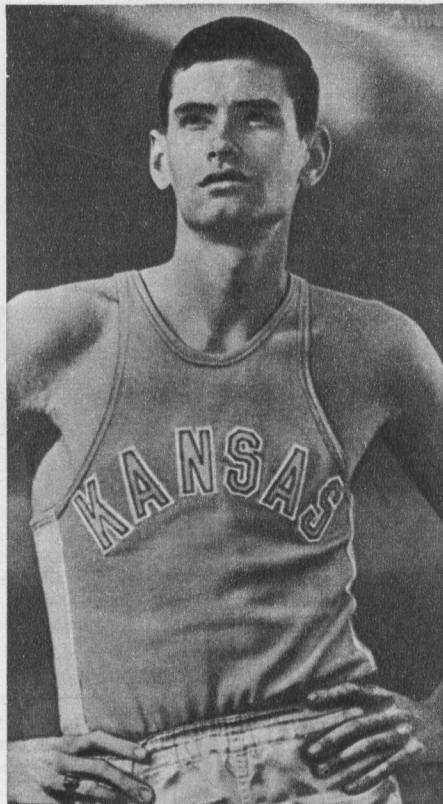
В США за последние 10 лет подготовлено 86 юношей, входивших в десятки сильнейших в беге на 880 ярдов и 77 в беге на одну милю. Однако из них только Д. Бойден и Е. Канлифф смогли попасть во взрослую национальную команду США, как бегуны на 880 ярдов, и

Д. Бёрлессон, Д. Райан и Д. Линдгрэн, как специалисты на одну милю. И не один из них, кроме Линдгрэна и Райана, не смог установить мировой рекорд. Бегуны, завоевавшие для США олимпийское первенство, установившие мировые рекорды и защищавшие цвета национальной сборной США — Т. Куртней, А. Соулз, А. Спурнер, В. Сэнти, Д. Битти, Т. Фаррелл, М. Грот, Р. Шюль, Т. О'Хара, В. Миллс, В. Деллинджер и др., — не входили в списки сильнейших юношей. Результаты их в юности были относительно слабые. Подготовкой к бегу на средние дистанции они занимались от случая к случаю или совсем не занимались. То же можно сказать и об англичанах Р. Баннистере, К. Чатаузе и некоторых других.

Как же объяснить феноменальные результаты некоторых юношей, показанные за счет развития специальной выносливости уже в возрасте 17—18 лет (17-летний Д. Райан — 1500 м — 3.39,0, 18-лет-

ЧЕМУ УЧИТ ОПЫТ СИЛЬНЕЙШИХ

ние Н. Майтон — 800 м — 1.46,4, Б. Кидд, Д. Линдгрэн — 5000 м — соответственно 13.43,8 и 13.44,0) Я думаю, что этих юношей следует рассматривать как исключение. Врач Р. Мотылинская утверждает, что способность переносить кислородное голодание может быть различной и что некоторые 17—18-летние бегуны по сво-



Джеймс Райан, установивший недавно выдающиеся мировые рекорды в беге на 1 милю — 3.51,1 и на 1500 м — 3.33,1

Из журнала «Трэк энд филд» США



Много раз встречались на беговой дорожке американец Джерри Линдгрэн (слева) и знаменитый Рон Кларк

Из журнала «Трэк энд филд» США

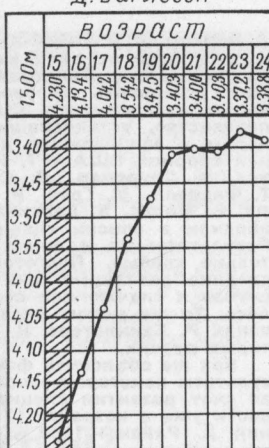
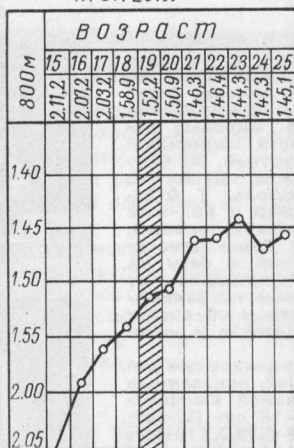
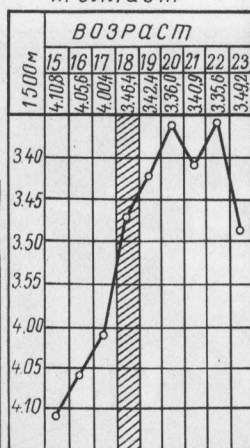
ему физическому развитию могут стоять наравне со взрослыми. Очень многое зависит и от климата, условий жизни, питания, спортивной деятельности в детстве. Нужно согласиться и с чешским врачом Урбаником, который говорит, что «нельзя бросаться в крайности. Нельзя брать в качестве примера отдельные молодые звезды. За основу необходимо принимать продуманные, экспериментально подтвержденные данные...»

Обратимся теперь к опыту советских бегунов. По данным В. Ильинича, из 53 юношей — призеров 1945—1949 гг. — в сборную СССР попали лишь Г. Говоров и И. Пипине. Говоров начал тренировки по развитию специальной выносливости с 17 лет, а Пипине приступил к ним еще позже, в 18-летнем возрасте. До этого он занимался спортивными играми и лыжами. О. Райко, привлеченный в последнее время внимание спортивной общественности высокими результатами, занимался ранее волейболом, баскетболом и греблей, бегал кроссы. Впервые он стартовал в беге на средние дистанции в 17 лет, пробежав уже на вторых соревнованиях 800 м за 1.58,6.

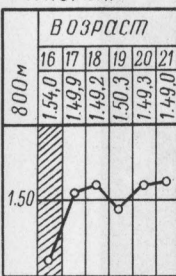
Проанализируем графики развития результатов четырех известных спортсменов (табл. 1). Заштрихованная графа соответствует возрасту, когда бегун начал систематически работать над развитием специальной выносливости. Спортивное развитие Т. Кэрролла, установившего в свое время рекорд среди юношей в беге на 800 м, является типичным случаем ранней специализации. В юношеские годы наблюдается быстрое улучшение результатов, зато рост результатов у спортсмена по достижении совершеннолетия резко сокращается. Спортивный же прогресс Х. Эллиота и П. Снелла продолжался и в зрелом возрасте, что является характерным для всех начавших работу над специальной выносливостью в 18 лет и позже.

До некоторой степени отступлением от этой закономерности является спортивная биография Д. Бёрлессона. Начав уже с 15-летнего возраста умеренные тренировки над специальной выносливостью, он до 20 лет из года в год повышал свои результаты. Подобный график роста результатов имеет и Т. Фаррелл. Однако он является единственным из 330 изученных автором спортсменов. По-видимому, тренировочная нагрузка обоих бегунов была выбрана удачно. Следовательно, оптимальная тренировочная нагрузка в годы роста организма также приводит к высоким результатам.

**ТЕХНИКА И МЕТОДИКА
ТРЕНИРОВКИ**



Т. КЭРОЛЛ



Но мы знаем также, насколько трудно определить эту оптимальную нагрузку.

Познакомимся вкратце с характером тренировок Т. Кэролла, Д. Барлессона, Х. Эллиота и П. Снелла. Т. Кэролл тренировался в 17—18-летнем возрасте 5—6 раз в неделю. В программу тренировок входили интервальный и повторный бег на отрезках 220, 440, 660, 880 ярдов. Например: 15×220 ярдов за 26,5—29 сек. и в промежутках ходьба 220 ярдов. На следующий день 5×440 ярдов за 58,8—59 сек. и легкий бег 440 ярдов между отрезками. В результате интенсивной тренировки и многочисленных соревнований этот очень одаренный спортсмен установил неофициальный юношеский мировой рекорд на 800 м — 1:49,2. Но в дальнейшем он смог улучшить свой результат всего на 0,2 сек.

В программе тренировки 15-летнего Д. Барлессона был трехмильный фартлек 2 раза в неделю. На следующий день он пробегал 10×440 ярдов за 70—75 сек., в интервалах ходьба на 440 ярдов.

В 16 лет Барлессон бежал один раз в неделю фартлек 3—4 мили. На следующий день 8—10×440 ярдов и ходьба в промежутках. В подготовительном периоде темп был в пределах 68,0, в соревновательном — 62,0. В 17 лет протяженность фартлека составляла 5 миль, на следующий день 8—10×440 ярдов за 64,0—67,0, причем в соревновательном периоде отрезки ходьбы были уменьшены до 220 ярдов. Достигнув 18 лет, Барлессон начал промежутки между отрезками заполнять бегом в медленном темпе. Таким образом происходило медленное повышение нагрузок.

Х. Эллиот в школьные годы занимался плаванием, футболом и другими спортивными играми. Бегом на средние дистанции систематически не занимался до 17 лет. Как отмечает Эллиот в своей анкете, в 15 лет он соревновался в беге один раз, в 16 лет — два раза, в 17 лет — один раз. Под руководством П. Черутти он тренировался короткое время. К несчастью (или к счастью), 17-летний Эллиот неудачно упал, повредил ногу и прекратил беговую подготовку на год. Возобновленные в 18 лет интенсивные тренировки быстро привели его к высоким результатам.

П. Снелл в период роста также не проводил систематической беговой тренировки. Он больше увлекался регби, теннисом, крикетом и плаванием. Планомерную беговую подготовку под руководством А. Лидьярда он начал в 19 лет. Затем последовал быстрый рост результатов. В своей анкете Снелл отмечает: «До 19 лет я серьезно не бежал. До этого времени мои результаты не предвещали мне блестящего будущего в легкой атлетике».

Таким образом, наибольший успех выпадает на долю бегунов, чья подготовка в подростковый период опирается в первую очередь на развитие общей выносливости. Наименьших успехов добились спортсмены, чья подготовка копировала тренировки взрослых. В тренерской практике этот метод, к сожалению, используется наиболее часто.

Почему не следует в период роста копировать тренировки взрослых? Профессор Х. Райндель (ГДР) подчеркивает необходимость врачебного контроля и его большое значение при работе над

развитием специальной выносливости в годы роста организма. Но проблема заключается не только в опасности перетренировки. Очень важным является определение оптимальной нагрузки при интервальных и повторных пробегах повышенной интенсивности, что чрезвычайно сложно.

Если учесть ограниченные возможности подростков переносить условия кислородного голодания, то можно понять, насколько трудно найти оптимальный путь развития специальной выносливости в подростковом возрасте.

Опыт сильнейших бегунов мира, а также проведенные нами эксперименты позволяют сделать следующие выводы:

1. Выдающихся спортивных успехов добились те бегуны, которые делали основной упор в период роста организма на развитие общей выносливости.

2. Работа над специальной выносливостью в подростковом возрасте себя не оправдывает. В этом случае мы наиболее часто встречаемся с ошибками в дозировке нагрузки. Чем интенсивнее развитие специальной выносливости в период роста, тем меньше возможностей достигнуть высоких результатов в дальнейшем.

3. При подготовке юных средневинов следует уже в детском возрасте привлекать их к всесторонней спортивной деятельности, делая основной упор на спортивные игры, занятия лыжами, плаванием и бегом в медленном темпе. Так развиваются необходимые в дальнейшем скоростные качества и общая выносливость. В 18—19 лет, когда юноша достигнет определенного уровня тренированности, можно постепенно переходить к интенсивному развитию специальной выносливости. Дозировка нагрузки должна быть оптимальной, так, чтобы тренировки не нарушали обмена веществ растущего организма.

4. В некоторых случаях, особенно в последнее время, среди лучших бегунов мира на средние и длинные дистанции появляются молодые спортсмены, чей спортивный путь характерен постоянным ростом результатов. Это позволяет предположить, что в недалеком будущем оптимальный возраст для начала тренировок по развитию специальной выносливости уменьшится. Это станет возможным за счет улучшения общего развития детей, и в первую очередь за счет более эффективного развития общей выносливости уже с детских лет.

Олав КАРИКОС, кандидат педагогических наук

г. Таллин.

Гимнастика в помощь легкоатлету

Здесь мы продолжаем перечень гимнастических упражнений, которые с успехом могут применять легкоатлеты для повышения своей общей физической подготовки (начало см. в журнале «Легкая атлетика», 1967 г., № 6). Ниже приводятся упражнения на параллельных брусьях, коне, гимнастическом столе и плите.

Упражнения на брусьях (1—16). Конструкция этого снаряда позволяет выполнять на нем множество самых различных упражнений, которые служат для развития силы мышц рук, плечевого пояса и туловища. Приводимые здесь упражнения (подъемы, размахивания, перевороты и стойки) не представляют большой сложности для легкоатлетов. По мере освоения этих простых упражнений спортсмены могут постепенно усложнять их, добавляя новые элементы. Женщины, кроме того, могут выполнять некоторые упражнения и на разновысоких брусьях. Так же, как и при выполнении упражнений на перекладине и кольцах, особое внимание нужно уделить страховке.

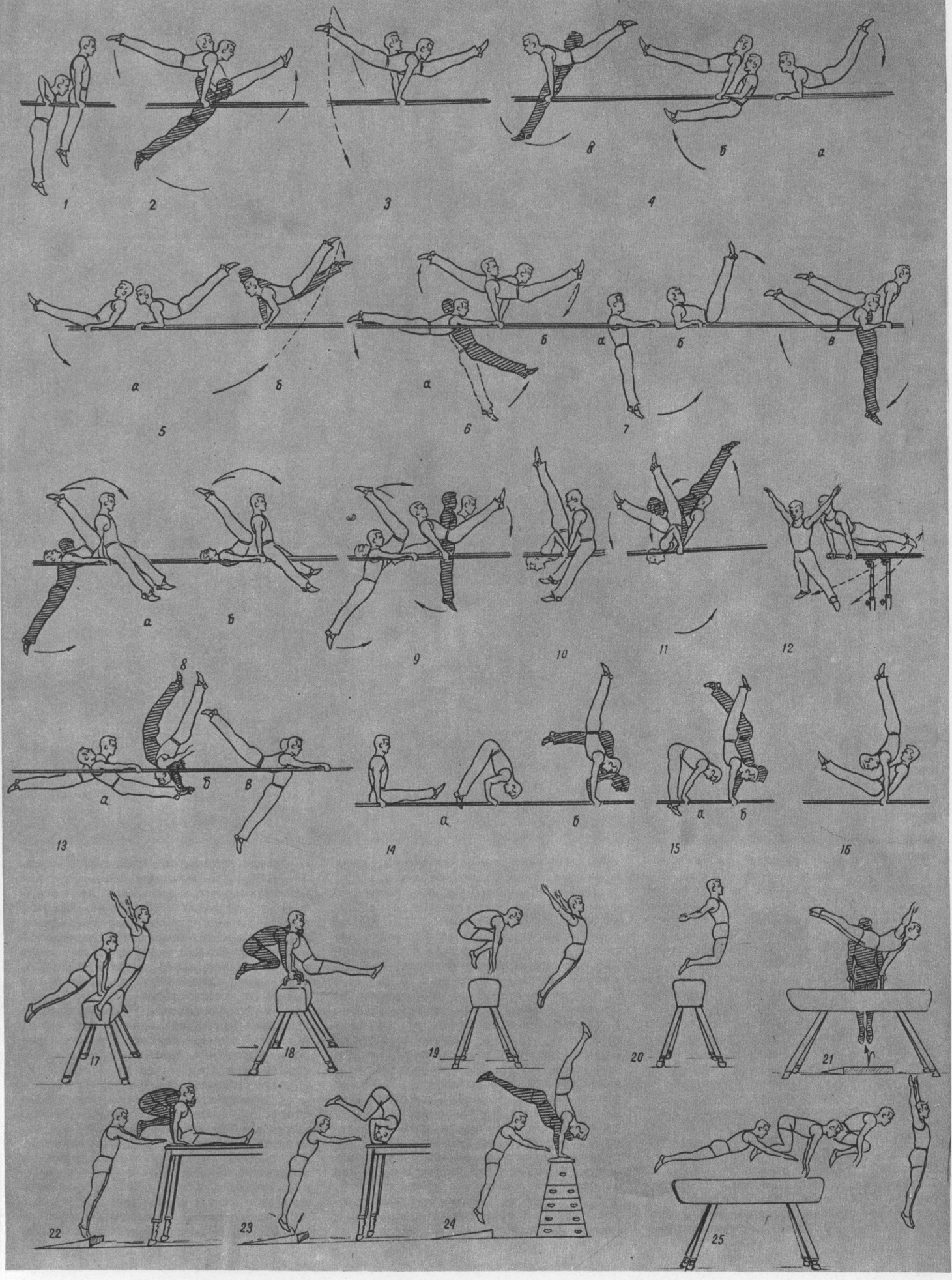
1. Подъем силой.
2. Размахивание со сгибанием рук.

3. Размахивания в упоре.
- 4—7. Подъемы махом вперед и назад из упора на локтях и руках.
- 8—9. Подъемы разгибом.
- 10—11. Стойка на плечах силой и из размахивания.
12. Соскок ноги врозь на концах брусьев.
13. Переворот назад из размахивания в упоре на руках.
- 14—16. Стойка на руках силой и из размахивания.

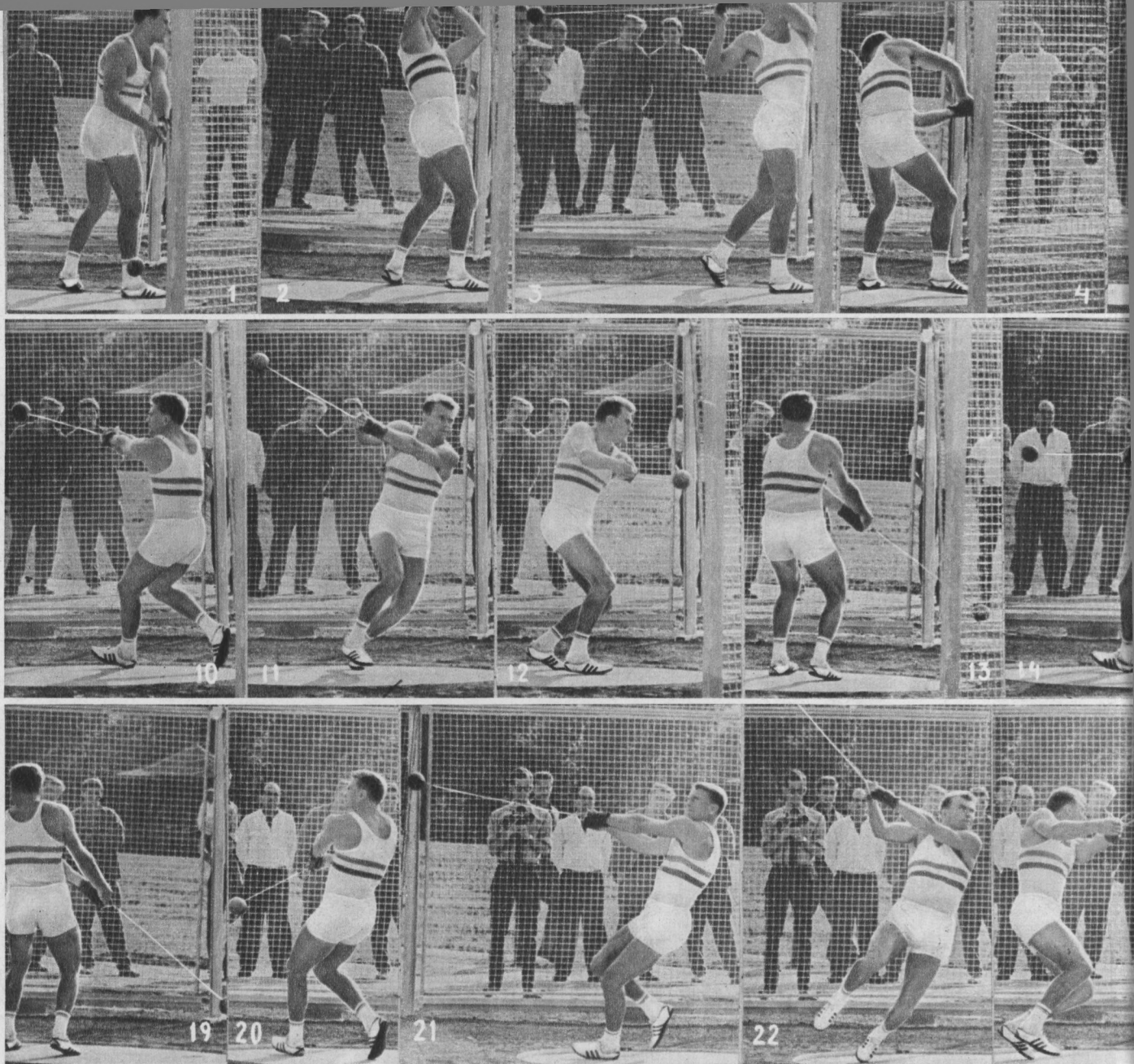
Гимнастические прыжки (17—25). Эти упражнения способствуют развитию прыгучести, координации движений, улучшают способность к ориентировке в пространстве, воспитывают смелость, ловкость. Отталкиваться можно с гимнастического мостика или трамплина. Однако легкоатлетам лучше всего прыгать с пола или грунта. Выполнять гимнастические прыжки следует в конце занятий «поточным методом».

- 17—21 и 25. Прыжки через коня и козла ноги врозь, согнув ноги, согнув ноги назад и прогнувшись.
- 22—23. Упражнения на гимнастическом столе.
24. Переворот через плint.

Василий КЛИМЕНКО



МОЛОТ МЕТАЕТ ДЬЮЛА ЖИВОЦКИ



Мировой рекордсмен в метании молота венгр Дьюла Живоцки родился в Будапеште 25 февраля 1937 года. Слава земляков Дьюлы — олимпийских чемпионов И. Немета и Й. Чермака — привлекла внимание 14-летнего паренька к этому виду легкой атлетики и привела его на стадион. Вначале он тренировался самостоятельно и даже достиг результата 46,82. Но настоящая тренировка началась только после встречи Живоцкого со своим первым и единственным тренером Шандором Хармати. Многолетняя планомерная работа в конце концов увенчалась мировым рекордом.

Мировой рекордсмен наряду с отличными физическими данными (рост 1,91 см, вес 100 кг, размах рук 210 см) обладает неплохой техникой метания. Основные особенности этой техники — большой радиус вращения снаряда, «владение» молотом на всем пути вращения и длинный, мощный финал. В своей тренировке Живоцки много экспериментирует, ищет наилучшие вари-

анты движения, применяя самые разнообразные средства подготовки.

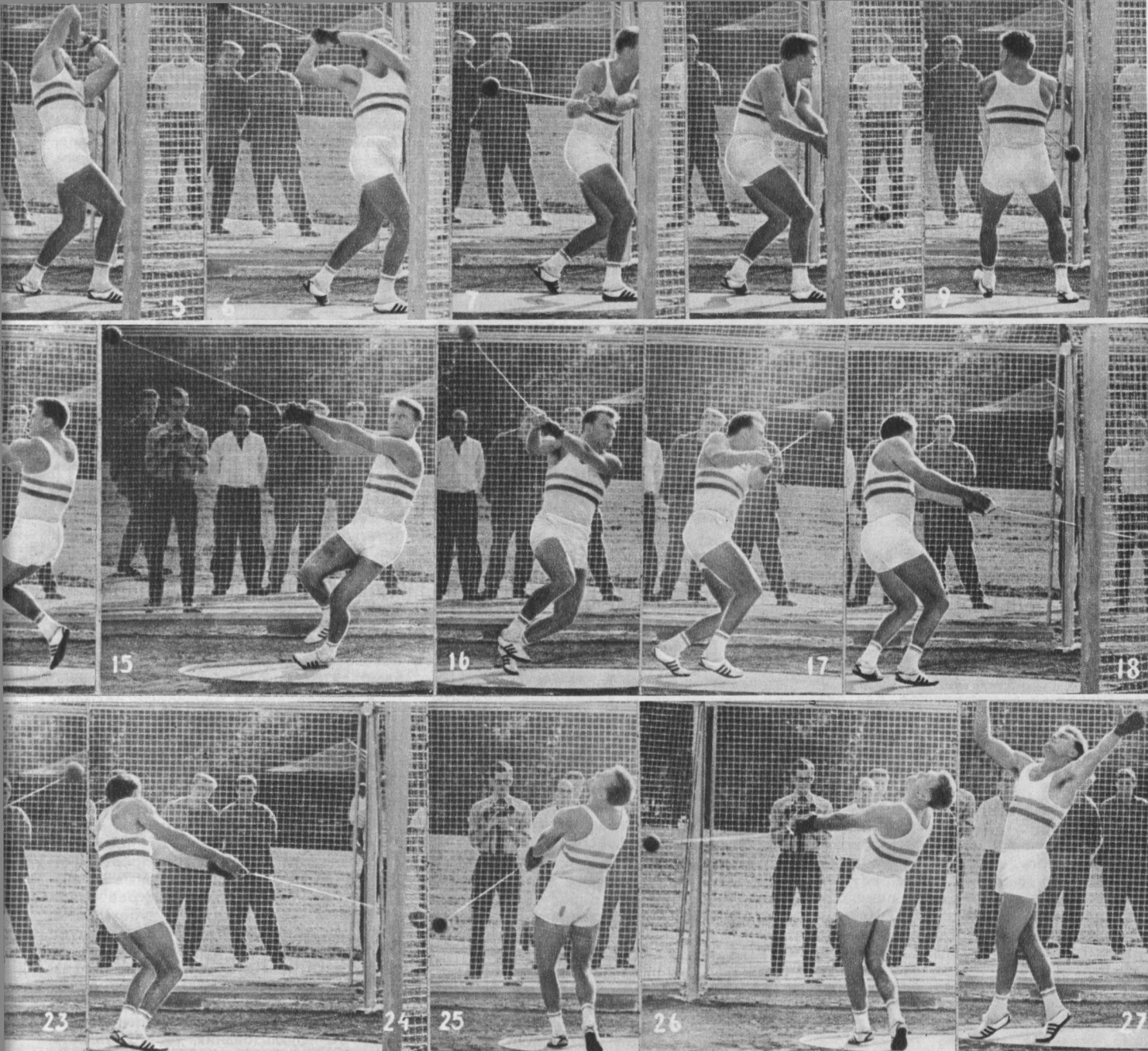
Дьюла Живоцки был и остается самым опасным конкурентом советских метателей. О возможностях Дьюлы говорит не только его выдающийся мировой рекорд. В одном из разминочных бросков накануне установления мирового рекорда он показал 76,30!

Рассмотрим кинограмму одного из бросков «семидесятиметровой» серии. В первую очередь обращает на себя внимание широта движения молота. Средний радиус вращения в данном броске — 180 см. Для сравнения укажем, что средний радиус у Р. Клима равен 165 см, а у Ю. Бакаринова — 158 см. Конечно, нельзя объяснять успех венгерского метателя только большой длиной рук, но можно сказать, что природную «фору» он использует отлично. К сожалению, недостаток места не позволяет привести более подробную кинограмму, однако и эти 27 кадров дают хорошее представление о технике мирового рекордсмена.

Предварительные вращения (кадры 1—7) Живоцки начинает с замаха, а не из статического положения как большинство метателей. Особенность этой фазы — низкая траектория снаряда — молот едва поднимается над головой во втором вращении. Взгляд метателя все время направлен вперед. Это помогает ему удерживать равновесие во время компенсаторных движений таза при разгоне молота. Первый оборот Живоцки выполняет на прямых ногах, а второй в значительном подседе. Пронся молот над головой, метатель наклоняется в сторону снаряда (кадры 4, 5), перенося о.ц.т. на правую ногу.

К недостаткам следует отнести высокое положение левого плеча при встрече молота после прохождения его над головой (кадры 3, 6). Это приводит к сильному сгибанию правой руки, к потере натяжения троса и к увеличению «холостого хода», когда метатель не может разогнать снаряд.

Вход в первый поворот (кадры 7—10). Это движение ставит перед мета-



телем несколько сложных задач: перевести тело во вращение, создать поступательное продвижение всей системе метатель — молот и, сохраняя равновесие, разогнать снаряд. Как же решает эти задачи Живоцки? Разгон молота происходит по длинной дуге от момента «захвата» (кадр 7) до прохождения снарядом передней точки траектории (кадр 10). Согнутая правая рука и наклон вперед метателя говорят о том, что в предварительном вращении скорость снаряда была недостаточной. Теперь Живоцки спешит компенсировать это как можно быстрее при входе в первый поворот. Он опускает левое плечо несколько ниже правого и движение входа в поворот начинает левым бедром. Перенос веса тела на согнутую левую ногу позволяет метателю легко и своевременно снять правую с грунта.

Повороты (кадры 10—22) Живоцки выполняет почти безупречно. Разгон молота производится в каждом повороте, и возрастающая тяга снаряда заставляет метателя отклоняться назад

(кадры 10, 15, 21). Амплитуда движений очень широка (кадр 15), и это главный козырь венгерского спортсмена. Все повороты он выполняет на полусогнутых ногах. Это помогает ему избежать ненужных подскоков (обратите внимание — голова во всех поворотах находится на одном уровне) и подготовиться к финалу.

В одноопорных фазах, при выполнении закручивания корпуса и обгоне снаряда тазом и ногами видно стремление провести закручивание непосредственно перед постановкой правой ноги на грунт на переднюю часть стопы (кадры 11, 16, 17). От поворота к повороту увеличивается наклон плоскости вращения молота (кадры 11, 16, 22) — это идет подготовка к созданию оптимального угла вылета снаряда (примерно 43°). Стремление наиболее эффективно воздействовать на снаряд ведущим треугольником «руки — грудь» требует совпадения плоскости вращения снаряда и плоскости этого треугольника. В первом и втором пово-

ротах метателю это удается (кадры 11—13 и 16—19). А вот в третьем повороте (кадры 20—23) это получается хуже. Запоздывание с закручиванием корпуса (кадры 21, 22), желание как можно скорее начать финал привели к сгибанию правой руки, выведению вперед левого плеча и разбросу ног (кадр 22). В итоге Живоцки опоздал с постановкой ноги (сравните кадры 17 и 23).

Финал (кадры 22—27) мировой рекордсмен проводит образцово. Несмотря на позднюю постановку правой ноги, он успевает поистине молниеносно начать финальное движение мощным разгибанием ног и «отвалом» назад (кадры 23—24). Причем разгибание ног начинается тогда, когда молот еще идет вниз. Разгоняя снаряд, метатель поворачивается на носках и наклоняется назад при взятии молота «на себя». Заключительный рывок руками — и снаряд летит за отметку 70 метров...

Анатолий САМОЦВЕТОВ,
мастер спорта

ЗАВОЕВАНИЕ ВЫСОТЫ

Прошло уже двенадцать лет с того дня, как я пришел к ленинградскому тренеру А. Нотману. Был я тогда подвижным тринадцатилетним мальчишкой и к тому времени уже имел небольшой стаж занятий спортивной гимнастикой. В группе Нотмана я пробыл около года. Занимался всем понемногу, но ярко выраженного интереса к какому-нибудь виду легкой атлетики не имел.

Зимой 1955/56 года, по взаимному соглашению между тренерами, я перешел в группу В. Розенфельда, где готовились будущие шестовики. Я не знаю точно, почему это было сделано, но думаю, что мой первый тренер, вероятно, учел некоторые мои гимнастические навыки и решил, что большего успеха я добьюсь в прыжках с шестом. Возможно, будь я не в «Зените», такая передача и не состоялась бы. К счастью, у нас в спортивной школе тренеры всегда исходили не из своих личных интересов, а из интересов воспитанников. Как оказалось впоследствии, Нотман и Розенфельд не ошиблись. Едва ли я достиг бы таких успехов в других видах легкой атлетики, каких добился в прыжках с шестом.

Итак, отныне мои привязанности были отданы одному из самых трудных легкоатлетических снарядов. На первый взгляд казалось, что ничего сложного в этом металлическом шесте нет. Но сколько же сил и времени понадобилось для того, чтобы оседлать этого норовистого коня! И что было особенно сложно — каждый «конь» имел свои особенности, свой норов. Помню, что когда на первых соревнованиях я преодолел планку на высоте 2,40, то чувствовал себя крайне неудобно и испытывал странное чувство — казалось, шест действует сам по себе, а я сам по себе.

Для прыгуна с шестом первостепенное значение имеет разносторонняя физическая подготовка, высокий уровень развития скоростно-силовых качеств, тонкое чувство координации. Естественно поэтому, что в первое время особенно много внимания мы уделяли спринтерскому бегу. Почти на каждой тренировке и зимой и летом я и мои товарищи «брали старты», делали ускорения, много раз повторяли различные беговые упражнения. Нередко я применял бег с отягощением — трехкилограммовым поясом. В итоге уже через год я стал пробегать 100 м за 11,5, а позднее довел свой результат до 11,1. Думаю, что на более короткой дистанции, необходимой для разбега в прыжках с шестом, мне удастся развивать и более высокую скорость. Нужно сказать, что тренировка в беге и сейчас продолжает оставаться одним из главных компонентов моей подготовки.

Как я уже сказал, прыгун с шестом должен быть не только быстрым, но и

сильным, гибким, выносливым. В приобретении мной этих качеств большую роль сыграла та традиционная часовая разминка, с которой в нашей спортивной школе начинается каждое занятие. Эту разминку мы называем иногда «мельницей». Как непрерывно вращающееся мельничное колесо, наша группа переходит по кругу от одного упражнения или снаряда к другому. Бег сменяется штангой, штанга — гимнастическими упражнениями, акробатикой, прыжками с отягощением. В итоге каждый участник разминки получает отличную нагрузку.

Уже с первого года особое место в тренировке отводилось технике прыжков с шестом. Для этого применялись и общеизвестные и специально придуманные в нашей школе имитационные упражнения без шеста и с шестом. В первое время особенно много мы занимались на гимнастическом шесте и гимнастическом канате. Эти снаряды помогли нам изучить такие важнейшие элементы прыжка, как вис, мах, а до известной степени и переход планки. Для этого рядом с канатом устанавливались стойки для прыжков. Надо сказать, что впоследствии на смену этим снарядам пришли кольца и перекладина. Элементы техники стали совершенствоваться и непосредственно на шесте.

В то время я сравнительно часто выступал на юношеских соревнованиях и не только прыгал с шестом, но и бегал на короткие дистанции. Результаты в прыжках с шестом росли у меня примерно на 20—30 см в год: 1955 г. — 2,90; 1956 г. — 3,20; 1957 г. — 3,70; 1958 г. — 4,00; 1959 г. — 4,20. В 1960 г., прыгнув на 4,40, я впервые выполнил норматив мастера спорта, а еще через год, в 1962 г., довел свое достижение до 4,52.

В то время я прыгал с металлическим снарядом, хорошо к нему приспособился и, как казалось мне и моему тренеру, был на правильном пути. Но вот в 1962 году появились фибергласовые шесты. Из первых 12 синтетических шестов один достался мне. Но что с ним делать? Как тренироваться? В первое время я оставался в полной неизвестности. А нужно было привыкать к новому мышечным ощущениям, иным временным соотношениям в прыжке. Давалось все это с трудом. Не было опыта. Осенью на соревнованиях в Ташкенте мне удалось с прехом пополам преодолеть высоту 4,30, но зимой шест сломался, и не без тайного удовольствия я снова начал прыгать на «металле».

Впрочем, это было временное и вынужденное отступление. Вскоре я снова получил фибергласовый шест, и проблема его освоения вновь встала передо мной во весь рост. Положение облегчалось тем, что к тому времени нам удалось повидать прыжки известных американцев. В 1963 году в Ленинграде выступал Д. Юлсес. Потом я познакомился с

техникой Д. Пеннела. Впрочем, подражая этим прыгунам, мы подражали и их ошибкам. Так произошло в частности с Пеннелом, который впоследствии изменил некоторые детали своей техники, считая их ошибочными.

Итак, как я уже сказал, на фибергласе мы столкнулись с необходимостью изменения временных соотношений в прыжке. На металлическом снаряде мы работали гораздо быстрее. Здесь же надо было дать шесту время «зарядиться», чтобы затем выбросить прыгуна над планкой. Но в связи с этим появилась проблема попадания «в шест», то есть согласования своих действий с его разгибанием. Малейшая неточность в висте, отвале или выпрямлении приводила к тому, что шест «не попадал» в прыгуна и бросал его не туда, куда следует.

Если на металлическом снаряде все приходилось делать самому, то теперь часть работы брал на себя шест. Однако для этого нужно было найти общий язык с фибергласом, заставить его работать на себя. Этому и были посвящены наши тренировки в 1963 и 1964 гг. Немало ошибок мы совершали в то время. Некоторые считали, что мах теперь будет не нужен. Другие старались при «входе» сильнее давить на шест левой рукой, сгибая его в дугу. Потребовалось немало времени, чтобы избавиться от этих крайностей.

В первое время некоторые прыгуны и тренеры предполагали, что для большинства спортсменов, прошедших обучение и выступавших с металлическим шестом, освоение фибергласового снаряда связано с особыми трудностями. Думали также, что и начальное обучение должно проходить на эластичном шесте. Между тем опыт моего товарища Г. Близначева и мой опыт опровергают это предположение. Полученные прежде навыки помогли нам быстрее освоить новый шест. Я глубоко убежден в том, что молодым прыгунам следует начинать учиться основам входа на шест, виста и маха именно на более жестком металлическом или бамбуковом шесте. Что касается особенностей фибергласового снаряда, создания «дуги» и ее использования, то это умение должно прийти со временем и постепенно.

1964 год был для меня годом становления новой техники. Начал я этот год с результата 4,30, а закончил преодолев планку на высоте 4,80. Именно в этом году сложились те основные принципы моей тренировки, которых я придерживаюсь в настоящее время и которые позволили мне в последующие годы постепенно подойти к пятиметровой высоте (1964 г. — 4,80; 1965 г. — 4,90; 1966 г. — 5,00 и 1967 г. — 5,00). Из чего же складывается моя тренировка в настоящее время? Обычно зимой 2 раза я тренируюсь в зале и 2 раза в манеже. Кроме того, если есть возможность, одну тренировку посвящаю кроссу. В зале я занимаюсь гимнастикой, штангой, баскетболом, выполняю много специальных упражнений. Из упражнений со штангой я предпочитаю жим лежа, приседания и прыжки с небольшим весом. Не обходятся эти занятия и без акробатики, особенно необходимой прыгунам с шестом. Это всевозможные стойки и парные упражнения. Что касается манежа, то там

я тренируюсь преимущественно в спринте и в прыжках с шестом. Сейчас, когда период обучения прыжкам на фиберглассе для меня уже прошел, зимой я работаю в основном над совершенствованием отдельных элементов. В процессе соревнований строго контролирую себя и после каждого выступления составляю своего рода рапорт: какие были ошибки в технике и что надо исправить.

Эту работу над элементами техники я начинаю в облегченных условиях — на небольших высотах и укороченном разбеге — и лишь потом переношу новые навыки на прыжки с нормального разбега и на больших высотах. В этом году, например, я совершенствовал постановку шеста в упор и вход, добиваясь возможно меньшей потери скорости при переходе из разбега в вис. На тренировках я стараюсь довести выполнение того или иного элемента до автоматизма. В этом мне помогают многочисленные упражнения, изобретать которые мой тренер большой мастер. Так рождается «чувство шеста». Особенно точно и тонко я ощущаю снаряд в момент его разгибания и перехода планки. Основываясь на этих ощущениях, я мог бы совершить прыжок с закрытыми глазами.

Однако этот автоматизм не делает меня рабом одной идеи, одного узкого навыка, шаблона. Я стараюсь сохранить способность к выполнению различных вариантов прыжка. Ведь порой в ходе соревнований в зависимости от погоды, состояния дорожки, своего самочувствия в технику, ритм разбега и прыжка приходится вносить те или иные коррективы. Такой гибкости и вариативности моей подготовки помогает применение различных шестов. Прыгая с небольшого разбега, я пользуюсь снарядом, рассчитанным на вес 160 фунтов, увеличивая разбег до полного, я перехожу на шест рассчитанный на 180 фунтов.

Не быть догматиком в спорте, думать и анализировать свои действия меня научил тренер. Многим помогли мне и тренер сборной команды страны В. Ягодина и мой старший товарищ Геннадий Близицецов, чрезвычайно добрый и отзывчивый человек, всегда готовый поделиться своим опытом. Если сравнивать «систему» тренер—спортсмен с межконтинентальной ракетой, то тренера можно сравнить с первой ступенью, которая приводит в движение всю систему. Но в дальнейшем ракета, то бишь спортсмен, отправляется в «самостоятельный полет». А к этому он должен быть хорошо подготовлен.

Однако продолжу рассказ о своей тренировке. Сейчас в связи с рядом ответственных зимних соревнований мне приходится заботиться о более раннем приобретении спортивной формы, а следовательно, тренироваться зимой более интенсивно. А это невозможно без правильного чередования тренировок и отдыха. Вот почему я придаю большое значение отдыху, и не только после летнего сезона, но и по ходу тренировоч-



Хорошие друзья в жизни и постоянные соперники в секторе для прыжков. Игорь Фельд (слева) и Геннадий Близицецов

Фото Ю. Шаламова

ного процесса. Не боюсь я и длительного отдыха в течение нескольких недель. Отдыхать стараюсь активно — плаваю, играю, бегаю кроссы. Даже в горячий период летних соревнований я стараюсь время от времени отдохнуть, пожить в лесу. Это помогает мне сохранить то, что я обычно называю «свежинкой».

Летом у меня нет твердого недельного цикла тренировок. Он варьируется в зависимости от физического состояния, календаря соревнований. Однако при всех условиях летом одну тренировку в неделю я посвящаю прыжкам. Но с малого разбега почти не прыгаю. Вторая тренировка носит спринтерский характер. Я много раз пробегую по разбегу. Люблю бег с выключением и включением. Третий раз в неделю я занимаюсь гимнастикой, акробатикой, выполняю упражнения с легкой штангой. Иногда на четвертом занятии бегаю кроссы. Опыт показал, что летом мне бывает достаточно трех-четырех тренировок в неделю.

Именно эти принципы были положены мной в основу подготовки к зимнему первенству Европы в Праге. Осенью, после соревнований в Ленинкане, мне стало ясно, что моя главная задача — это совершенствование перехода в вис. Именно над этим я и работал в начале зимы. Работа несколько затянулась и только перед самым первенством страны у меня стало «получаться». Попробовал перейти на большой разбег и большие высоты. Тоже все в порядке. Физически я был подготовлен хорошо.

Бегал много кроссов, занимался со штангой. Вот только не успел восстановить скорость в разбеге, и это помешало мне на зимнем первенстве страны добиться более высокого результата (преодолею 4,80 и был вторым).

Во всяком случае появилась уверенность, и на зимнем чемпионате Европы в Праге я выступал сосредоточенно и спокойно. Для нас — прыгунов с шестом — чрезвычайно важна проблема сохранения сил в процессе соревнований. Ведь они длятся в течение многих часов. Обычно последнюю тренировку я провожу за три дня до выступления. Два дня отдыхаю, а накануне провожу разминку. Что касается разминки непосредственно перед соревнованием, то разминаюсь легко. Это медленный бег, упражнения на гибкость и растягивание и имитационные упражнения для «настройки» на прыжки. Стараюсь затратить как можно меньше сил на проверку разбега и пробный прыжок. В каждый же зачетный прыжок вкладываю минимум усилий и избегаю прыгать «с запасом». Именно этих правил я и придерживался, когда стал чемпионом зимнего первенства континента с результатом 5,00.

Удастся ли мне в этом году прибавить к своему достижению традиционные 10 см, покажет будущее. Ведь впереди еще много интересных соревнований.

Игорь ФЕЛЬД,
мастер спорта СССР

г. Ленинград

МАСТЕР О СЕБЕ

О диссертации В. Лихонина

Наука
и спорт

В № 4 нашего журнала была опубликована статья В. Лихонина «Темп и ритм в беге с низкого старта», которая является фрагментом диссертационной работы автора. Редакция получила ряд откликов на статью, в том числе от ленинградцев Д. Ионов, Г. Черняева, Б. Столярова, москвича Л. Ойфебаха. Здесь мы публикуем некоторые из этих откликов.

Бег на короткие дистанции пока остается слабым местом нашей легкой атлетики. Поэтому научный поиск, определение закономерностей, обеспечивающих успех в подготовке спринтеров, можно только приветствовать. Детальное изучение особенностей выполнения низкого старта, которое является основной задачей работы В. Лихонина, имеет существенное значение.

В своей статье В. Лихонин затрагивает чрезвычайно важные вопросы взаимоотношения длины и частоты шагов (у автора — темпа) в спринтерском беге. Лихонину удалось получить материалы, показывающие колебания длины шагов в стартовом разгоне в зависимости от классификации спортсмена и уровня спортивной формы. Заслуживают внимания материалы, свидетельствующие об определенных закономерностях ритма бега в стартовом разгоне.

К сожалению, в статье имеется ряд недостатков, на которых следует остановиться. Заканчивая рассуждения о ритме и темпе бега, которые имеют непосредственное отношение к приводимому в статье фактическому материалу, автор неожиданно переходит к разговору о различных вариантах низкого старта, пытается доказать преимущество одного варианта перед другими, не приводя данных исследований. В научной статье такой способ изложения не должен иметь места.

Автор отдает предпочтение так называемому обычному старту. Это утверждение не ново, оно было выска-

зано ранее рядом зарубежных и советских специалистов. В то же время хотелось бы обратить внимание на то, что многие выдающиеся спринтеры применяют не «обычный», а «собранный» вариант старта (Д. Андерсон, Д. Ньюмен, олимпийская чемпионка В. Тайес и лучший, с нашей точки зрения, «исполнитель» старта кубинец Э. Фигерола). Нам кажется, что исследователи, заранее отдающие предпочтение одному из способов, подходят к решению этой проблемы односторонне. Очевидно, при выборе рациональной стартовой позиции необходимо учитывать рост, длину конечностей, силу отдельных групп мышц, особенности нервной системы спортсмена и другие факторы. Хотелось бы, чтобы автор специального исследования сосредоточил внимание на определении зависимости между индивидуальными особенностями бегуна и выбором им рационального варианта старта.

И еще несколько замечаний. Вызывает недоумение фраза: «...изменение темпа бега и изменение длины шагов не взаимосвязанны в пределах стартового разгона». Вряд ли два компонента, из которых складывается скорость бега, могут быть не взаимосвязанны на любом участке дистанции. Очевидно, автору надо было говорить об изменении характера этой взаимосвязи на различных этапах бега.

В своем первом выводе (без приведения фактического материала) В. Лихонин утверждает: «Чем длиннее шаг, тем выше скорость». Подобное утверждение далеко от истины, даже если оно касается стартового разгона. Во-первых, длина шагов без определенного темпа еще ни о чем не говорит, а, во-вторых, специальные исследования свидетельствуют о том, что многие выдающиеся бегуны (Д. Ньюмен, К. Пикемаль, Р. Бамбюк, Х. Иидзима, В. Маньяк) показали высшую скорость в стартовом разгоне при некотором уменьшении длины шагов и увеличении их частоты.

Хотелось бы посоветовать автору статьи и будущей диссертации прежде всего не торопиться с выводами, собрать побольше фактического материала. Кроме того, следует иметь в виду, что данные, полученные в условиях тренировки, далеко не всегда будут соответствовать действительной картине бега, наблюдаемой в процессе ответственных состязаний. И, наконец, нужно обеспечить проведение исследований с помощью более современной научной аппаратуры.

Дмитрий ИОНОВ, профессор,
Георгий ЧЕРНЯЕВ, доцент

На стадии предварительного обсуждения диссертационной работы В. Лихонина хотелось бы сделать автору некоторые замечания, учет которых в дальнейшем избавил бы его от дальнейшей критики.

1. При оценке ритма бега можно только с очень большой осторожностью использовать данные, полученные с помощью спидографа Абалакова.

2. Следует дать четкое определение используемому в статье понятию «темп бега».

3. Помещая «графики трех спортсменов», необходимо было четко определить величины, откладываемые по осям координат. В данном случае непонятно, в каких величинах измеряются «изменения темпа на каждые 5 метров дистанции».

4. Нельзя говорить о стабилизации темпа у спортсмена «уже со второго шага», приводя графические данные, начиная только с пятого метра дистанции.

5. Остается непонятным сделанное автором заключение о наиболее рациональном значении ритма бега к концу разгона. Почему он принимает именно такое значение ритма за оптимальное?

6. Некоторые цифры, приводимые автором, требуют тщательной проверки. Время опорных фаз для первого шага составляет 16—20 миллисекунд, ритм первого шага — 3. Таким образом, длительность первого шага оказывается равной: $t_1 = t_{\text{полета}} + t_{\text{опоры}} = \frac{16 \div 20}{3} + (16 \div 20) = 21,3 \div 26,6$ (мсек), или 0,021 ÷ 0,027 сек.

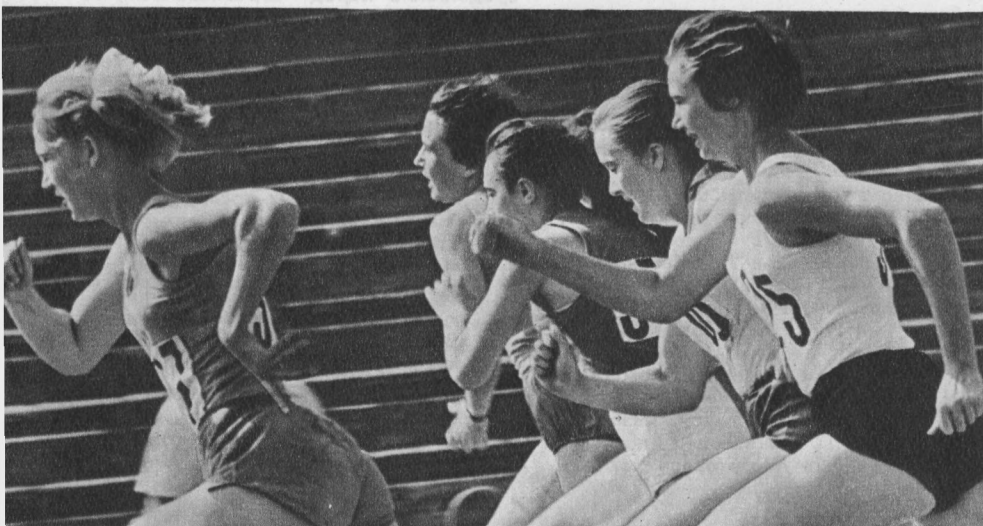
В конце разгона длительность опорных фаз (по автору) составляет 10—11 миллисекунд, а ритм — 1. При этом длительность шага в конце разгона оказывается равной 0,02 сек., что соответствует частоте тока в электрической сети!

На этом можно закончить изложение критических замечаний и отметить интересную в целом направленность работы, в которой автор делает попытку провести оценку изменений ритмики одного из самых популярных спортивных движений — спринтерского бега в самой сложной его части.

Лев ОЙФЕБАХ

На X Юбилейной Спартакиаде школьников.

Фото Е. Волкова



СТАРТУЕТ ДЕСЯТАЯ ШКОЛЬНАЯ



На школьных соревнованиях. Забег девушек на 80 метров с барьерами
Фото В. Бровка

В последней декаде июля над стадионами и спортивными площадками Ленинграда взвились флаги Десятой юбилейной спартакиады школьников. Как известно, она является составной частью Спартакиады народов СССР. Это наложило отпечаток на всю работу по юношескому спорту в этом году. Никогда соревнования школьников не были такими массовыми и организованными, как сейчас, накануне Всесоюзной спартакиады. Никогда так тщательно не отбирался состав для сборных юношеских команд. Это и понятно. Плохо подготовив к Спартакиаде школьную команду, не выиграешь и взрослыми, как бы сильны они не были. Вот почему теперь для детских спортивных соревнований предоставляются лучшие благоустроенные стадионы, отводится удобное время для тренировок сборных команд.

Десятая школьная давно идет по стране. Уже в мае к нам в редакцию стали поступать первые сведения о детских и юношеских состязаниях. Нам сообщали. Городская спартакиада учащихся проведена в Петропавловске. Более 300 мальчиков и девочек участвовали в Спартакиаде города Гусь-Хрустальный. На спортивной площадке школы № 4 разыграно первенство далекого города Апатиты. Три дня на Центральном стадионе в Кемерове 850 школьников оспаривали первенство области. Провели свое первенство школьники Горьковской области. Словом, тысячи городов и сел были включены в орбиту Десятой юбилейной. После городских и областных соревнований школьников состоялись спартакиады республик.

С чем же приходят республики к Всесоюзной школьной спартакиаде? Надо сказать, что достижения молодежи радуют! Тем более, что они показаны ребятами и девушками многих городов страны. Вот некоторые факты. В Нижнем Тагиле ученица VI класса Таня Огородникова прыгнула в длину на 5,23. На соревнованиях в Горьком за 10,8 пробежал 100 м Виктор Вездетский, а результаты первого спортивного разряда в пятиборье и десятиборье показали школьницы Елена Долинская и Евгений Киселев.

Отличным барьеристом зарекомендо-

вал себя учащийся из Кутаиси Анатолий Мошиашвили. Он стал победителем не только школьных соревнований, но и республиканской Спартакиады взрослых Грузии. 110 м с барьерами он пробежал за 15,0. На Спартакиаде учащихся Киргизии ученик школы № 48 Володя Кубарев преодолел высоту 1,91, а Людмила Никишина — 1,60. Сильнейшей в беге на 100 м на Спартакиаде Азербайджана оказалась четырнадцатилетняя Валя Инжузатова. Героем Спартакиады школьников Молдавии стал Слава Лысенко из Кишинева. Ему только 16 лет, а 100 м он пробежал за 10,8 и 200 м за 22,5. На соревнованиях в Московской области на 7,20 прыгнул в длину выступавший по младшей возрастной группе Борис Измествев. Лучшим на 100 м в Белоруссии был также школьник младшего возраста Сергей Коровин. Таким образом, во многих случаях на школьных соревнованиях побеждают самые молодые, а следовательно, и самые перспективные юные спортсмены.

В стране появляются все новые и новые центры юношеской легкой атлетики. Так, на Спартакиаде Украины, вслед за одержавшей победу дружной командой Одесской области, больших успехов добилась команда Донецкой области. Учащаяся школы № 76 г. Донецка Валя Лазаренко пробежала самую короткую спринтерскую дистанцию за 11,9. Чемпионами Спартакиады стали представители Донецкой области Люба Давыденко в пятиборье, Николай Тюрин в ходьбе на 10 км, Вера Байдя в беге на 80 м с барьерами, Галина Гулева в беге на 400 м, Тамара Скокова в толкании ядра.

Мы не упоминаем здесь о таких талантливых юных легкоатлетах, претендующих на призовые места на Всесоюзной спартакиаде школьников, как спринтеры Валерий Борзов из Киева, Надежда Бесфамильная из Москвы, Марина Никифорова из Ленинграда, прыгунья в высоту Рустам Ахметов из Бердичева, Валентина Козырь из Черновца, Нина Брынцева из Баку и т. д. Очевидно, говорить о них придется после ленинградских стартов. Во всяком случае, сейчас их результаты обнадеживают.

Несомненно, положительно сказалась на развитии юношеской легкой атлети-

ки программа Всесоюзной спартакиады школьников, в которой уделено особое внимание бегу, включен ряд новых видов. Вот почему в программу местных школьных соревнований включается бег не только на 800 м, как это было раньше, но и на 1500, 3000 и 1500 м с препятствиями. Повсеместно девушки соревнуются и на 400 и на 800 м. Результаты, показанные юными легкоатлетами на этих дистанциях, свидетельствуют о том, что «лед тронулся» и молодежь начинает овладевать мастерством в беге на средние и длинные дистанции. Еще недавно достижения лучше двух минут на 800 м у юношей были редкостью. Сейчас же они стали доступны участникам не только республиканских, но и городских школьных соревнований.

В программу Всесоюзной спартакиады включены соревнования по спортивной ходьбе. Это несомненно стимулировало развитие этого некогда забытого у юношей вида легкой атлетики. Так, несмотря на то, что участники Спартакиады Пермской области выступали в дождь на размоишей дорожке, победитель ходьбы на 10 км Григорий Пихтовников прошел дистанцию за 55.30,6. На спартакиадах республик сорокоходы нередко показывали на этой дистанции результаты, близкие к 50 мин. Вместо восьмьюборья юные спортсмены пробуют свои силы в десятиборье и неплохо справляются с этой задачей. Можно ожидать, что эти нововведения будут способствовать приходу в «большой спорт» значительной группы юных бегунов на средние и длинные дистанции, сорокоходов и многоборцев.



На Спартакиаде Литвы новый всесоюзный рекорд в беге на 800 м для девушек установила 16-летняя Ниеле Сабайете, воспитанница тренера Ф. Кароблене

Фото И. Шейнаса

ТВОЙ ПЕРВЫЙ СТАРТ

Решение стать бегуном или просто заняться бегом приходит по-разному. Одних увлекает прочитанная книга, других — фильмы о соревнованиях, а третьи просто подражают своим друзьям — спортсменам. К сожалению, многие девочки и мальчики и не пробуют стать бегунами, не подозревая о своих возможностях в этом замечательном виде легкой атлетики. Почему же так происходит?

Как узнать, есть ли у вас способности к бегу на средние и длинные дистанции? Как тренироваться первый год? Вот, пожалуй, самые главные вопросы, на которые хочется ответить в беседе с вами, будущими бегунами.

На первый вопрос ответить очень просто. Многие не знают, что они смогли бы стать хорошими бегунами просто потому, что не бегают. Дело в том, что в обычных детских играх, на уроках физкультуры нет хоть сколько-нибудь длительного бега. Поэтому преимущество здесь имеют более сильные, быстрые и ловкие дети. Побеждать приятно, а проигрывать не очень и те, кому часто приходилось проигрывать, постепенно, а иногда и сразу охлаждаются к легкой атлетике и особенно к бегу. А между тем зачастую именно они имеют способности к бегу на средние и длинные дистанции.

Если тебе хочется узнать, можешь ли ты стать бегуном, начинай бегать. Не соревноваться, не показывать высокие результаты, а медленно, спокойно бегать, постепенно увеличивая время пробежек и не стараясь бегать быстро. Лучше всего это делать в лесу, парке, на лугу, можно и на стадионе, но это менее интересно. Заниматься нужно 4—5 раз в неделю по часу-полтора, применяя кроме бега гимнастические упражнения, различные прыжки, метания камней, игры. Через полтора-два месяца, а может быть и раньше все будет ясно. Если бег доставляет тебе удовольствие, бежится легко и тянет снова и снова пойти бегать, поздравь себя, у тебя есть основа для того, чтобы стать бегуном.

В дальнейшем, увеличивая продолжительность бега и его скорость, совершенствуя силу, быстроту, выносливость, технику, ты добьешься высоких результатов, познаешь радость побед и, конечно, горечь поражений, будешь в борьбе с самим собой побеждать других и всегда даже самый трудный бег будет приносить тебе радость. Ты узнаешь, что бегать также интересно, как играть в баскетбол, плавать или заниматься гимнастикой.

До сих пор мы обращались к тем мальчикам и девочкам, которые имеют способности к бегу и впоследствии могли бы стать хорошими легкоатлетами. Но даже если у вас нет такой цели и вы просто хотите укрепить свое здоровье — занимайтесь бегом! Это поможет вам овладеть любым видом спорта, стать крепче, выносливее.

Естественно, что прежде чем начать тренировки в беге, надо проверить свое здоровье у школьного врача или сходить в поликлинику. Но обязательно предупреди, что ты собираешься тре-

нироваться в беге на средние дистанции. Получив разрешение, нужно подумать о спортивной форме. В теплую погоду можно бегать в майке и трусах, в холодную — нужен тренировочный костюм или свободные брюки и свитер. На ноги лучше надевать спортивные тапочки или полукеды с толстыми шерстяными или вигоневыми носками. Такие носки предохраняют ноги от потертостей. Если бегаешь в кедах, не зашнуровывая два верхних пистона, чтобы стопа была свободна и хорошо двигалась.

Одному бегать скучно, поэтому лучше собраться вместе небольшой группой. Однако при этом всегда возникает соблазн посоревноваться, а этого делать нельзя. Поэтому первые полгода скорость бега на тренировках должна определяться не сильнейшими, а теми, кто бежит помедленнее. Начинать тренировку нужно весной, летом или ранней осенью, пока на улице тепло. В этом случае при постепенном снижении температуры воздуха бегуны не простужаются и могут легко перейти к зимней беговой тренировке. В случае даже самых легких заболеваний, простуды, а особенно при гриппе или ангине следует немедленно прекращать тренировки и советоваться с врачом.

Ну а теперь посмотрим, почему одним детям длительный бег дается легко, а другим, несмотря на тренировки, труднее. Уровень развития физических качеств, их сочетание и способность к дальнейшему совершенствованию и составляют основу природных способностей человека к тому или другому виду спорта. Так, для бегуна на 100 м особенно важны сила и быстрота. В спортивных играх к этому добавляется ловкость. Во всех же видах, где упражнения выполняются относительно долго (бег, коньки, лыжи, плавание и т. д.), ведущим качеством становится выносливость. Кстати, очень большое значение для видов спорта, связанных с выносливостью, имеют такие черты характера, как настойчивость, упорство, трудолюбие.

Что же такое выносливость? Любое движение человека происходит в результате использования им энергии, накопленных в организме энергетических веществ, которые он получает в пище. Во время сложных химических реакций поглощается большое количество кислорода, находящегося в организме, и выделяется много углекислоты и других продуктов распада. Израсходованный кислород мы пополняем во время дыхания — выдыхая одновременно углекислый газ. Более быстрые движения требуют большего расхода энергии и, следовательно, больше кислорода, поэтому чем больше скорость бега, тем чаще дыхание бегуна. Полученный при дыхании кислород разносится по всему организму кровью и поэтому чем больше его нужно, тем чаще сокращается сердце, прокачивая больше крови. Таким образом, возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем человека в значительной мере определяют его выносливость. В покое и медленной ходьбе пульс бывает 40—60 ударов в

НАША ШКОЛА БЕГА

минуту, дыхание редкое. В медленном беге пульс не превышает 100—130 ударов. В это время в организме устанавливается равновесие и затраченный в работе кислород восстанавливается в ходе самого бега и ходьбы. Для наглядности представим себе это в виде весов (рис. 1).

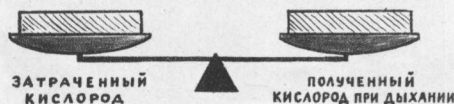


Рис. 1

Если скорость бега возрастет, мы начнем расходовать больше кислорода, чем можем получить его за это же время из воздуха — равновесие нарушится и начнет накапливаться кислородный долг (рис. 2). При этом резко участится пульс, дыхание и, в конце концов, организм не сможет продолжать работу — бег придется прекратить. Отдыхая, мы постепенно восполним недостающий кислород — ликвидируем долг и наши «кислородные весы» снова займут горизонтальное положение. Можно снова начинать бег.

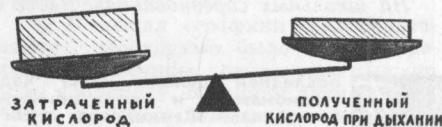


Рис. 2

Ученые установили, что сердечно-сосудистая и дыхательная системы человека лучше всего развиваются, если он в тренировке на выносливость поддерживает такую скорость ходьбы и бега, которая обеспечивает показатель пульса в пределах 120—180 ударов в минуту для тренированных спортсменов и 100—150 ударов для новичков. Вот почему основным средством развития выносливости являются длительные упражнения в относительно спокойном темпе. При правильно выбранной скорости бега дыхательное равновесие будет сохраняться долго и можно пробежать много километров. Очень важно не спешить в начале тренировки, дать организму «разогреться», приспособиться к бегу, как говорят в спорте, «вработаться». Только в этом случае бегун почувствует через некоторое время легкость и свободу в движениях.

Длительный бег важен также и для совершенствования опорно-связочного аппарата бегуна (костей, суставов и связок). Дело в том, что мышцы человека развиваются быстрее его костей, связок и суставов, и поэтому, если бегать мало и быстро, можно получить растяжение и даже разрывы связок.

Длительный бег с невысокой скоростью очень важен и как средство совершенствования техники. Дело в том, что в отличие от большинства физических упражнений бег является естественным движением человека. Техника бега детей 5—6-летнего возраста рациональна

и очень похожа на технику бегунов самого высокого класса. Однако позже из-за различных причин, в основном из-за снижения объема бега и ходьбы в повседневной жизни, у большинства детей техника ухудшается. Лучшим средством ее восстановления и дальнейшего совершенствования и будет длительный бег, во время которого любой новичок может управлять своими движениями и найдет именно те движения, которые для него наиболее выгодны в связи с особенностями его физического развития.

И, наконец, длительный бег является основой психологической подготовки бегуна. Тому, кто бегает много в тренировках, не страшны соревнования на любых дистанциях. Он уверен в своих силах и охотно выполняет в дальнейшем любые тренировочные нагрузки. Необходимо также особенно подчеркнуть, что длительный бег оказывает на организм спортсмена очень широкое оздоровительное и общеразвивающее воздействие. Занятия на свежем воздухе повышают обмен веществ, развивают все системы и органы, совершенствуют физические качества и закаляют организм. Поэтому, если занимаясь бегом по каким-то причинам вы не добьетесь в дальнейшем высоких спортивных результатов, то все равно вы останетесь в выигрыше — будете здоровы, хорошо физически развиты, научитесь легко и красиво двигаться, воспитаете свой характер.

Ниже мы приводим примерный план первого года тренировки для девочек и ребят 13—14 лет. Наш тренировочный план могут использовать и дети 11—12-летнего и 15—16-летнего возраста в первый год беговой тренировки. Принимая его на вооружение, нужно помнить, что скорость длительного бега и его продолжительность должны определяться самим бегуном по самочувствию и цифры, называемые нами, примерны. В тренировках первого года надо всегда заканчивать бег с желанием

еще побегать. Помните, что первый год — это плавное втягивание организма в беговые нагрузки и главная его задача подвести вас к пробеганию 60—80 км в месяц, укрепить здоровье, подготовить ноги, улучшить выносливость, усовершенствовать технику, сделав ее естественной, непринужденной. Мы предлагаем четыре основных тренировки в неделю с обязательной ежедневной утренней зарядкой.

Ежедневная зарядка может строиться следующим образом: медленный бег, вначале 10 мин. через 3 месяца до 15—20 мин. Гимнастика из обычного комплекса утренней зарядки (передаваемого по радио и телевидению) 10 мин. Прохладный душ или купание. Если нет условий — обтирание холодной водой.

Понедельник. Медленный бег 10—15 мин. Гимнастические упражнения для разминки (наклоны, выпады, вращения, упражнения сидя и лежа, с партнером и т. д.) — 10—15 мин. Ускорения 3—4 раза по 80—100 м. Прыжки в высоту или длину с разбега 30—40 мин. Переменный бег 300 м через 200 м медленного бега. Скорость бега невысокая, число повторений устанавливается по самочувствию, но не должно превышать вначале 4—6, а через 3 месяца 6—8. Медленный бег 5 мин., ходьба 1 мин.

Среда. Медленный бег 10 мин. Гимнастика 5 мин. Равномерный кросс с ходьбой (6—8 мин. бега, 2—4 мин. ходьбы). Вначале продолжительность кросса 40—50 мин. Постепенно довести ее до 1 часа 30 мин. Чередуем ходьбу и бег, устанавливая в зависимости от самочувствия.

Пятница. Медленный бег 10 мин. Гимнастика 10 мин. Ускорения 6—8×50—60 м. Старты низкие или с опорой на одну руку 4—6×30 м. Повторный бег 3—5 раз по 100 м быстро, отдых между пробегами 5 мин. Упражнения в метаниях (можно использовать камни, мячи, самодельные копы, ядра, диски) — 20—30 мин. Медленный бег — 5 мин.

Суббота. Медленный бег 10—15 мин. Гимнастика 10 мин. Ускорения 6—8 раз по 50—80 м. Кросс: первый месяц — бег 10 мин., ходьба 5 мин., бег 10 мин. Второй месяц — бег 15 мин., ходьба 5 мин., бег 15 мин. Третий месяц — бег 15 мин., ходьба 2 мин., кросс 15 мин.

Бегать лучше всего в лесу, парке, на лугу. Очень хорошо, если есть небольшие подъемы, спуски, канавы, кусты.

На тренировку всем классом!

Фото В. Бровко



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В ШКОЛЕ

Скорость можно изменять, то убыстряя, то замедляя бег, но к концу обязательно снизить темп и 5 минут в медленном беге восстановить дыхание. После тренировки хорошо принять душ.

Тренируйтесь так, чтобы после еды проходило 2—2,5 часа. Через 2—3 месяца занятий бегом покажитесь врачу. Обязательно обращайтесь за помощью и советом к учителю физкультуры и спортсменам старших разрядов. Постарайтесь приобрести литературу по легкой атлетике. На первых порах вам помогут три книжки, которые можно найти в библиотеках. Это «Бег», авторы Костыгова, Мирзоев, Ухов; «Учись быстро бегать», авторы Костюк и Фролов (обе книги изданы Учпедгизом в 1962 г.) и «Бег», автор Макаров, издательство ФизС, 1966 год. И, конечно, выписывайте и регулярно читайте наш журнал.

В следующих номерах нашего журнала мы расскажем вам об особенностях тренировки в разные времена года и о применении различных тренировочных средств.

Борис ВАЛИК,
тренер

СОРЕВНУЕТСЯ ПИОНЕРИЯ

Двенадцатый раз прошли в этом году по стране соревнования по пионерскому четырехборью. Трудно точно подсчитать, сколько школьников приняли участие в этих соревнованиях. Во всяком случае, лишь немногие школы страны остались в стороне от этого замечательного праздника юных спортсменов.

После окончания учебного года, когда прошли школьные экзамены, в городе Ульяновске состоялись очные финальные соревнования пионерского четырехборья. В город на Волге съехались сильнейшие команды 15 союзных республик, Москвы и Ленинграда. В соревнованиях приняла участие и команда Ульяновской школы имени В. И. Ленина, победительница областного первенства по четырехборью. Забегая вперед, скажем, что представительница этой школы Людмила Барановская, выступавшая вне конкурса, показала в четырехборье абсолютно лучший результат, опередив официальную победительницу на 6 очков.

В командном зачете второй год подряд победила команда пионерской дружины школы № 50 города Львова, и снова лучшим среди мальчиков оказался Витя Толстой. Напомним, что в прошлом году Витя был победителем в трех видах и в четырехборье. Среди девочек победу одержала также ученица львовской школы Галия Мурачева.

На втором месте оказались пионеры одесской школы № 57, неоднократно участвовавшей в финальных соревнованиях по пионерскому четырехборью. Третьими были ребята из 71 ташкентской школы.

Победа львовской школы не случайна. Здесь созданы замечательные спортивные традиции. Достаточно сказать, что все выпускники являются спортсменами-разрядниками, а в позапрошлом году все 11 выпускников-медалистов были перво-разрядниками. С золотой медалью закончил школу мастер спорта по прыжкам в высоту Леонид Маркин.

Школа № 50 получила право участвовать в международных соревнованиях по четырехборью «Дружба», которые состоятся в этом году в Венгрии.

Легкоатлеты Российской Федерации, как и весь советский народ, готовятся достойно встретить знаменательную дату — 50-летие Великого Октября. За эти годы легкая атлетика расцвела в самых дальних уголках республики. Нужно сказать, что традиции и история у легкоатлетов РСФСР богатые: достаточно вспомнить Т. Корниенко, В. Журавлеву, М. Бундина, А. Истаманова и многих других ветеранов, внесших весомый вклад в развитие отечественной легкой атлетики. И сейчас выдающиеся спортсмены появляются во многих городах Федерации: одной из сильнейших дискболов страны является Л. Хмелевская из Ставрополя, в Хабаровске вырос отличный многоборец С. Шурепов, в Иркутске — серебряный призер первенства Европы в беге на 3000 м с препятствиями А. Курьян, в Орле живет чемпионка Европы В. Тихомирова, в Подмоскovie — рекордсмен страны Э. Гушин.

Особенно укрепилась легкая атлетика в Российской Федерации в последние годы. Число легкоатлетов республики ежегодно растет. Если в 1963 году их было 1600 тысяч, то сейчас число поклонников «королевы» выросло до двух миллионов (без Москвы и Ленинграда). Приятно отметить, что наряду с городами, которые и ранее были известны как легкоатлетические центры, появились и новые, которые не только успешно догоняют своих старших собратьев по числу занимающихся, но и успешно соперничают с ними в соревнованиях в числе подготовленных спортсменов-разрядников. Взять, например, Норильск. В этом самом северном в мире городе, лежащем за 69 параллелью, энтузиасты легкой атлетики сумели создать коллектив, который на первенстве края серьезно конкурирует со спортсменами Красноярска. В городе стало традицией проводить большие соревнования с привлечением сильнейших спортсменов страны. Другая хорошая традиция — каждый год кто-то из спортсменов становится мастером спорта.

Отличный легкоатлетический коллектив создан в далеком Ангарске. Ведущие спортсмены города составляют почти половину сборной Иркутской области, а воспитатель одного из детских садов Нина Чалова выиграла соревнования по пятиборью на розыгрыше Кубка СССР.

Брянск никогда не отличался развитием легкой атлетики. Но за последние годы группа молодых специалистов превратила город в один из легкоатлетических центров страны.

По-прежнему с размахом работают физкультурные организации Московской, Свердловской, Ростовской областей, Краснодарского, Ставропольского, Хабаровского краев. Так, в массовых соревнованиях 1966 года в Московской области стартовало 46 тысяч человек, подготовлено 13 мастеров спорта. В Свердловской области подготовлено 6 мастеров.

Нельзя не отметить и появление значительного числа сильных легкоатлетических коллективов, таких как Калининградский «Вымпел», Горьковская «Чайка», Нижнетагильский «Спутник», Ангарский «Ермак», Брянская «Десна».

Повсеместно идет строительство спортивных сооружений. Только за последние три года вошли в строй легкоатлетические манежи в Туле, Брянске, Перми, Свердловске, Калининграде, Клину, завершается строительство еще одного манежа в Свердловске.

Широко развивается легкая атлетика среди школьников республики. В настоящее время этим видом спорта систематически занимается более 2 млн. учащихся. В РСФСР работает 959 детских спортивных школ, где занимаются 70 тысяч юношей и девушек. Только за 1966 год детские спортивные школы подготовили 8 мастеров спорта, 18 кандидатов в мастера, 287 перворазрядников. Примером хорошо организованной работы по подготовке квалифицированных спортсменов могут служить детская спортивная школа № 1 г. Ростова, спортивные школы г. Свердловска, Клина, Ярославля, детская спортивная школа «Труд» в Горьком и многие другие. Улучшение работы в ДСШ позволило значительно укрепить юношескую сборную республики, которая на школьной спартакиаде 1965 года заняла второе место, проиграв лишь команде УССР.

Миллионы школьников ежегодно участвуют в соревнованиях «олимпийской весны», пионерском четырехборье, соревнованиях на призы журнала «Легкая атлетика».

Массовость рождает и мастерство. Вспомним первенство России 1908 года. Результаты его победителей доступны сейчас даже участникам юношеских соревнований. Победитель в беге на 100 м, например (всего стартовало 7 человек) показал тогда результат 11,6, в беге на 400 м лучшее время равнялось 55,4, в прыжках в длину чемпион прыгнул на 6,11, прыжках в высоту — на 1,60.

Сейчас же рекорды республики в этих видах равны соответственно 10,2; 46,8; 7,75; 2,16.

С каждым годом увеличивается отряд мастеров спорта. В 1964 году в РСФСР было подготовлено 76 новых мастеров, в 1965 — уже 91, а в 1966 — 83. Достаточно полно представлены спортсмены республики в сборной команде страны. Л. Самотесова, В. Попкова, В. Лукьянова, К. Кузьмина, Г. Быстрова, А. Огорокова, Т. Орлова, Т. Арнаутова, А. Морозов, Н. Иванов, Р. Митрофанов, А. Верлан, В. Щербатых, Г. Кондрашов, Н. Кейдан, Г. Агапов, Н. Дуглов, В. Михальченко, В. Трибунский — это далеко не полный перечень имен спортсменов, защищающих спортивную честь родины на ответственных соревнованиях. В списке 25 лучших легкоатлетов СССР 1966 г. входили 168 представителей

РСФСР, в списке юниоров — 96. Несомненно, что достигнуть такого уровня спортивного мастерства стало возможно лишь при условии плодотворной работы большого отряда преданных своему делу тренеров и организаторов. Среди них в первую очередь следует назвать А. Щеглова (Хабаровск), А. Гусева (Новосибирск), С. Мартирова (Норильск), А. Рудких (Иркутск), И. Эрлихмана, В. Петрашень (Свердловск), В. Левина (Н. Тагил), Г. Реша, Ю. Френкеля (Челябинск), И. Криволюскину (Орел), Т. Прохорова (Ростов), Л. Вакурову, Я. Ельянова (Моск. обл.), А. Кузьмина (Ангарск), Е. Тихомирова (Ярославль).

«Большому кораблю и большое плавание». И вот, исходя из этого положения, мы можем предъявить спортивным организациям республики некоторые претензии.

Отмечая успехи, достигнутые в развитии массового спорта, нужно признать, что проблема высшего мастерства в РСФСР решена еще неполностью. Не следует забывать, что из 54 рекордов СССР спортсменам России принадлежит всего 7, да и то они весьма солидной давности. За все время участия советских спортсменов в олимпийских играх ни в Хельсинки, ни в Мельбурне, ни в Риме, ни в Токио ни один спортсмен РСФСР не получил золотой медали. А кому как не Российской Федерации, обладающей неисчерпаемым резервом, тренерам нужно всерьез заняться подготовкой будущих олимпийцев.

Поэтому основной задачей руководителей республиканских советов обществ, советов Союза должно стать создание условий для повышения спортивного мастерства. А это означает тщательный отбор, индивидуальное планирование, а также контроль и помощь спортсмену. Только тогда появятся в России олимпийские чемпионы, не будут пропадать молодые таланты.

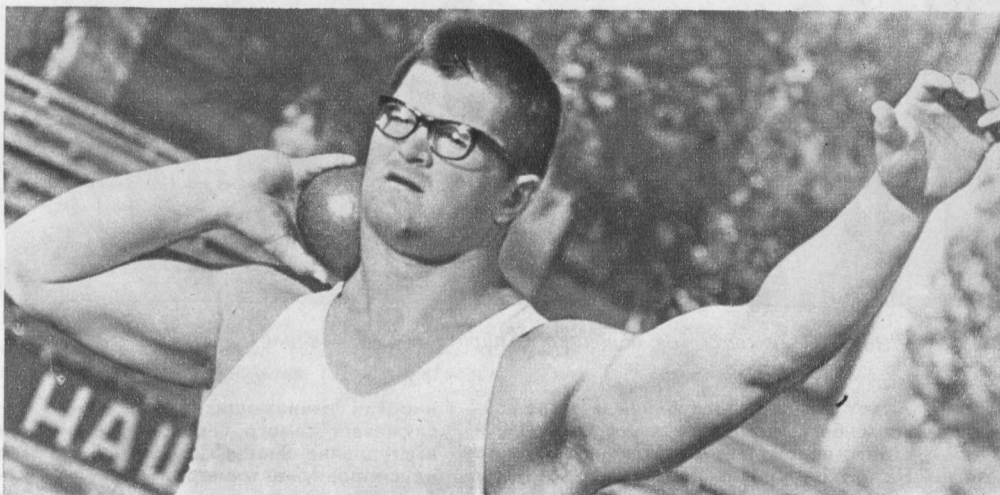
В самом деле, год-два назад мы с удовлетворением констатировали появление в республике целого отряда спортивной молодежи. Упомянулись спринтеры Наталья Романова, Елена Молодцова, Валерий Панасов, средневики Виктор Липагин, Светлана Крохинская, прыгуны Геннадий Бессонов, Владимир Скибенко и другие. Время идет, но результаты молодых застыли на прежнем уровне, а порой и снизились. Не менее тревожна и традиционная «перекошевка» спортсменов. Только за последние годы покинули сборную РСФСР Эдуард Орцев, Наталья Рунова, Надежда Скельсара, Виктор Челноков, переехали в другие города Людмила Щербакова, Алла Коняхина, Геннадий Шупляков, Наталья Бурда, Александр Морозов и др. Очевидно, на месте для них не смогли создать необходимых условий.

Действительно, как растить больших мастеров, если большинство руководителей спортивных организаций до сих пор еще относятся к легкой ат-

летике с холодком. Вот пример: четыре года назад в статье А. Пугачевского, опубликованной в нашем журнале, говорилось о неправильном использовании саратовского манежа. Сейчас манеж называют уже Дворцом спорта и используют как угодно, но большей частью не для легкой атлетики. В результате пассивного руководства со стороны областного совета Союза (т. Пискунов) саратовские легкоатлеты значительно сдали свои позиции.

В столице Восточной Сибири Иркутске работает 44 тренера по легкой атлетике, но вот беда, оказывается, город «специализируется» на конькобежном и велосипедном спорте. Поэтому для легкоатлетов нет ни денег, ни баз, ни инвентаря. Пять лет назад на стадионе «Труд» воздвигли вторую трибуну с залами, душем, раздевалками, манежем. Спортсмены ходили и радовались, что наконец-то будут иметь возможность тренироваться в нормальных условиях. Но когда до ввода сооружения в строй оставались сущие мелочи, строители прекратили работу. За осень же и зиму снег и дождь проникли через покрытие трибуны и разрушили потолки и стены манежа и залов. Финансовый ущерб, нанесенный государству, составил более 60 тысяч рублей! Делом о строительстве занимался областной комитет народного контроля. Но как оценить моральный ущерб, нанесенный легкой атлетике? У многих тренеров города опустились руки, и они предпочли тренерской деятельности спокойную жизнь на кафедрах вузов, благо их в городе немало.

В Воронеже в ДСШ № 8 работает Луиза Мошнина. За четыре года она



З. Гушин вновь улучшил всесоюзный рекорд

Фото Ю. Евсюкова

воспитала члена сборной страны Маргариту Теткину. Но что она может ответить, когда ее спрашивают об условиях работы. В городе по-прежнему нет ни одной приличной беговой дорожки, зимой легкоатлетов только из милости пускают в спортивные залы. Не находят никакой поддержки легкоатлеты у председателя совета А. Лисаченко. Где уж тут думать о воспитании спортсменов высокого класса!

Итоги зональных соревнований Спартакиады РСФСР, финальные ее соревнования показывают: в республи-

ке много талантливой молодежи, которая буквально через два-три года может показать результаты международного класса. До Игр в Мехико осталось немногим более года. Возможно, что большая часть этой молодежи и не попадет туда. Не за горами и Игры 1972 года. Готовиться к ним нужно уже сейчас. Нет сомнения, что тренеры и спортсмены республики внесут в это дело гораздо более весомый вклад, чем прежде.

Вячеслав НИКУЛЬШИН,
мастер спорта

НА КАЗАХСКОЙ ЗЕМЛЕ

Когда на землю Казахстана пришла Советская власть, в республике о легкой атлетике знали понаслышке. Этот вид спорта начали культивировать в двадцатых годах. Но число занимающихся и уровень спортивных достижений находились на крайне низком уровне.

Первым в 1948 году заставил говорить о легкоатлетическом Казахстане алмаатинец В. Сухарев. Но это была одинокая «ласточка». На первенствах СССР спортсмены республики занимали места с 12-го по 15-е, а на матчевых встречах республик Средней Азии и Казахстана проигрывали не только легкоатлетам Узбекистана, но и Киргизии и Таджикистана.

Казахская легкая атлетика двинулась вперед после 1958 года. На II Спартакиаде народов СССР—10-е место, на III Спартакиаде—7-е, на Спартакиаде ВЦСПС 1965 года—5-е.

Успешно выступают бегуны Казахстана и в кроссе «Правды», завоевывая места в первой шестерке, а команда Алматы в 1966 году заняла 1-е место в группе городов.

За последние годы в Казахстане выросли известные в стране легкоатлеты — В. Савинков, Л. Микитенко, Г. Косанов, А. Туяков, А. Казаков, А. Бадранков, Л. Фадеева, Л. Гапонова, Т. Ильина, Л. Шейдина и другие. Шесть спортсменов ныне носят почетное звание чемпионов Советского Союза.

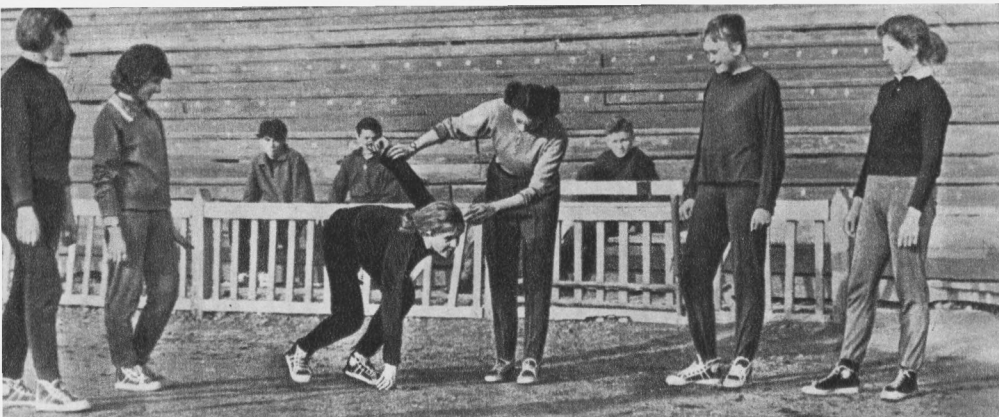
Если в 1928 году лишь один рекорд республики находился на уровне II разряда (по ныне действующей классификации), то сейчас тридцать рекордов находятся на уровне нормы мастера спорта СССР и выше. Только за два последних года двое легкоатлетов Казахстана стали заслуженными мастерами спорта, трое — мастерами спорта международного класса и 25 — мастерами спорта СССР. В то время как за всю историю казахстанской легкой атлетики до 1965 года было подготовлено 32 мастера спорта.

Отдельные рекорды Казахстана по уровню не уступают рекордам СССР, а по темпам роста даже превосходят их. Так, за период с 1934 по 1963 год рекорд СССР в беге на 100 м вырос на 0,5, а Казахстана — на 1 сек.; в беге на

800 м — соответственно на 7,4 сек. и 12,5 сек. Рекорд страны в тройном прыжке «удлинился» за последние 10 лет на 46 см, а республики — 1,91. Вполне понятно, что темпы роста рекордов понижаются с повышением их уровня, и рекорды СССР, стоящие на более высоком уровне, растут более медленно. Но если взять аналогичные достижения спортсменов страны и республики, то и здесь в отдельных видах заметно преимущество последних. Рекорд СССР в беге на 100 м от 11,2 до 10,2 рос 44 года, а спринтеры Казахстана прошли этот путь за 28 лет. 33 года понадобились атлетам страны, чтобы довести рекорд в беге на 800 м от 2.00,9 до 1.47,4. Казахстанцы затратили на это 14 лет. В беге на 400 м у женщин рекорд СССР от 59,6 до 54,8 рос 20 лет, а рекорд республики от 59,6 до 54,7 вырос вдвое быстрее.

Если в 1959 году на II Спартакиаде народов СССР команда легкоатлетов республики состояла на 60% из столичных спортсменов, то уже в 1963 году картина изменилась. Алма-атинцев в команде осталось 35%, а уровень результатов повысился. Туяков, Фадеева, Микитенко, Савинков и другие талантливые спортсмены начинали свой путь в отдаленных городах и районах.

Но было бы неправильно говорить только об успехах. Мы говорили о высоких результатах в спринте, беге на средние дистанции, отдельных прыжках.



Занятия легкоатлетов общества «Кайрат» в г. Джамбуле

Фото Д. Егизова

А вот рекорд республики в марафонском беге равняется всего 2:29.58,4 и стоит непоколебимо одиннадцать лет. На низком уровне находятся рекорды в метании копья, метании диска и толкании ядра у мужчин. Нет полноценной замены в республике Казакову, Ильиной, Микитенко и другим. Мы научились готовить спортсменов I и II разрядов и за счет этого продвинулись на всесоюзной арене на 3—4-е места вперед. Но, когда встал вопрос о подготовке спортсменов высшей квалификации, тех усилий, о которых говорилось выше, оказалось недостаточно.

Хотелось бы поговорить о причинах приостановки нашего роста, тем более они, на наш взгляд, характерны и для других союзных республик и организаций. В первую очередь это проблемы кадров, календаря соревнований и спортивных баз. В Казахстане 12 млн. жителей и 170 тренеров по легкой атлетике (из них 80 в Алма-Ате). В то же время в Гурьевской, Уральской и Актюбинской областях работает десять специалистов, а эти области равны по территории Чехословакии, Венгрии, ГДР и Польше, вместе взятым.

Конечно, и тренеры-одиночки могут сделать многое. С приездом в Усть-Каменогорск Г. Иванова и в Павлодар А. Пейсехмана работа там заметно оживилась. Но в общей массе малочисленность тренеров порождает многоборность. Они занимаются всем комплексом легкой атлетики, работают в двух-трех местах и ряде общественных организаций спортивного и неспортивного типа. Это приводит к равнодушию, порождает голое натаскивание, не позволяет шагнуть в ногу с современными требованиями.

Теперь об отборе и методике тре-

нировки начинающих спортсменов. Заслуживает самого серьезного внимания выступление Яноша Савори в Бухаресте на симпозиуме тренеров социалистических стран, где он предостерегает от ранней специализации юных легкоатлетов, говоря о важности предварительных занятий другими (особенно игровыми) видами спорта. Мы в этом убедились на практике. Менее двух лет назад пришли к нам в легкую атлетику из волейбола и баскетбола несколько молодых спортсменов. Двое из них уже мастера спорта (Л. Китавцева толкнула ядро на 15,04, а В. Иванишко набрал в десятиборье 6885), а остальные близки к этому нормативу.

Для решения проблемы кадров и улучшения методики тренировки необходимо увеличить в Казахстане приток выпускников центральных вузов, открыть в республике школу тренеров, второй институт физкультуры и научно-исследовательский институт. Нужны ежегодные всесоюзные конференции, методические разработки, учебные кинофильмы. Нужна очередная проверка знаний и практической деятельности тренеров. Проверка 1962 года принесла неоценимую помощь тренерам Казахстана. Во все области выехали бригады ведущих специалистов, перед которыми ставилась задача не только инспекторования, но и учебы местных тренеров. Вторая проверка должна включать и аттестацию, с тем чтобы определить квалификацию тренеров, на основании которой пора решить вопрос оплаты их труда не по «валу», а по качеству.

Теперь о соревнованиях. Без соревнований, как известно, немалый рост спортсмена. Крупные соревнования, кроме того, являются отличным средством пропаганды и школой тренеров,

руководителей спортивных организаций и баз. Разве не оставило следов проведенное в Алма-Ате первенство СССР 1965 года? А каким праздником для всей спортивной общественности являются Спартакиады народов СССР!

В Казахстане за последние годы сложился твердый республиканский календарь, включающий зимнее, весеннее и летнее первенства, кросс «Правды», соревнования юношей и juniоров.

Вместе со всесоюзными соревнованиями это позволяет ведущим спортсменам республики набирать по 50—70 стартов в год. Но где наберет такое количество стартов спортсмен средней квалификации, если ему в лучшем случае предлагают 5—6 соревнований за сезон. Старый добрый лозунг «Чем больше соревнований — тем больше рекордов» некоторые спортивные руководители переделали на новый лад: «Чем больше соревнований — тем больше хлопот» — и беспощадно выстригают календари.

У отдельных руководителей областных организаций стало дурной традицией комплектование сборных команд «по спискам», без проведения отборочных соревнований. К сожалению, запевалами здесь являются наши ведущие области: Карагандинская, Восточно-Казахстанская и Алма-Атинская.

Нельзя сказать, что республиканская федерация и совет Союза остаются в этом деле посторонними наблюдателями. Только за весну 1967 года на президиумах и бюро обсуждалось положение дел по легкой атлетике в Караганде, Усть-Каменогорске, областях «Кайрат» и «Енбек». Председатель Восточно-Казахстанского совета Союза В. Сидорин получил выговор за развал работы и неучастие в республиканских соревнованиях. Какие же он сделал выводы? Возвратился домой... и сорвал поездку на кросс «Правды» в Москву.

Что же подобные председатели могут потребовать от руководителей низшего звена?

Календари спортивных соревнований городов, районов, крупных коллективов физкультуры поражают убожеством. Там не увидишь соревнований для юношей и juniоров, тружеников села. Программа соревнований однообразна, в ней нет барьерного бега, многоборий, спортивной ходьбы. Отличная идея массового кросса «Правды» силами отдельных руководителей спортивных организаций превратилась в формальную отписку. Забыты массовые открытые соревнования, пробеги, эстафеты по улицам городов.

В республике выросли новые промышленные города Рудный, Шевченко и другие. Там предусмотрено все для отдыха и занятий спортом: клубы, парки, стадионы. Вот только соревнований на этих стадионах не проводят. Если мы не добьемся существенных сдвигов в расширении, упорядочении и выполнении (!) спортивного календаря, начиная от низового коллектива физкультуры и кончая всесоюзным, никакая самая самоотверженная работа тренеров не принесет успеха.

В этой связи несколько слов в адрес Всесоюзной федерации. Анализ списков сильнейших, количество республиканских рекордов говорят, что в годы про-

Рост рекордов Казахской ССР

Виды	1926	1936	1946	1956	1967
МУЖЧИНЫ					
100 м	11,4	11,2	11,0	10,6	10,2
800 м	2.12,0	2.12,0	2.05,0	1.52,4	1.47,4
10 000 м	39.10,0	36.04,0	36.04,0	31.26,4	28.32,2
110 м с/б	18,9	18,2	16,7	16,0	14,3
Длина	5,80	6,82	6,82	7,04	7,59
Высота	1,57	1,75	1,81	1,85	2,05
Тройной	11,92	13,10	14,27	14,27	16,20
Молот	—	26,62	40,21	59,22	63,05
ЖЕНЩИНЫ					
100 м	13,8	12,9	12,8	12,2	11,6
400 м	—	1.09,0	1.05,4	57,5	54,7
80 м с/б	—	15,5	13,4	11,5	10,8
Высота	1,17	1,40	1,41	1,55	1,70
Ядро	—	9,90	10,87	13,39	15,14
Диск	—	29,10	36,54	49,87	51,82

ведения Спартакиад народов СССР и ВЦСПС, территориальных первенств страны спортивная жизнь на местах заметно оживляется. Когда же всесоюзные соревнования проводятся в личном первенстве или между командами ДСО и ведомств, показатели резко падают.

Еще в 1948 году у спортсменов Средней Азии и Казахстана зародилась традиция проводить весенние матчевые встречи. Впоследствии они переросли во всесоюзные зональные соревнования. А ныне пришло время укомплектовывать зоны по спортивному принципу, скажем по итогам IV Спартакиады народов СССР. Проводить соревнования также в четырех зонах с переходом победителя в высшую, а аутсайдера в низшую лигу. Пускай это будет дороже в финансовом отношении, но от этого выиграет наш спорт. Казахстанцы уже провели первый эксперимент, перебравшись в 1967 году в прибалтийскую зону, и, несмотря на отсутствие в команде ряда сильнейших спортсменов, дебютировали там вполне удовлетворительно.

И, наконец, о базах и инвентаре. Когда речь идет о подготовке спортсмена высокой квалификации, нужны и соответствующие базы. Хороших стадионов у нас мало. Караганда — город, в котором полмиллиона жителей, — отказалась в 1965 году от проведения первенства республики из-за отсутствия базы. Что же говорить о стадионах Целинограда, Джамбула, Кустаная, Кокчетавы, где нет барьеров, стоек для прыжков, стартовых колодок. На всю республику имеется одно-единственное поле для метаний.

Центральный стадион Казахской ССР, о котором писали газеты всего мира, находится в плачевном состоянии. Дорожка там окаменела, инвентарь пришел в негодность, запасное поле напоминает проезжую грунтовую дорогу. Первый (и не совсем удачный) опыт с битумным покрытием следует развивать и совершенствовать. Но ни стадион, ни всесоюзные научные и спортивные организации этим вопросом не занимаются.

Две трети годового объема тренировок спортсменов выполняет зимой. Здесь же протекает основная работа над совершенствованием техники. Но о какой технике может говорить прыгун с шестом или барьерист, если зимой ему приходится заниматься на снегу (на севере Казахстана мороз в 40° не диковинка) или в гимнастическом зале размером 10×20 метров. Три имеющихся в республике манежа не могут спасти положения, как не могут решить проблему прыжков 10—15 фибerglassовых шестов, поступающих ежегодно в республику. Вот почему спортсмены Казахстана не блещут техникой, а их рост от I разряда до мастера спорта заметно медленнее, чем у спортсменов центральных районов страны.

Улучшение методики тренировок, всемерное расширение календаря спортивных соревнований, строительство и оснащение новейшим инвентарем стадионов и манежей — вот главные пути, которые позволяют бороться нам за высокое спортивное мастерство легкоатлетов.

Юрий ЖИРОВ,
заслуженный тренер
Казахской ССР

г. Алма-Ата

ШАГИ РЕКОРДОВ

(Продолжение. Начало см. в № 10 за 1966 г.)

20 000 м

Рекорды СССР

1:16.29,0	Пюльси (Петроград, «Красная звезда»)	Петроград 8.7. 1923
1:15.48,0	Николай Зданович (Москва, «Пищевик»)	Москва 19.9. 1926
1:12.52,2	Алексей Максун (Ленинград, «Динамо»)	Москва 22.8.1928
1:06.29,6	Моисей Иванович (Москва, «Локомотив»)	Москва 16.9. 1937
1:03.51,0	Феодосий Ванин (Москва, ЦДСА)	Москва 29.3. 1942
1:03.45,0	Яков Москаченков (Москва, «Динамо»)	Харьков 10.9. 1951
1:02.43,2	Иван Пожидаяев (Ленинград, «Локомотив»)	Ленинград 24.5. 1953
1:02.23,6	Григорий Басалаев (Днепропетровск, «Динамо»)	Кривой Рог 18.9. 1955
1:01.15,4	Альберт Иванов (Москва, ЦСК МО)	Москва 27.9. 1955
1:00.21,2	Лембит Виркус (Тарту, «Калев»)	Тарту 14.9. 1960

25 000 м

1:26.05,0	Яков Пунько (Ленинград, ЛДО)	Тбилиси 30.10. 1949
1:22.53,4	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Тбилиси 1.11. 1949
1:22.53,4	Василий Гордиенко (Ленинград, «Искра»)	Тбилиси 1.11. 1949
1:20.43,8	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Тбилиси 22.11. 1949
1:20.23,4	Яков Москаченков (Москва, «Динамо»)	Москва 24.9. 1951
1:17.34,0	Альберт Иванов (Москва, ЦСК МО)	Москва 27.9. 1955

30 000 м

1:48.22,4	Яков Пунько (Ленинград, ЛДО)	Тбилиси 30.10. 1949
1:39.14,6	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Тбилиси 31.10. 1949
1:38.54,0	Яков Москаченков (Москва, «Динамо»)	Москва 3.10. 1951
1:35.01,0	Альберт Иванов (Москва, ЦСК МО)	Москва 6.6. 1957
1:34.22,0	Виктор Байков (Рязань, СА)	Москва 22.6. 1963

Марафонский бег (42 км 195 м)

Высшие достижения дореволюционной России

3:03.06,0	Максимов	Киев 1913
2:59.20,0	Капмал (Рига)	Рига 1914
2:54.59,0	И. Лосман (Ревель)	Ревель 1916

Высшие достижения СССР

3:03.04,0	Александр Лавров (Нижегород)	Ленинград 10. 1923
2:48.23,0	Николай Боборыкин (Москва, «Буревестник»)	Москва 12.9. 1935
2:43.32,8	Николай Голованов (Москва, «Салют»)	Москва 18.9. 1938
2:41.27,0	Иван Чебуркин (Москва, «Спартак»)	Москва 19.9. 1939
2:39.35,0	Яков Пунько (Москва, ЦДКА)	Москва 15.9. 1940
2:39.35,0	Михаил Глансков (Москва, ЦДКА)	Москва 15.9. 1940
2:37.00,0	Василий Гордиенков (Ленинград, «Динамо»)	Москва 21.7. 1947
2:31.55,0	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Москва 15.7. 1948
2:29.09,4	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Москва 15.7. 1950
2:23.59,0	Василий Давыдов (Харьков, «Колхозник»)	Москва 25.8. 1952
2:23.09,6	Иван Филин (Моск. обл., «Шахтер»)	Москва 10.7. 1955
2:20.05,2	Иван Филин (Моск. обл., «Шахтер»)	Москва 12.8. 1956
2:15.17,0	Сергей Попов (Иркутск, «Локомотив»)	Стокгольм 24.8. 1956

Часовой бег

Рекорды дореволюционной России

13 верст 144 сажени	М. А. Бах	Петербург 1903
16 км 659 м	Николай Харьков	Москва 1911

После революции до официальной регистрации рекордов

17.906	Сергей Тютюнов (Москва, СКУ)	1922
--------	------------------------------	------

Рекорды СССР

16.966,42	Сергей Тютюнов (Москва, СКУ)	Москва 8.9. 1922
17.405,90	Алексей Максун (Ленинград, «Динамо»)	Москва 9.10. 1927
17.479,5	Николай Копылов (Москва, ЦДКА)	Москва 7. 1937
18.157,0	Моисей Иванович (Москва, «Локомотив»)	Москва 16.9. 1937
18.347,0	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Москва 30.8. 1940
18.779,0	Феодосий Ванин (Москва, ЦДКА)	Москва 23.9. 1942
18.868,0	Яков Москаченков (Москва, «Динамо»)	Харьков 10.9. 1951
19.105,0	Иван Пожидаяев (Ленинград, «Локомотив»)	Ленинград 24.5. 1953
19.252	Григорий Басалаев (Днепропетровск, «Динамо»)	Кривой Рог 18.9. 1955
19.595	Альберт Иванов (Москва, ЦСК МО)	Москва 27.9. 1955
19.887	Лембит Виркус (Тарту, «Калев»)	Тарту 14.9. 1960

Бег на 110 м с барьерами

Рекорды дореволюционной России

22,2	В. Вознесенский	1898	19,2	П. Лидваль	1901
21,0	В. Вознесенский	1898	18,4	П. Лидваль	1903
21,0	П. Лидваль	1900	17,6	П. Лидваль	1904
20,6	П. Лидваль	1901	17,0	П. Лидваль	1904



Одним из сильнейших бегунов страны на длинные дистанции был В. Казанцев



Украинский спортсмен Евгений Буланчик довел рекорд Советского Союза в беге на 110 м с барьерами до 14,1

*

Долгие годы успешно представляет нашу страну на международных соревнованиях ленинградский барьерист Анатолий Михайлов



После революции до официальной регистрации рекордов

18,1	Альфред Бирзин (Москва, МКЛ)	1921
17,4	Лев Брандт (Москва, ОППВ)	1922
17,0	Антон Цейзик (Москва, ОЛЛС)	1922
16,0	Антон Цейзик (Москва, ОЛЛС)	1922

Рекорды СССР

17,5	Владимир Дьячков (Тифлис, ЗакВО)	Москва 20.9. 1924
17,3	Николай Овсянников (Ленинград, ЛВО)	Москва 21.8. 1925
17,0	Николай Овсянников (Ташкент, САВО)	Москва 14.8. 1927
16,9	Владимир Дьячков (Москва, ОППВ)	Москва 26.8. 1927
16,8	Владимир Дьячков (Москва, ЦДКА)	Москва 11.8. 1928
16,8	Николай Овсянников (Ташкент, САВО)	Москва 11.8. 1928
16,6	Александр Демин (Москва, ЦДКА)	Москва 12.8. 1928
16,6	Борис Дьячков (Москва, ЦДКА)	Москва 12.8. 1928
16,4	Николай Овсянников (Ташкент, САВО)	Москва 14.8. 1948
16,2	Александр Демин (Москва, ЦДКА)	Москва 22.7. 1933
16,1	Александр Безруков (Киев, КВО)	Москва 30.6. 1934
15,9	Александр Безруков (Киев, КВО)	Москва 6.8. 1934
15,4	Александр Безруков (Киев, «Динамо»)	Киев 31.7. 1935
15,3	Александр Канаки (Киев, КВО)	Киев 23.9. 1937
15,2	Иван Степанченко (Москва, «Динамо»)	Москва 18.6. 1939
15,0	Иван Степанченко (Москва, «Динамо»)	Харьков 1.7. 1939
14,6	Иван Степанченко (Москва, «Динамо»)	Москва 7.7. 1940
14,4	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Харьков 7.9. 1948
14,2	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Москва 13.9. 1949
14,1	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Сталинабад 21.9. 1952
14,1	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Зенит»)	Ташкент 31.10. 1956
13,9	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Зенит»)	Ленинград 12. 7. 1957
13,8	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Трудовые резервы»)	Нальчик 11.5. 1958
13,7	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Труд»)	Грозный 16.9. 1959
13,7	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Труд»)	Токио 18.10. 1964
13,7	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Труд»)	Осло 21.8. 1965

Бег на 200 м с барьерами

28,5	Василий Поликарпов (Ленинград, «Металлисты»)	Ленинград 18.9. 1927
27,1	Николай Митянин (Баку, «Динамо»)	Баку 8. 1934
26,5	Александр Безруков (Киев, КВО)	Киев 30.9. 1934
26,2	Дмитрий Ионов (Ленинград, «Медик»)	Ленинград 6. 1937
25,5	Дмитрий Ионов (Ленинград, «Медик»)	Ереван 8.9. 1937
25,1	Тимофей Лунев (Новосибирск, ТФК)	Москва 27.8. 1946
24,5	Тимофей Лунев (Новосибирск, «Искра»)	Харьков 4.9. 1947
24,4	Тимофей Лунев (Новосибирск, «Искра»)	Харьков 4.9. 1947
24,3	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Харьков 9.9. 1948
24,1	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Москва 5.8. 1949
24,0	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Москва 6.9. 1949
23,8	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Тбилиси 25.10. 1949
23,6	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Тбилиси 30. 10. 1949
23,5	Юрий Литувев (Ленинград, СА)	Ленинград 29.8. 1952
23,4	Вячеслав Богатов (Москва, ЦСК МО)	Нальчик 16.4. 1956
23,2	Вячеслав Богатов (Москва, ЦСК МО)	Киев 15.7. 1958
22,9	Борис Криунов (Ставрополь, «Урожай»)	Ленинград 16.7. 1959
22,9	Анатолий Михайлов (Ленинград, «Труд»)	Нальчик 7.5. 1960
22,8	Василий Анисимов (Киев, СКА)	Киев 30.8. 1964
22,8	Вячеслав Скоморохов (Днепропетровск, «Спартак»)	Алма-Ата 17.10. 1965

Бег на 400 м с барьерами Рекорд дореволюционной России

1.05,8	Савостьянов (Москва)	1913
--------	----------------------	------

Рекорды СССР

59,6	Василий Поликарпов (Ленинград, Металлисты)	Москва 21.8. 1928
57,8	Николай Митянин (Баку, «Динамо»)	Москва 4.8. 1934
57,7	Александр Демин (Москва, ЦДКА)	Москва 28.7. 1936
57,2	Виктор Шелудяков (Москва, «Спартак»)	Москва 29.7. 1936
56,8	Виктор Шелудяков (Москва, «Спартак»)	Москва 22.8. 1936
56,4	Виктор Шелудяков (Москва, «Спартак»)	Москва 7. 1937
55,7	Виктор Шелудяков (Москва, «Спартак»)	Москва 23.8. 1937
55,3	Виктор Шелудяков (Москва, «Спартак»)	Киев 24.9. 1937
55,1	Николай Митянин (Казань, «Спартак»)	Москва 6.8. 1940
55,0	Сергей Комаров (Москва, «Динамо»)	Москва 28.7. 1947
54,0	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Киев 5.7. 1948
53,8	Евгений Буланчик (Киев, «Искра»)	Харьков 10.9. 1948
53,2	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Москва 25.7. 1949
52,7	Тимофей Лунев (Минск, «Искра»)	Москва 8.9. 1949
52,4	Юрий Литувев (Ленинград, ЛДО)	Брюссель 27.8. 1950
52,2	Юрий Литувев (Ленинград, СА)	Москва 15.7. 1951
51,7	Юрий Литувев (Ленинград, СА)	Минск 31.8. 1951

ТРИ МАТЧА СБОРНОЙ

Накануне Кубка Европы



Основные международные соревнования этого года — Кубок Европы для мужских и женских команд. Поэтому три матча сборной СССР с командами ГДР, Франции и Польши можно считать генеральным смотром перед вторым розыгрышем Кубка. Напомним, что в 1965 г. места среди мужских команд распределились следующим образом: СССР — 86 очков, ФРГ — 85, Польша — 69, ГДР — 69, Франция — 60, Великобритания — 48. Встречи с третьим, четвертым и пятым призерами первого Кубка многое прояснили в соотношении сил накануне очередного розыгрыша.

Все три матча наша мужская команда выиграла. При этом был показан целый ряд отличных результатов. Назовем европейский рекорд Э. Гущина (19,64), всесоюзные рекорды А. Золотарева (16,92) и Г. Близначева (4,16), отличные победы М. Паамы, Р. Клима, В. Гаврилова, И. Тер-Ованесяна, А. Журяна. Но тем не менее успех в матчах не может принести полного удовлетворения, поскольку со всей очевидностью выявилось наше серьезное отставание в ряде видов, причем отставание все более обостряющееся.

Тревогу вызывает прежде всего положение с бегом. В финале Кубка 1965 г. мы заняли в беге одно первое место (10 000 м), одно четвертое (100 м), четыре пятых (200, 800, 1500, 5000 м) и одно шестое (400 м). Сейчас мы проиграли 10 000 м стайерам ГДР (с отрывом в 5 сек.) и остались на прежнем уровне в остальных видах бега. Победа Ф. Панкратова над поляками приятна, но ее нельзя признать закономерной из-за отсутствия В. Маняка. Трижды в трех матчах уступили победу наши бегуны на 1500 м. Настораживает более чем странная тактика наших средневики и стайеров, которая особенно ясно вырисовалась в последней встрече. «Черепаший» темп в расчете на быстрый финиш далеко не всегда приносит желанные плоды. Да, Хлыстов выиграл в Хожуве, но время хуже 34 мин. ничего, кроме досады, вызвать не может, так же как и результаты 4.09,0 на 1500 м и 9.26,0 в стипль-чезе. Уж не говоря о неэстетичности подобного способа ведения борьбы, тактика «бега на месте» чревата застоем в результатах как у ведущих мастеров, так и у основной массы спортсменов.

Если в финале первого Кубка нашим мужичкам досталось девять первых мест (10 000 м, 4×100 м, высота, длина, молот, копье, стипль-чез, ядро, 110 м

с/б), то сейчас трудно рассчитывать на повторение успеха в эстафете, барьерном и стайерском беге. Упростили мы свое положение лишь в ядре, длине, высоте и молоте — видах, в которых советские спортсмены победили во всех трех матчах. Не вызывает тревоги ситуация в стипль-чезе и копье. А из остальных видов серьезное улучшение результатов наблюдается лишь в тройном прыжке и, пожалуй, прыжках с шестом. Так что прогресс по сравнению с 1965 г. усмотреть нелегко, а ведь тогда наша команда выиграла с перевесом всего в одно очко.

Однако Кубок Европы настолько своеобразное состязание, что предсказать заранее общую картину борьбы шести равных по силам команд, за каждую из которых выступает один человек в виде, чрезвычайно сложно. Даже одно очко в такой встрече может самым неожиданным образом повлиять на итог командной борьбы. Так что три матча нашей сборной дают основания лишь для анализа состояния сборной за два месяца до финала Кубка, а отнюдь не для прогноза.

Мы надеемся, что в оставшееся до решающих встреч время тренеры сумеют подготовить команду соответствующим образом и настроить ее на бескомпромиссную борьбу за обладание почетным трофеем.

Очень неудачно выступила в матчах с ГДР и Польшей наша женская команда. Наши девушки явно сдали свои позиции в метании копья, барьерном беге, беге на средние дистанции. Два года назад в финале Кубка они заняли 6 первых мест (400 м, 80 м с/б, высота, длина, ядро, копье), два вторых (4×100 м и диск), два третьих (100 и 200 м) и одно пятое место (800 м). Улучшилось положение сейчас лишь в беге на 800 м — Алла Кривошекова способна бороться за одно из первых мест. Зато шансы на победу в барьерном беге, копье и беге на 400 м резко понизились. Из тех видов, где мы долгое время были лидерами, удалось сохранить позиции лишь в толкании ядра, прыжках в высоту и длину.

Думается, что при более серьезном подходе наши девушки могли бы удачнее выступить в обоих матчах. Достаточ-



Трижды за последнее время встречался И. Тер-Ованесян с сильнейшими французскими прыгунами в длину и трижды его лучший результат равнялся результату соперника. На чемпионате Европы 1966 г. Тер-Ованесян и Жан Кошар показали 7,88, но наш спортсмен был впереди, так как его второй результат превышал второе достижение француза (7,86 и 7,66). Через две недели на матче в Киеве Тер-Ованесян и Кошар прыгнули по 7,77 и опять Игорь опередил соперника. Его вторая попытка — 7,70, а у француза 7,60. На матче этого года в Париже вместо Кошара прыгал молодой Жак Пани. Но и на этот раз и советский и французский спортсмен прыгнули одинаково — 8,05. Однако второй результат Игоря — 8,04, а у Пани — 8,03. Удивительные совпадения! На снимке: Тер-Ованесян и Пани.

Фото агентства Кейстон

51,5 Юрий Литувев (Ленинград, СА)
51,3 Юрий Литувев (Ленинград, СА)
51,2 Юрий Литувев (Ленинград, СА)
50,7 Юрий Литувев (Ленинград, СА)
50,4 Юрий Литувев (Ленинград, СА)
50,4 Юрий Литувев (Москва, ЦСК МО)
50,3 Василий Анисимов (Киев, СКА)
50,2 Василий Анисимов (Киев, СКА)
50,2 Василий Анисимов (Киев, СКА)
49,5 Василий Анисимов (Киев, СКА)

Киев 27.5. 1952
Хельсинки 21.7. 1952
Выборг 9.7. 1952
Москва 24.8. 1953
Будапешт 20.9. 1953
Ташкент 13.10. 1956
Киев 29.8. 1964
Киев 18.7. 1965
Киев 22.9. 1965
Алма-Ата 16.10. 1965

но, скажем, было выставить Талышеву в матче против ГДР, чтобы счет всей встречи стал ничейным. Непонятен также отказ от Самотесовой на 400-метровой дистанции, где у нее были все шансы на первое место. Большого можно было ожидать от Ченчик, Горчаковой и Солонцовой.

Но дело даже не в очках. Гораздо важнее другое: все очевиднее становит-

ся тот факт, что наша женская сборная утратила положение сильнейшей команды мира. Сдача позиций началась еще на чемпионате Европы 1962 года. Но тогда руководители Федерации предпочитали не обращать внимания на критические замечания, упиваясь успехами отдельных выдающихся спортсменов. А молодежь, сотни и тысячи потенциаль-

ных чемпионки не получали достаточно внимания и заботы. Зато в Польше, ГДР и некоторых других странах воспользовались нашим же богатым опытом развития массового мастерства и на этой надежной основе подготовили отличные команды, прогресс которых ощутил значительно больше, чем у нас. Наверстать упущенное нелегко. Вос-

питание смены мастерам требует больших трудов и длительных сроков. Судя по всему, такая работа уже ведется. Итоги ее начали сказываться на Спартакиаде народов СССР. Смогут ли наши тренеры за оставшееся время создать коллектив, сильный задором молодых и опытом ветеранов, способный бороться за победу в розыгрыше Кубка Европы?

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ матча сборных команд СССР и ГДР

10—11 июня

Карл-Маркштадт

Мужчины. 100 м. Х. Эггерс (Г) 10,4; Н. Иванов 10,4; Х. Эрбштессер (Г) 10,5; Э. Озолин 10,5. 200 м. Н. Иванов 20,9; Х. Бурде (Г) 21,3; Б. Савчук 21,4; Х. Эрбштессер (Г) 21,4. 400 м. Б. Савчук 46,7; В. Вайланд (Г) 47,1; Х. Швабе (Г) 47,4; Н. Шкарников 47,5. 800 м. М. Матушевский (Г) 1,50,4; В. Михайлов 1,50,7; М. Зайдлер (Г) 1,50,8; Р. Митрофанов 1,50,9. 1500 м. М. Матушевский (Г) 3,43,8; М. Желобовский 3,44,8; М. Вильт 3,46,3; М. фон Залески (Г) 3,53,8. 5000 м. В. Ханшке (Г) 14,06,8; Р. Шарфутдинов 14,07,4; Г. Хлыстов 14,10,2; Г. Зайбт (Г) 14,15,2. 10 000 м. Ю. Хаазе (Г) 28,42,4; Г. Айзенберг (Г) 28,44,2; Н. Дутов 28,47,2; Л. Иванов 29,30,0. 110 м с/б. А. Михайлов 14,2; В. Чистяков 14,3; М. Ботге (Г) 14,5; Ф. Зибекк (Г) 14,8. 400 м с/б. И. Зингер (Г) 50,9; В. Анисимов 51,3; Э. Загерис 51,8; В. Хопфер (Г) 52,2; 3000 м с/п. А. Курьян 8,39,6; А. Морозов 8,39,6; Д. Хельм (Г) 8,55,4; Д. Херрман (Г) 9,05,6. **Эстафета 4x100 м.** ГДР (Х. Эрбштессер, Г. Клани, Х. Бурде, Х. Эггерс) 39,4; СССР (Б. Савчук, В. Касаткин, Э. Озолин, Н. Иванов) 40,3. **4x400 м.** СССР (Н. Шкарников, Ю. Козельский, А. Братчиков, В. Савчук, А. Братчиков) 3,09,4; ГДР (В. Мюллер, М. Цербер, Х. Швабе, В. Вайланд) 3,09,5. **Высота.** В. Гаврилов 2,13; А. Мороз 2,13; Р. Кёппен (Г) 2,04; Д. Вилле (Г) 1,95. **Длина.** Т. Лепик 7,70; Л. Ворковский (Г) 7,74; Г. Голлоз (Г) 7,41; К. Беер (Г) 7,37. **Тройной.** Х. Рюккборн (Г) 16,50; В. Санев 16,36; К. Нойман (Г) 16,13; А. Золотарев 16,01. **Шест.** Г. Близицево 5,00; В. Нордвиг (Г) 4,90; И. Фельд 4,90; И. Милан (Г) 4,40. **Ядро.** Э. Гушин 19,15; Н. Карасев 18,69; Г. Гис (Г) 17,99; И. Ротенбург (Г) 17,53. **Диск.** Д. Торит (Г) 60,44; В. Ярас 58,96; К. Лох (Г) 56,98; В. Ляхов 56,74. **Копье.** М. Штолль (Г) 79,40; Я. Лусис 78,14; М. Паама 77,50; М. Немер (Г) 71,18. **Ходьба 20 км.** М. Рейман (Г) 1:31,13,8; Г. Агапов 1:31,49,4; Патус (Г) 1:35,30,6; Н. Смага 1:37,06,4.

Счет после первого дня 54:52 в пользу команды ГДР. **Общий счет 118:105 в пользу команды СССР.**

Женщины. 100 м. Р. Хельдт (Г) 11,6; Г. Бухарина 11,7; А. Хёме (Г) 11,8; Л. Самотесова 12,0. 200 м. В. Попова 23,5; И. Тидтке (Г) 24,2; А. Хёме (Г) 24,3; Л. Самотесова 24,4. 400 м. Н. Серопегина 56,1; Р. Кюне (Г) 56,5; В. Флах (Г) 56,8; Н. Руннова 57,8. 800 м. А. Кривошекова 2,07,0; В. Пелиц (Г) 2,07,5; К. Бурнелайт (Г) 2,08,0; Т. Дунайская 2,09,3. 80 м с/б. Р. Хёфер (Г) 10,9; Л. Иевлева 10,9; В. Большова 11,0; А. Янс 11,1. **Эстафета 4x100 м.** ГДР (А. Хёме, Д. Рихтер, И. Тидтке, Р. Хельдт) 45,6; СССР (Г. Бухарина, Л. Самотесова, Л. Григорьева, В. Большова) 45,7. **Высота.** В. Окоркова 1,76; Т. Ченчик 1,71; Р. Шмидт (Г) 1,71; Р. Гильдемайстер (Г) 1,71. **Длина.** В. Вичерк (Г) 6,15; Л. Иевлева 6,09; К. Хауэр (Г) 5,90; Т. Каппельша 5,83. **Ядро.** Н. Чижова 18,34; М. Ланге (Г) 17,35; М. Гуммель (Г) 17,16; Г. Зыбина 16,87. **Диск.** К. Ильген (Г) 54,98; Л. Хмельская 54,50; А. Хентшель (Г) 53,68; И. Солонцова 50,66. **Копье.** Х. Бёрнер (Г) 56,56; Э. Озолина 55,54; В. Попова 55,50; Х. Шульце (Г) 51,24.

Счет после первого дня 35:27 в пользу команды ГДР. **Общий счет матча женских команд 61:55 в пользу команды ГДР.**

Общий счет матча мужских и женских команд 173:166 в пользу команды СССР.

МАТЧ МУЖСКИХ КОМАНД СССР—ФРАНЦИЯ

24—25 июня

Париж, стадион «Колумб»

100 м. Р. Бамбюк (Ф) 10,3; М. Берже (Ф) 10,5; Ф. Панкратов 10,6; Н. Иванов 10,6. 200 м. Р. Бамбюк 21,3; Н. Иванов 21,9; А. Туяков 21,9; М. Берже 21,9. 400 м. Ж.-К. Налле (Ф) 46,6; А. Братчиков 47,3; Б. Савчук 48,2; В. Девийон (Ф) 48,3. 800 м. Ж.-П. Дюфрен (Ф) 1,47,5; М. Желобовский 1,47,8; П. Туссен (Ф) 1,48,2; В. Михайлов 1,49,3. 1500 м. Ж. Ваду (Ф) 3,41,6; М. Желобовский 3,42,4; Ж. Колен (Ф) 3,43,6; М. Вильт 3,50,3. 5000 м. Ж. Ваду 14,07,0; А. Макаров 14,09,8; Р. Шарфутдинов 14,10,0; М. Вернар (Ф) 14,18,4. 10 000 м. Г. Хлыстов 29,28,0; Н. Тижу (Ф) 29,31,8; В. Марокэн (Ф) 29,41,0; В. Аланов 30,27,8. 110 м с/б. М. Дюриез (Ф) 14,3; А. Михайлов 14,4; В. Чистяков 14,5; П. Шёбель (Ф) 14,6. 400 м с/б. Р. Пуарье (Ф) 50,8; В. Анисимов 50,9; Э. Загерис 51,0; А. Эбрав (Ф) 51,0. 3000 м с/п. А. Курьян 8,52,8; Д. Банту (Ф) 8,53,2; А. Морозов 8,53,8; Г. Тексеро (Ф) 8,54,8. **Эстафета 4x100 м.** Франция (М. Берже, Ж. Делекур, К. Пикемаль, Р. Бамбюк) 39,4; СССР (Э. Озолин, Б. Савчук, А. Туяков, Н. Иванов) 39,8. **4x400 м.** Франция (К. Николо, Р. Пуарье, М. Сампэ, Ж.-К. Налле) 3,11,1; СССР (А. Братчиков, Н. Шкарников, Ю. Козельский, В. Савчук) 3,11,2. **Высота.** В. Гаврилов 2,16; А. Эллитт (Ф) 2,14; А. Мороз 2,14; Р. Сент-Роз (Ф) 2,14. **Длина.** И. Тер-Ованесян 8,05; Ж. Пани (Ф) 8,05; Ж. Кошар (Ф) 7,95; Л. Борковский 7,83. **Тройной.** А. Золотарев 16,70; В. Санев 16,64; Э. Баттиса (Ф) 15,87; К. Каддур (Ф) 14,76. **Шест.** Э. д'Анкос (Ф) 5,00; Г. Близицево 4,90; А. Моро (Ф) 4,90; И. Фельд 4,80. **Ядро.** Э. Гушин 19,58 (рекорд СССР); Н. Карасев 18,61; А. Беер (Ф) 18,31 (рекорд Франции); П. Колянн (Ф) 17,67. **Диск.** В. Ярас 59,38; В. Ляхов 57,00; П. Алар (Ф) 53,60; К. Оржак (Ф) 50,10. **Копье.** М. Паама 83,88; Я. Лусис 75,98; П. Вакалина (Ф) 74,56; Ж.-Ф. Монэ (Ф) 73,86. **Молот.** Р. Клим 69,70; Г. Кондрашов 68,68; Г. Юссон (Ф) 63,92; В. Вово (Ф) 61,28.

Счет после первого дня 56:50 в пользу команды Франции. **Общий счет матча 110:102 в пользу команды СССР.**

МАТЧ СБОРНЫХ КОМАНД СССР И ПОЛЬШИ

1—2 июля

Хожув, стадион «Шлёнск»

Мужчины. 100 м. Ф. Панкратов 10,4; Т. Яворский (П) 10,4; С. Вагнер (П) 10,5; В. Маслаков 10,6. 200 м. Я. Вернер 21,0; А. Баденский (П) 21,2; А. Туяков 21,4; В. Маслаков 21,5. 400 м. Я. Вернер (П) 46,1; А. Баденский (П) 46,1; Б. Савчук 47,3; А. Братчиков 47,8. 800 м. М. Желобовский 1,48,9; Х. Шордыковский (П) 1,49,3; Э. Желязны (П) 1,49,4; Р. Митрофанов 1,49,4. 1500 м. Х. Шордыковский (П) 4,08,6; М. Желобовский 4,09,0; В. Баран (П) 4,09,4; Р. Шарфутдинов 4,11,4. 5000 м. Л. Богущев (П) 14,00,0; Э. Ставьярж (П) 14,00,6; Ю. Тюрин 14,05,6; Р. Шарфутдинов дисквалифицирован за кроссинг (результат 13,59,6). 10 000 м. Г. Хлыстов 28,45,0; А. Макаров 28,45,0; Х. Шутко (П) 34,53,8; К. Подольяк (П) 35,01,6. 110 м с/б. А. Михайлов 14,0; А. Колодзейчик 14,1 (повторение рекорда Польши); В. Чистяков 14,1; Э. Высоцкий (П) 14,5. 400 м с/б. Э. Загерис 51,1; В. Вайнштанд (П) 51,4; С. Грендинский (П) 51,5; Р. Митрофанов 53,8. 3000 м с/п. В. Луерс (П) 9,25,8; Я. Якубовс 9,26,0; Э. Скларчик (П) 9,26,0; А. Курьян 9,57,4. **4x100 м.** Польша (А. Качор, Я. Вернер, Т. Яворский, С. Вагнер) 39,8; СССР (Э. Озолин, А. Туяков, Б. Савчук, Н. Иванов) 39,8. **4x400 м.** Польша (Я. Балаховский, Э. Боровский, С. Грендинский, А. Баденский) 3,06,4; СССР (Н. Шкарников, В. Михайлов, Б. Савчук, А. Братчиков) 3,15,4. **Высота.** В. Гаврилов 2,17; А. Мороз 2,12; Э. Черник (П) 2,06; С. Шкварчевский (П) 2,06. **Длина.** И. Тер-Ованесян 8,03; Т. Лепик 7,85; В. Ясюкевич (П) 7,43; В. Домашевич (П) 7,26. **Тройной.** А. Золотарев 16,92 (рекорд СССР); В. Санев 16,63; Ю. Шмидт (П) 16,38; Я. Яскульский (П) 16,12. **Шест.** Г. Близицево 5,16 (рекорд СССР); В. Соколовский (П) 5,05 (рекорд Польши); В. Марковский (П) 4,60; И. Фельд не взял начальной высоты. **Ядро.** Э. Гушин 19,64 (рекорд СССР и Европы); Н. Карасев 18,97; В. Комар (П) 18,75; А. Сосгурник (П) 17,41. **Диск.** Э. Пионтковский (П) 61,12 (рекорд Польши); В. Ярас 58,16; В. Ляхов 57,98; З. Вебгер (П) 57,24. **Копье.** М. Паама 81,30; Я. Лусис 81,00; Я. Сидло (П) 80,54; В. Никшиц (П) 78,34. **Молот.** Г. Кондрашов 66,80; А. Шупляков 66,18; З. Смолинский (П) 63,46; Р. Нивинский (П) 62,42.

Счет после первого дня — 55:49 в пользу команды СССР. **Общий счет матча 111:99 в пользу команды СССР.**

Женщины. 100 м. Е. Клобуковска (П) 11,2; И. Киршенштейн (П) 11,2; Г. Бухарина 11,6; В. Попова 11,6. 200 м. И. Киршенштейн 22,7; (повторение мирового рекорда); Е. Клобуковска (П) 22,9; Л. Самотесова 23,4; В. Попова 23,5. 400 м. Ч. Новакова (П) 55,3; Н. Серопегина 56,3; К. Хрыневецка (П) 57,4; В. Лукьянова 58,2. 80 м с/б. Э. Веднарек (П) 10,7; Т. Сукневич (П) 10,8; И. Пресс 10,8; Л. Иевлева 11,0. **4x100 м.** Польша (Э. Веднарек, И. Киршенштейн, М. Салачинска, Е. Клобуковска) 44,0; СССР (Г. Бухарина, В. Большова, Л. Самотесова, В. Попова) 44,9. **Высота.** А. Окоркова 1,82 (рекорд СССР); М. Желинска (П) 1,68; Т. Ченчик 1,68; Д. Ведезовска (П) 1,65. **Длина.** Т. Талышева 6,46; И. Киршенштейн (П) 6,44; М. Салачинска (П) 6,40; Л. Иевлева 6,08. **Ядро.** Чижова 17,32; Г. Зыбина 16,53; Э. Чарковска (П) 14,68; Б. Ходт (П) 13,64. **Диск.** Л. Хмельская 55,78; З. Мойек (П) 51,82; Я. Войтхак (П) 49,52; И. Солонцова 48,92. **Копье.** Д. Яворска (П) 58,68 (рекорд Польши); В. Попова 53,14; Л. Кравцевич (П) 52,82; Е. Горчакова 52,80.

Счет после первого дня — 33:18 в пользу команды Польши. **Счет матча женских команд 66:51 в пользу команды Польши.** **Общий счет — 165:162 в пользу команды Польши.**

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЧЕМПИОНАТА США ДЛЯ МУЖЧИН (см. стр. 32)

22—23 июня.

Бакерсфилд (Калифорния)

100 ярдов. Хайнс 9,3; Грин 9,3 (время соответствует 10,1 на 100 м). 220 ярдов. Смит 20,4; Хайнс 20,4 (соответствует 20,3 на 200 м); Карлос 20,6. 440 ярдов. Ивенс 45,3 (соответствует 45,0 на 400 м); Меттьюз 45,5; Кемп 45,7. 880 ярдов. Белл 1,46,1 (соответствует 1,45,4 на 800 м); Карр 1,47,1; Келли 1,47,1. **Миля.** Райан 3,51,1 (мировой рекорд; соответствует примерно 3,34,6 на 1500 м); Грелле 3,56,1; Уилберн 3,56,2. 3 мили. Линдгрэн 13,10,0 (соответствует примерно 13,56,5 на 5000 м); Скотт 13,12,4; Нельсон 13,16,8. 6 миль. Нельсон 28,18,8 (соответствует примерно 29,17 на 10 000 м); Ларис 28,19,2; Ларье 28,28,0. 120 ярдов с/б. Дейвенпорт 13,3 (соответствует 13,3 на 110 м с/б); Макклос 13,6; Флауэрс 13,8. 440 ярдов с/б. Уитней 50,3 (соответствует 50,0 на 400 м с/б); Роджерс 50,4; Белл 50,9. 3000 м с/п. Трайнон 8,42,0; Найтингейл 8,43,8; Прайс 8,44,8. **Высота.** Каразерс 2,14; Джонсон 2,14; Томас 2,08. **Длина.** Проктор 7,94; Востон 7,93; Вимон 7,84. **Тройной.** Крейг 16,19; Волкер 16,16; Хопн 15,85. **Шест.** Уилсон 5,38 (мировой рекорд); Сигрен 5,28; Рейлсбекк 5,18. **Ядро.** Матсон 20,39; Стейнхауэр 19,96; Маггард 19,37. **Диск.** Карлсон 62,74; Сильвестр 59,67; Бабка 59,49; Ортер 58,88. **Копье.** Макнабб 81,76; Стендунд 79,83; Ковелли 79,48. **Молот.** Верки 71,91; Френн 65,11; Трайд 62,12.

ЧЕМПИОНАТ США СРЕДИ ЖЕНЩИН

15—17 июля.

Санта-Барбара

100 м. Фаррет 10,1 (повторение мирового рекорда); 200 м. Уилсон 23,6. 400 м. Кук 52,5 (национальный рекорд); 800 м. Маннинг 2,03,6. 1500 м. Роча 4,29,0. 80 м с/б. Ралленс 10,9. **Высота.** Монтомери 1,68. **Длина.** Уинслоу 6,32. **Ядро.** Зайдлер 14,27. **Диск.** Мозек 46,46. **Копье.** Ваэр 59,82. **Пятиборье.** Уинслоу 4824 (11,4-13,33-1,65-5,82-24,7).

„ОДИННАДЦАТЫЙ ВИД“ ДЕСЯТИБОРЬЯ

Международные соревнования десятиборцев, которые состоялись в Таллине, не случайно назвали «малым чемпионатом Европы». В стартовых протоколах стояли имена едва ли не всех сильнейших многоборцев континента. Из лучших зарубежных атлетов отсутствовали лишь новый рекордсмен мира Курт Бендлин и Йорг Маттайз (ФРГ).

Но первые же старты принесли разочарование. Взяло, будто нехотя выступали такие именитые мастера, как Аун и Стороженко. Глядя на них, не очень-то выкладывались и молодые спортсмены — Сергей Шурепов, Николай Бугайцов и некоторые другие. Надо сказать, что и десятиборцы ФРГ выступали без обычной напористости и злости.

Зато приятно было наблюдать за молодыми легкоатлетами из ГДР. 19-летний Макс Клаусс улучшил свои личные рекорды в пяти и повторил в двух видах (прежний результат в толкании ядра — 13,31, новый — 13,51; в беге на 400 м — 49,8, новый — 49,7; в метании диска — 40,93, новый — 42,45; в метании копья — 53,68, новый — 58,05; в беге на 1500 м — 4,44,6, новый — 4,37,4; высота — 2,00 и барьерный бег — 16,5). В своих «коронных» видах (100 м, длина и шест) Клаусс также был близок к лучшим результатам (10,8; 7,63 и 4,35), показав 11,0; 7,49; 4,30. Это, видимо, тоже своеобразный рекорд, так сказать, рекорд в «одиннадцатом виде» десятиборья — упорстве, боевитости и целеустремленности. Но как раз в этом «одиннадцатом виде» дела у многих наших многоборцев выглядели совсем неважно.

Владимир Щербатых по своим данным, по своей подготовке уступает многим нашим десятиборцам. Но он боролся с огромным желанием, с задором, я даже бы сказал, страстно. Так же выступали Виктор Михальченко, Альберт Фанталис, Виктор Митянин. Только этим спортсменам удалось занять места в десятке сильнейших, хотя тот же Фанталис и Митянин гораздо менее техничны, чем, скажем, Шурепов, Стороженко или Аун.

Умение сражаться, бороться до конца — очень трудная наука. Научиться ей гораздо сложнее, чем освоить любой из десяти видов. Здесь очень много «белых пятен», поскольку речь идет о психологии человека, а не о физиологии, с которой тесно переплетается освоение десяти видов. Но если к совершенствованию десятиборца в прыжках с шестом можно привлечь специалиста-шестовика, то почему-то никому не приходит в голову мысль для подготовки спортсмена к соревнованиям пригласить психолога. Здесь его работу заменят кто угодно, даже буфетчица, которая ушла раньше времени, оставив в первый день наших десятиборцев без ужина, даже шофер, который по случаю субботы был не в состоянии довести спортсменов на автобусе от стадиона до гостиницы. А какое настроение может быть у спортсменов, если они легли спать голодными!

Создание хорошего настроения, снятие предстартовой «лихорадки» и излишнего возбуждения, поднятие тонуса и боевого духа — все это по плечу любому серьезному психологу. Мало того, психолог, владеющий гипнозом, может довольно быстро избавить спортсменов от таких нежелательных черт характера, как робость, застенчивость, вялость, неуверенность в своих силах. При современном уровне психологической науки добиться всего этого не так уж и сложно.

Слов нет, нужен психолог. Впрочем, не будем отрываться от действительности. Какой там психолог! В нашей сборной до сих пор нет штатного тренера по десятиборью! Его обязанности на общественных началах выполняет завкафедрой Тартуского университета тренер сборной команды Эстонии Фред Куду. Это умный и знающий специалист, но для выполнения громадной работы тренера сборной страны у него попросту не может хватить ни времени, ни сил.

В заключение кратко ознакомимся с ситуацией, которая сложилась к середине лета в мировом десятиборье. Несмотря на недавний рекорд Бендлина (8319 очков), создается впечатление, что десятиборцы ФРГ начинают сдавать свои позиции. Мольте находится на возрастном пределе (ему 31 год). Байер, Бокк, Вальде хоть и довольно ста-

бильны в своих результатах, но почти не прогрессируют, редко поднимаясь до уровня 7400—7600 очков. Молодые многоборцы Нерлих, Маттайз, Перк, Грубе недостаточно техничны, чтобы надеяться превзойти результаты своих старших товарищей. Рекорд Бендлина, конечно, великолепен (10,6—7,55 — 14,50 — 1,84 — 47,9 — 14,8 — 46,31 — 4,10 — 74,85 — 14,19,4), но сам спортсмен не сумел пока проявить себя настоящим бойцом. Он не выиграл еще ни одного серьезного международного соревнования у сильных соперников. Некий спад в десятиборье ФРГ объясняется, видимо, снижением активности знаменитого Фриделя Ширмера. Он сейчас все меньше времени уделяет работе со сборной, предпочитая ей политическую карьеру.

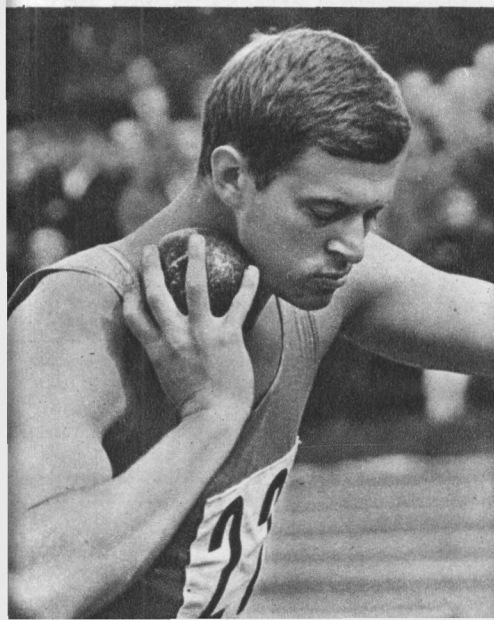
Обладатель официального мирового рекорда американец Расс Ходж (8230) в течение долгого времени выступать не будет. У него серьезная травма ноги, которая требует оперативного вмешательства. Билл Тумей также постоянно страдает от травм (весной он перенес операцию). Кроме этих двух атлетов и Д. Торесона, в США, пожалуй, нет десятиборцев мирового класса.

На большом подъеме десятиборцы ГДР, но им явно не хватает технического мастерства. Даже такому талантливому и боевому спортсмену, как Клаусс, понадобится долгое время, чтобы приблизиться к границе 7800—8000 очков.

На таком фоне положение советских десятиборцев нельзя назвать безнадежным. Щербатых, Михальченко, возможно Фанталис, Митянин, Русанов или Шурепов, а также Дьячков, Стороженко, Отсмаа, Орциев, Ланка, Челноков при соответствующей технической, физической и психологической подготовке могли бы на равных бороться с зарубежными соперниками. Но для этого надо многое изменить в работе со сборной командой и прежде всего обратить самое серьезное внимание на умение спортсменов самоотверженно и вдохновенно бороться за победу. Иначе говоря, пришло время всерьез заняться «одиннадцатым видом» десятиборья.

Стив ШЕНКМАН
(Наш спец. корр.)

г. Таллин.



Лучшим среди советских многоборцев оказался В. Щербатых

Фото Б. Светланова

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ Международных соревнований по десятиборью г. Таллин 10—11 июня, стадион «ДИНАМО»

1. М. Клаусс (ГДР) 7694 (11,0-7,49-13,51-2,00-49,7-16,5-42,45-4,30-58,05-4,37,4). 2. М. Тидтке (ГДР) 7624 (11,0-6,39-15,02-1,94-51,1-14,6-38,48-4,30-55,35-4,41,5). 3. Х. Байер (ФРГ) 7588 (11,1-7,12-14,37-1,88-50,5-14,7-41,95-4,10-47,14-4,21,6). 4. В. Щербатых (СССР) 7572 (10,9-7,39-12,54-1,91-50,0-15,0-37,74-4,00-61,44-4,35,7). 5. Х.-И. Вальде (ФРГ) 7556 (11,1-6,53-14,43-1,88-50,0-15,1-43,48-4,00-66,56-4,42,8). 6. Х. Вессель (ГДР) 7488 (10,8-7,17-13,11-1,94-50,4-16,1-40,94-4,30-52,92-4,40,7). 7. В. Михальченко (СССР) 7409 (10,8-7,15-14,30-1,75-51,3-15,5-46,91-4,10-51,88-4,48,5). 8. З. Прадель (ГДР) 7355 (10,9-6,83-14,66-1,79-49,5-15,9-43,75-4,00-56,49-4,55,2). 9. А. Фанталис (СССР) 7287 (11,1-6,87-14,25-1,70-50,2-15,8-40,71-3,90-54,01-4,20,9). 10. В. Митянин (СССР) 7260 (11,3-6,50-14,35-1,91-51,2-16,1-43,04-3,70-58,81-4,32,3).

ПРЕДОЛИМПИЙСКИЙ СЕЗОН В США

В развитии американской легкой атлетики нетрудно усмотреть определенную закономерность. Сразу после олимпийских игр происходит ощутимый спад в результатах, связанный с уходом из спорта многих сильнейших мастеров и ослаблением общей конкуренции. Затем начинается некоторый подъем. Он обусловливается в основном появлением нового поколения талантливых атлетов. Одни из них, показав 2—3 раза высокие результаты, сходят со сцены. Другие быстро прогрессируют, все более серьезно претендуя на места в сборной команде. В год, предшествующий Олимпиаде, уже довольно четко вырисовывался костяк команды, которая примет участие в борьбе за олимпийское золото. Кроме того, немалую роль здесь играет перспектива отличиться на Панамериканских играх, которые проводятся за год до Олимпиады. И, наконец, наступает олимпийский год, конкуренция за места в сборной достигает апогея, все чаще появляются сообщения о выдающихся результатах, мировых рекордах.

Нынешнее четырехлетие не явилось исключением. Вслед за послеолимпийским спадом пришел очередной подъем результатов, появилось много новых имен едва ли не во всех видах легкой атлетики. А сезон предолимпийского года на сей раз оказался особенно насыщенным, поскольку к прежним стимулам прибавился еще один: возможность выступить в первом межконтинентальном матче Америка—Европа, а также в матчах США—страны Британского содружества, США—ФРГ, США—Италия, США—Великобритания, в Панамериканских играх.

В спринте на смену олимпийских чемпионов Бобу Хейесу и Генри Карру, которые после Игр в Токио поспешили перейти в профессионалы, пришла большая группа очень сильных мастеров, возглавляемых Джимом Хайнсом и Томми Смитом. 20-летний Хайнс успешно выступает уже 7 лет. В 1962 г. он пробежал 100 ярдов за 9,6, в 1963 г. — за 9,5, а 1964 и 1965 гг. — за 9,4, в 1966 — за 9,3. В активе последних двух лет у него были результаты 10,2 на 100-метровой дистанции. Нынешней зимой он дважды повторил высшее мировое достижение на 60 ярдов (5,9), а в мае повторил мировой рекорд на 100 ярдов, принадлежащий Хейесу и Джерому, — 9,1. Не прошло после этого и двух недель, как Хайнс добился нового успеха. Он повторил еще один мировой рекорд — в беге на 100 м, преодолел дистанцию за 10,0, а вскоре сумел опередить самого Смита на 220 ярдов — 20,5. Хайнс намерен специализироваться на обеих спринтерских дистанциях и превзойти здесь мировые рекорды. Сейчас его лучший результат на 220 ярдов — 20,3.

Совладельцем мирового рекорда на 100 м стал также Вилли Тёрнер. Ему 18 лет, при росте 1,80 он весит 75 кг. В прошлом году Тёрнер был почти неизвестен, а в этом, начав сезон резуль-



Первая встреча на беговой дорожке Т. Смита (справа) и Л. Ивенса.

Из журнала «Трэк энд филд» США

татом 9,4, он неожиданно для всех пробежал 100 ярдов за 9,1. Однако на соревнованиях не было ветромера, и результат Тёрнера не признали повторением мирового рекорда. Но молодой спринтер все-таки добился почетного звания. Впервые в жизни он вышел на старт 100-метровой дистанции вместе с Хайнсом и показал 10,0! Надо сказать, что это был самый сильный забег за всю историю спринта. Вслед за Хайнсом и Тёрнером финишировал Чарлз Грин с результатом 10,1, совладелец мирового рекорда канадец Х. Джером был лишь четвертым, хотя показал также 10,1, на пятом месте Д. Брайт (10,11) и на шестом англичанин М. Кемпбелл — 10,2.

О Томми Смите писалось уже немало. После прошлогодних мировых рекордов на дистанциях 200 м и 220 ярдов он стал все больше внимания уделять 400 м. Но на этой дистанции в последние годы господствовал Ли Ивенс, который не знал поражений в течение трех сезонов. Во встрече этих мастеров родились два мировых рекорда. Смит пробежал 440 ярдов за 44,8, сбросив с мирового рекорда Пламмера 0,1 сек. По ходу был зафиксирован результат 44,5 на 400 м. Это на 0,4 лучше существующего мирового рекорда. Ивенс пробежал 440 ярдов за 45,3 (400 м — 45,0). Кроме того, в активе года у Смита — 20,1 на 220 ярдов. Очень высокие результаты на 440 ярдов имеют также Д. Меттьюз — 45,4, Т. Боджесс — 45,6.

В беге на средние дистанции вне конкуренции по-прежнему был знаменитый Джим Райан. Он несколько раз предпринимал попытки побить свой же

мировой рекорд на милю. В одной из попыток он показал 3,53,2. Это был второй результат в мире, уступающий лишь рекордному. По ходу было зафиксировано время 3,38,6 на 1500 м. Своей цели Райан добился на чемпионате страны. Он пробежал милю за 3,51,1, сбросив с рекорда 0,2 сек. Молодому спортсмену не удалось приблизиться к своему рекорду на 880 ярдов, однако его секунды на этой дистанции в 1967 г. нельзя не признать незаурядными — 1,46,5. Выдающегося результата добился Райан в беге на 1500 м, установив новый мировой рекорд — 3,33,1.

Среди американских стайеров обращает на себя внимание Артур ван Нельсон. Он преодолел 5000 м за 13,39,4. Это третий в США результат за все годы. Быстрее 5000 м бегали лишь Шюль и Линдгрэн.

Барьерный бег всегда был «коньком» американских атлетов. Сейчас положение не изменилось. Достаточно упомянуть забег, который состоялся в конце мая в Модесто. Дейвенпорт, Флауэрс, Коуплэнд и Линдгрэн пробежали дистанцию за 13,5, а Бристол и Лайверс — за 13,6. Молодой Маккалох, систематически показывающий 13,5—13,7, сумел при попутном ветре 2,4 м/сек пробежать дистанцию за 13,3. Результаты в пределах 13,6—13,7 регулярно демонстрируют также Холл, Коулмэн, Батлер, Уошингтон, Мэнн, Байерс, Моррис и другие. Рону Уитнею в середине июля удалось пробежать 400 м с барьерами за 49,3. Неплохие результаты на 440 ярдов и у других барьеристов — Вандерштока (50,2), Уайтта (50,6), Маккрари (50,6), Джонсона (50,6), Раймера (50,7) Эдкинса (50,5).

Весьма незаурядный талант среди прыгунов в высоту — 19-летний Кларенс Джонсон. Его рост 195 см, вес 86 кг. Он долгое время играл в баскетбол. В марте этого года его уговорили попробовать свои силы в прыжках. Джонсон провел всего одну тренировку (по крайней мере так сообщает известный американский журналист Дик Дрейк) и на следующий день выступил в соревнованиях. Результат превзошел все ожидания. Новичок преодолел... 2,09. Через пять дней Джонсон вновь вышел на старт. На сей раз он перешел планку на высоте 2,14. Спустя месяц Джонсон достиг 2,21. Выше него среди американцев прыгал лишь Джон Томас. Достаточно уверенно выступил олимпиец Эд Каразерс, достигший высоты 2,19. Очень большая группа спортсменов имеет в активе прыжки за 2,13. Это Бёррел, Браун, Даунинг, Херндон, Бойс, Талл, Бауэрс, Доброт, Хартфилд, Джексон.

В прыжках в длину у Ральфа Бостона есть два очень серьезных конкурента. Это Джерри Проктор и Роберт Бимон. Все же Бостону несколько раз удавались отличные прыжки, близкие к мировому рекорду. Его лучший результат в сезоне — 8,28. Лидеры сезона среди шестовиков — Роберт Сигрен и Пол Уилсон. Они наиболее стабильны и су-

ПРЫЖКИ
В ДЛИНУ

ПРЫЖКИ В ДЛИНУ

КРИТИКА И БИБЛИОГРАФИЯ

И вот перед нами новая работа В. Попова — книжка «Прыжки в длину» из серии «Библиотечка легкоатлета», выпущенной издательством «Физкультура и спорт» в 1966 году.

Прыжки в длину, по выражению самого автора, консервативный вид легкой атлетики. Техника его не претерпела, естественно, изменений за время, прошедшее с момента выхода первой книги, а некоторые результаты, показанные еще в 30-е годы, высоки и для сегодняшнего дня. Однако наше понимание формы и, главное, содержания техники этого простого на первый взгляд упражнения существенно расширилось и углубилось. Претерпела изменения и методика тренировки как легкоатлетов различных, так и прыгунов высокой квалификации.

Какое же отражение нашли эти изменения в брошюре, рассчитанной на широкий круг тренеров и спортсменов? Следует сразу сказать, что эта работа автора явилась шагом вперед по сравнению с первой книгой, несмотря даже на несколько меньший ее объем. В. Попов не повторяет здесь теоретических расчетов и формул, определяющих основные параметры движений в прыжках в длину. В этом смысле брошюра стоит ближе к тренерской практике. Однако здесь нет нарочитой популяризации, упрощения, которыми, к сожалению, зачастую страдает наша спортивная литература подобного рода. Книга рассчитана на тренеров

и спортсменов сегодняшнего дня, обладающих необходимыми знаниями в области физиологии, биомеханики, механики и т. д.

Достоинством книги является также большое количество иллюстративного материала (кинограмм и рисунков), который способствует лучшему пониманию особенностей техники прыжка. Основные положения, изложенные в брошюре, основаны на данных специальных исследований, сделанных автором, и анализе техники и методики тренировки лучших советских и зарубежных представителей этого вида легкой атлетики.

В книгу введен новый раздел, которого не было в первой работе, — «Принципы планирования и учета основных средств тренировки». Здесь автор останавливается на соотношении средств общей и специальной подготовки прыгунов и планировании тренировочной нагрузки на различных этапах тренировочного процесса.

К сожалению, некоторые положения не соответствуют требованиям жизни. Так, например, говоря о различной направленности тренировок в подготовительном и соревновательном периодах, В. Попов не учитывает изменений, произошедших в календаре соревнований, особенно в зимнее время. Однако этот недостаток, как и некоторые неточности, которые встречаются в книге, не снижают ее ценности.

В 1962 году вышла в свет книга мастера спорта, тренера сборной команды СССР Владимира Борисовича Попова «Прыжки в длину с разбега». Эта монография получила много хороших отзывов специалистов и тренеров по легкой атлетике. С тех пор прошло пять лет, и можно с уверенностью сказать, что ее появление во многом способствовало подъему этого, прежде отстающего у нас, вида легкой атлетики.

мели дважды вписать свои имена в списки мировых рекордсменов, преодолев 5,36 (Сигрен) и 5,38 (Уилсон). Их самые опасные соперники — Дик Рейлсбек и Филиппс, несколько раз достигавшие 5,20.

Начавшаяся еще зимой дуэль Матсона и Стейнхауэра продолжалась несколько месяцев. Более успешно выступал Матсон, который сумел установить мировой рекорд — 21,78. Удачным был дебют Матсона и в метании диска, где он достиг отличного результата — 65,15 (всего на 7 см хуже мирового рекорда). Но все же он не отличается здесь высокой стабильностью. Чаше всего диск Матсона приземляется в районе 56—58 м. Более надежны, пожалуй, результаты Сильвестра, Бабки, Невилла и Уэйлла (61—63 м). После весьма скромных бросков отличился метатель молота Эд Бёрки — 69,90 и 71,90 (второй результат в мире за все годы).

Надо сказать, что в некоторых видах (стипль-чез, метание копья, прыжки тройным) американцы не блистали

в течение сезона. Здесь не нашлось достойной замены ушедшим из спорта ветеранам. В таких видах, как метание диска, стайерский бег, даже прыжки в длину, американские спортсмены выступают без обычной уверенности. Бывают здесь частые срывы, и высокие результаты сплошь и рядом чередуются с весьма посредственными.

Довольно туманным остается положение в женской легкой атлетике. Несмотря на большое внимание, которое в последнее время уделяется женским видам в США, результаты, как правило, еще не высоки. Правда, следует отметить отличные показатели 18-летней Барбары Фридрихс (58,52 и 60,55) — третий результат в мире за все годы — и Ренэз Баэр (59,82) в метании копья, Пэт Уинслоу в пятиборье, хорошие секунды в спринте юных Дороти Майлз (100 ярдов — 10,4) и Барбары Феррел (100 ярдов — 10,6), высокий результат Дорис Браун на 880 ярдов — 2,07,8. Руководителям американского спорта пока не удается преодолеть пренебрежительного отношения к женской легкой

атлетике. При огромном числе соревнований даже лучшие легкоатлетки США испытывают острую нехватку в выступлениях. От того, сумеет ли ААЮ преодолеть эти настроения, зависит судьба женской легкой атлетики в США.

Знакомство с итогами сезона в США может навести на мысль об уже «заброшенных» для американцев олимпийских медалях во многих видах. Такой вывод был бы поспешным. Во-первых, всякие крупные соревнования, а тем более Олимпийские игры, неизбежно преподносят большое число сюрпризов. Во-вторых, очень многие американские легкоатлеты обычно «не доносят» своих результатов до Олимпиад. Примеров тому здесь гораздо больше, чем в командах других стран. Видимо, тренеры США не всегда успешно умеют проводить заключительный этап подготовки к наиболее ответственным стартам. Так что не следует переоценивать предолимпийские рекорды и достижения. Но еще более опасным было бы закрывать глаза на то, сколь прозную силу представляет эта сборная команда.

Главный редактор А. М. Абдуллаев

Редакционная коллегия: С. Л. Аксельрод, В. М. Дьячков, Е. Н. Кайтмазова, Г. В. Коробков, В. В. Кузнецов, А. Н. Макаров, В. Д. Михайлов, В. В. Садовский, Г. Ф. Турова, Б. Г. Фадеев, В. П. Филин

Художественный редактор К. С. Солнцева

Наш адрес: Москва, К-45, Рождественский бульвар, д. 10/7,

и телефоны: главного редактора — Б 8-96-72; ответственного секретаря и отделов — «Техника и методика тренировки», «По Советскому Союзу», «За рубежом», «Наука и спорт», «Спорт и здоровье», «Критика и библиография» — Б 3-04-57; отделов — «Легкая атлетика в школе» и иллюстративно-художественного — Б 8-82-72.

Рукописи
и фотоснимки
не возвращаются

Сдано в набор 29/VI 1967 г. Подписано к печати 18/VII 1967 г. Издательство «Физкультура и спорт». Формат 60×90¹/₁₆. Учетно-изд. л. 7 п. л.+0,5 п. л. обложка. А09107 Зак. 1084. Тир. 100 000. Калининский полиграфкомбинат Главполиграфпрома Комитета по печати при Совете Министров СССР, г. Калинин, проспект Ленина, 5.

Индекс
70 482
Цена 30 коп.

Октябрь 15. Ленинград

70482

Цена 30 коп.

