

Июль • 1968

Легкая атлетика

7



1888 ОТЕЧЕСТВЕННОЙ
1968 ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ
80 ЛЕТ



Олимпийский год советские легкоатлеты начали выдающимися мировыми рекордами Надежды Чижовой в толкании ядра — 18,67 и Веры Корсаковой в барьерном беге на 80 м — 10,2. Владислав Сапеля пробежал 100-метровую дистанцию за 10,1, а олимпийский чемпион Ромуальд Клим улучшил рекорд СССР в метании молота до 72,36.

*

Одна из последних значительных побед нашего легкоатлетического спорта — выигрыш Кубка Европы по легкой атлетике в 1967 году в Киеве. На фото советские легкоатлеты получают заветный кубок!

Фото М. Боташева

В НОМЕРЕ:

- 1 Восемьдесят лет отечественной легкой атлетике
- 9 А. Алексеев — У нас в Ярославле
- 10 И. Пожидаев — Среднегорье в помощь тренеру
- 11 А. Максимов — Новые диссертации
- 12 Барьерный бег
- 16 Кинограмма Х. Джонса и Г. Хенниге
- 18 Г. Максименко — Воспитание скорости
- 21 На весенних матчах
- 26 10 лучших юных легкоатлетов СССР
- 28 Г. Коробков — Проблемы международного календаря
- 29 С. Борисов — Олимпийские хозяева и их соседи
- 32 Рост рекордов мира

Наша обложка. На кроссе «Правды». Фотоэтиюд В. Бровко

На четвертой странице обложки. Геннадий Ближенцов перед прыжком. Фото Ю. Сомова

На страницах журнала фото: В. Бровко, Н. Волкова, М. Боташева, В. Крапинской, В. Шандрина, В. Ун Да-сина, (все Москва), С. Мартынова (Ярославль), В. Галактионова (Ленинград), З. Межавилкса (Рига), Ю. Вишневецкого (Сочи).

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ
СПОРТИВНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Легкая атлетика

ОРГАН ЦЕНТРАЛЬНОГО СОВЕТА СОЮЗА
СПОРТИВНЫХ ОБЩЕСТВ И ОРГАНИЗАЦИЙ СССР

Год издания четырнадцатый

№ 7 (159) июль 1968

80 лет ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

В этом году мы отмечаем 80 лет советской легкой атлетики. Срок немалый, и за эти годы сделано столько, сколько в иной стране не сделали бы за века.

В самом деле, от тярлевского кружка мы пришли к 8 миллионам спортсменов, регулярно занимающихся легкой атлетикой. От площадки на Каменном острове в Петрограде, где занимались легкой атлетикой несколько десятков любителей, мы шагнули к современным великолепным комплексам стадионов имени В. И. Ленина, С. М. Кирова и тысячам новых стадионов и других спортивных сооружений. От 12-го места, занятого лучшим русским спортсменом в личном зачете на Олимпийских играх 1912 года, наши спортсмены перешли к уверенным победам в неофициальных командных зачетах олимпиад, к золотым, серебряным и бронзовым медалям Хельсинки, Мельбурна, Рима и Токио. От первых шагов Всеобуча, от соревнований предолимпиад мы шагнули к созданию стройной системы физического воспитания, к созданию огромной сети спортивных организаций, к величественным праздникам наших спартакиад, ставших поистине свидетельством силы, мощи, красоты советского физкультурного движения.

Нам нельзя забывать и первых успехов советских спортсменов — рекордов А. Решетникова и М. Шамановой. Нельзя забывать и о том, как встречали за рубежом в те далекие годы рабочие и крестьяне капиталистических стран спортсменов Советской страны. Мы никогда не забудем Великую Отечествен-

ную войну и имена А. Гидрата, Н. Копылова, Л. Митропольского, А. Исаева, М. Ивановича, Б. Бутенко и многих других, с оружием в руках защищавших нашу страну.

А как не вспомнить кроссы, в которых выступали миллионы людей, первенство страны в суровом военном 1943 году в Горьком и мировые рекорды армейского спортсмена Ф. Ванина. А затем наши победы на стадионах Берна и Хельсинки, Белграда и Мельбурна, Будапешта, Рима, Токио и многих других городов мира. Конечно, были не только победы, были и временные поражения. Но наши спортсмены, тренеры, организаторы учились на этих поражениях, делали необходимые выводы, вновь и вновь штурмовали вершины спортивного мастерства, чтобы добиться новых успехов. И успехи эти приходили. Да, миллионная армия советских легкоатлетов прошла нелегкий, но славный путь, путь, которым можно гордиться.

Но, отмечая восьмидесятилетний юбилей и заглядывая в будущее, нам ни в коей мере не хотелось бы видеть советскую легкую атлетику лишь в розовом свете и отмечать только достижения. Поэтому нас не должен ослеплять блеск медалей прошлых олимпиад и возможных медалей в Мехико, не должны гипнотизировать солидные многозначные цифры занимающихся в спортивных секциях, увеличивающееся с каждым годом число подготовленных перворазрядников и мастеров спорта. Сегодня первая и главная задача, которую

должны ставить перед собой все спортсмены, тренеры, любители нашей легкой атлетики,— это идти в ногу со временем.

XXIII съезд Коммунистической партии Советского Союза в принятой им программе партии записал: «Обеспечить воспитание, начиная с самого раннего детского возраста, физически крепкого молодого поколения с гармоническим развитием физических и духовных сил». Задачи, определенные программой партии и XXIII съездом КПСС, получили дальнейшее развитие в постановлениях ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и спорта», принятых в августе 1966 года. «Советское физкультурное движение должно носить подлинно общенародный характер, базироваться на научно обоснованной системе физического воспитания, охватывающем все группы населения начиная с детского возраста»,— записано в постановлениях. Исходя из решений партии и правительства, проявляющих большую заботу о коммунистическом воспитании подрастающего поколения, должны строить свою работу наши спортивные организации.

Воспитание человека коммунистического общества — вот та проблема, которой нужно заниматься ежедневно, ежечасно. Конечно, нужно готовить мастеров спорта и разрядников, нужно проводить соревнования и т. д., но лучше не выполнить план подготовки мастеров или не провести какие-то соревнования, зато вырастить своих питомцев настоящими людьми, которые в любую минуту могут внести свой вклад в дело труда на благо Родины и ее обороны. Воспитание человека — вот тот участок работы наших тренеров и руководителей, который до сих пор является недостаточно изученным, о котором за очками, метрами и секундами мы нередко забываем.

Здесь прежде всего нужно сказать об основной фигуре легкоатлетического «производства» — о тренере. Мы знаем многих тренеров, чье замечательное педагогическое мастерство и личные качества позволяют добиться огромных успехов в процессе коммунистического воспитания. К их числу относятся В. Алексеев, А. Алексеев, В. Волков, И. Гайлис, В. Лонский, Т. Прохоров, Ф. Куду, И. Пожидаев, Е. Буланчик, А. Чикин, Л. Сулиев, В. Дьячков, Н. Озолин и многие другие. Это люди, сочетающие высокий уровень специальной подготовки, огромное трудолюбие, смелость педагогического творчества с требовательностью как к себе, так и к своим питомцам; люди, работающие в тесном контакте со своим коллективом, умеющие в трудную минуту оказать помощь своим ученикам не только на соревнованиях, но и в жизни. Знание своего дела, широкий круг интересов позволяют им быть воспитателями в лучшем смысле этого слова.

Тренер — прежде всего творческий работник. Как не сказать о некоторых наших тренерах, ранее известных спортсменах, ставших сейчас учеными — специалистами в области легкой атле-

тики. Наряду с заслуженными мастерами спорта профессорами Н. Озолиным, В. Дьячковым, Д. Марковым, А. Шехтелем в их числе можно назвать и представителей молодого поколения: В. Ухова — ныне проректора Ленинградского института физкультуры, В. Бутенко — проректора Московского института физкультуры, В. Кузнецова — заведующего лабораторией ВНИИФКа, В. Филина — заведующего сектором этого института. С успехом защитили кандидатские диссертации тренеры сборной страны В. Попов, Ю. Еремин, готовятся к защите диссертаций В. Ягодин, Ю. Чистяков и другие. А разве не служат примером для спортсменов опытные организаторы легкой атлетики в наших республиках и городах, такие, как А. Карпавичус, И. Шляжас (Литва), П. Дуцманис, И. Витолс (Латвия), П. Денисенко (Украина), А. Иссурин (Ленинград)! Достижения нашей легкой атлетики в немалой степени объясняются трудом этих и других энтузиастов, которые в своей повседневной работе постоянно помнят не только о воспитании учеников, но и о необходимости собственного совершенствования.

Сейчас нашим спортивным организациям следует настойчиво пропагандировать работу лучших тренеров, без колебаний избавляясь от подвизающихся еще кое-где бездельников, дельцов от спорта, людей малограмотных, ни в коей мере не соответствующих высокому званию педагога. Очевидно, пора поставить перед нашими республиканскими организациями вопрос о более четкой форме поощрений и наказаний тренеров, особенно о присвоении им почетного звания заслуженного тренера. К сожалению, для некоторых тренеров получение этого звания превращается в своеобразное право на пенсию в виде большой зарплат.

Повышенные требования должны предъявляться не только к тренеру, но

и к спортсмену, и прежде всего к спортсмену высокого класса, члену сборной команды, представляющему лицо нашей страны за рубежом. Как известно, спорт является одной из наиболее действенных форм общения между народами, укрепления международных связей, показа силы советского физкультурного движения. Ежегодно сотни легкоатлетов выезжают в различные страны для участия в международных соревнованиях, и трудящиеся этих стран видят в каждом из них посланцев великого советского народа — строителя коммунизма. Наши представители не должны забывать, что миллионы зрителей, сидящих на стадионе или у экранов телевизоров, интересуются не только их спортивными результатами, но и прежде всего видят в них советских людей.

Не менее важно увлечь личным примером начинающих спортсменов. Редакция постоянно получает десятки писем от молодых легкоатлетов. «Хочу быть таким, как Игорь Тер-Ованесян, расскажите о нем поподробнее», «Сообщите адрес Ромуальда Климана» и т. п. Широкая популярность налагает на наших известных спортсменов большую ответственность. Отрадно знать, что большинство наших мастеров правильно понимает свою роль в деле воспитания молодых спортсменов. Однако воспитательный процесс не должен ограничиваться личным примером, он требует сосредоточения усилий всех наших спортивных организаций, всех энтузиастов спорта: тренеров, судей, инструкторов-общественников и, конечно, самих спортсменов.

Возможно, кое-кому и покажется странным, что, отмечая юбилей, мы сосредоточили внимание прежде всего на проблемах воспитания. Думается, что если они будут решаться успешно, это будет лучшим подарком нашему народу и государству.

Участники кросса «Юманите» с одним из руководителей Коммунистической партии Франции Марселем Кашеном. Среди советских спортсменов Серафим Знаменский (во втором ряду третий справа), Георгий Знаменский (второй слева) и Евдокия Васильева (четвертая слева)



* Сейчас в стране насчитывается 52 манежа, где легкоатлеты могут тренироваться круглогодично. Новые манежи введены в строй в Москве и Риге, Нижнем Тагиле и Туле, Брянске и Клину, Таллине и Калининграде, Иркутске и Хабаровске. В 1968 году в строй войдут стадионы с дорожками и секторами из синтетических материалов. Такими стадионами в Москве будут Центральный стадион им. В. И. Ленина, стадионы «Динамо», «Локомотив», «Юных пионеров», «Буревестник», клуба МВО, в Киеве — Центральный стадион и «Динамо», Днепротерпковские — «Метеор», Ташкенте — «Пахтанор», Минске — «Динамо», Риге — «Даугава», Пятигорске — «Труд», Кисловодске — «Трудовые резервы», Брянске — «Труд», в Тбилиси — «Динамо» и «Буревестник», Горьком — «Динамо», Воронеже — «Труд», Ставрополе — «Динамо», Орле — «Спартак», Краснодаре — «Кубань», Ужгороде — «Авангард», Харькове — «Динамо», Ереване — «Динамо», Хабаровске — СКА, в Ростове-на-Дону — «Труд» и Центральные стадионы Таллина, Кишинева, Сочи.

* В 1965 году легкоатлеты установили 21 всесоюзный рекорд, в 1966-м — 11, в 1967-м — 20 рекордов, из которых три являются мировыми (200 м с/б, эстафета 4×200 м у женщин, прыжки в длину у мужчин).

* На всесоюзной Спартакиаде школьников 1967 года в Ленинграде было установлено 10 высших юношеских достижений СССР, в том числе 7 по старшей возрастной группе. Юноши улучшили высшие результаты спартакиад школьников в 12 видах программ из 20, у девушек только в двух видах не были превзойдены лучшие результаты предыдущих спартакиад.

* В 1964 году в стране было подготовлено 227 мастеров спорта, 1965-м — 320, в 1966-м — 299, 1967 году — 387 (рекордная цифра за всю историю легкой атлетики).

* В 1946 году, впервые выступая на первенстве Европы, проводившемся в Норвегии на стадионе «Бишлет», советские спортсмены завоевали 6 золотых, 7 серебряных и 4 бронзовых медали.

* На IV чемпионате Европы (Бельгия, Брюссель) наши легкоатлеты получили 6 золотых медалей, 5 серебряных и 7 бронзовых.

* На чемпионате Европы 1954 года (Швейцария, Берн) — 16 золотых, 11 серебряных и 8 бронзовых медалей.

* В Стокгольме, на чемпионате 1958 года, легкоатлеты Советского Союза завоевали 11 золотых медалей, 12 серебряных и 8 бронзовых.

* На VII чемпионате (1962 год, Югославия, Белград) — 13 золотых, 7 серебряных и 8 бронзовых медалей.

* На последнем чемпионате в Будапеште (1966 год) было завоевано 6 золотых, 7 серебряных и 6 бронзовых медалей.

* Советские легкоатлеты выступали на XV, XVI, XVII, XVIII Олимпийских играх. Чемпионами этих игр стали Н. Пономарева (в Хельсинки и Риме), Г. Зыбина, В. Куц (две золотые медали в Мельбурне), Т. Тышкевич, И. Яунземс, Л. Спирин, В. Крепкина, Р. Шавлакадзе, П. Болотников, Э. Озолина, В. Голубничий, Т. Пресс (обладательница трех золотых медалей в Риме и Токио), И. Пресс (две золотые медали в Риме и Токио), В. Руденков, Л. Лысенко, В. Цыбуленко, В. Брумэль, Р. Клим.

* Серебряные медали олимпиад получили Е. Багрянцева, А. Чудина, М. Голубничая, Л. Щербаков, В. Казанцев, Ю. Литув, мужская эстафета 4×100 м (в Хельсинки, Мельбурне и Риме), Е. Маскинсков, А. Микенас, М. Кривоносов, М. Писарева, И. Беглякова, Г. Зыбина, В. Горяев, Т. Пресс, И. Соколов, В. Брумэль, О. Федосеев, Р. Аун.

* Бронзовые медали завоевали Н. Хныкина (в Хельсинки и Мельбурне), А. Чудина, Н. Думбадзе, Е. Горчакова (Хельсинки, Токио), К. Точенова, А. Ануфриев, Б. Юнк (Хельсинки, Мельбурн),

Более сорока лет назад состоялись первые международные встречи советских легкоатлетов. В то время наши сильнейшие бегуны, прыгуны и метатели — Мария Шаманова, Александр Демин, Николай Озолин, Анатолий Решетников и другие легкоатлеты выступали на стадионах Франции, Германии, Чехословакии, соревнуясь со своими коллегами из рабочих спортивных клубов. В 1928 году зарубежные легкоатлеты выступали на первой Всесоюзной Спартакиаде в Москве, а наши спортсмены принимали участие в Рабочей олимпиаде в Амстердаме. Позже, в 30-х годах, нашими гостями были такие выдающиеся бегуны, как француз Ж. Лядумег и финн Э. Пурье, а советские бегуны выступали на традиционных кроссах газеты «Юманите».

Но широкий выход советских легкоатлетов на международную арену начался лишь в послевоенные годы, когда Советский Союз стал членом Международной любительской легкоатлетической федерации (ИААФ). Об этом событии, которое стало важной вехой в развитии отечественного легкоатлетического спорта, рассказывает его непосредственный участник — судья всесоюзной и международной категории, член президиума Федерации легкой атлетики СССР, в прошлом чемпион и рекордсмен страны в спортивной ходьбе Николай Кузьмич КАЛИНИН.

Известно, что еще в предвоенные годы многие советские легкоатлеты показывали высокие результаты, а некоторые из них превышали и существовавшие тогда мировые достижения. Однако в то время буржуазные заправилы мирового спорта, зарубежные специалисты скептически относились к «русским секундам и метрам» как, впрочем, и ко всему, что происходило в Стране Советов.

Коренным образом изменилось положение после войны. Решающая роль Советского Союза в победе над фашизмом неизмеримо подняла авторитет нашей страны во всем мире. Теперь уже никто не осмеливался игнорировать наши достижения. Именно это и послужило причиной быстрого признания нас в мировом спорте. Когда секция легкой атлетики СССР направила в ИААФ заявление о приеме, то ответом была телеграмма, где говорилось, что до официального принятия СССР в ИААФ на Конгрессе 1948 года советские легкоатлеты могут участвовать в международных состязаниях и чемпионате континента 1946 года. Как известно, в Осло выступила большая группа наших спортсменов, которые завоевали 6 золотых, 7 серебряных и 4 бронзовых медали. Чемпионами Европы стали Е. Сеченова, Н. Каракулов, Т. Севрюкова, Н. Думбадзе и К. Маючая.

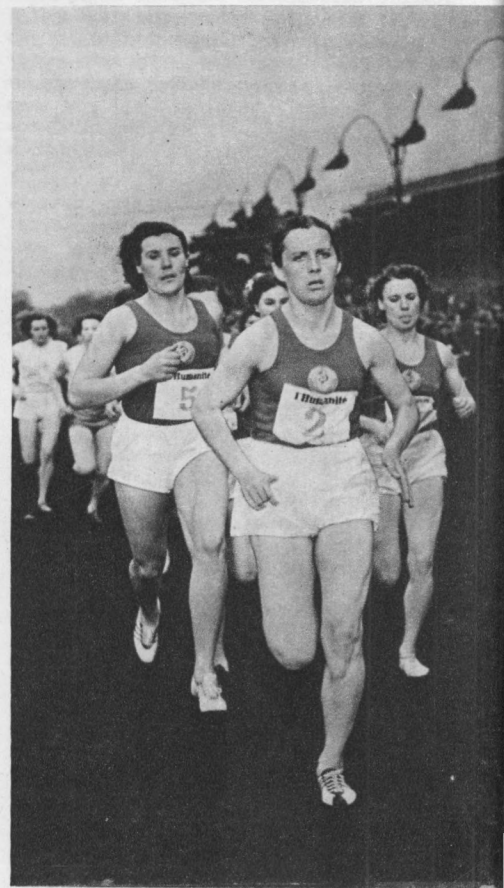
В 1948 году в Лондоне на конгрессе ИААФ было принято решение о принятии нас в члены Международной любительской легкоатлетической федерации. Страны, входящие в ИААФ, делятся на четыре группы. При голосовании страны группы А имеют 7 голосов, группы В — 5, группы С — 3 и группы Д — 1 голос. Авторитет советской легкой атлетики был так велик, что нас сразу включили в группу А. В совет ИААФ, который состоит из президента, почетного секретаря и десяти членов, представителей разных стран, был выбран я.

Коротко хотелось бы остановиться на некоторых сторонах нашей деятельности в ИААФ. Советскими представителями были внесены многие коренные изменения в правила судейства. Нами были точно сформулированы требования, которые предъявлялись к технике спортивной ходьбы, что обеспечивало единство мнений судей на международных состязаниях. Мы первыми стандартизировали расстановку барьеров в беге на 3000 м с/п. Нужно сказать, что раньше на различных состязаниях барьеры расставлялись по-разному, что мешало официальной регистрации рекордов на этой дистанции.

Интересно, что в то время программа женского пятиборья (кстати, принятая по предложению представителей Голландии) включала виды, которые зарекомендовали преимущество выдающейся спортсменке этой страны — Ф. Вланкерс-Козн, но не способствовали разносторонней подготовленности пятиборок. По нашему предложению в пятиборье ввели те виды, которые сохранились до сих пор. В целях развития женской легкой атлетики мы предложили создать при ИААФ женскую комиссию, бессменным председателем которой была Зоя Георгиевна Романова.

Огромную работу выполнили представители СССР в ИААФ накануне XV Олимпийских игр в Хельсинки. Были приняты наши предложения по изменению расписания легкоатлетической программы, делающие ее более динамичной и одновременно удобной для участников. Также по нашей инициативе было принято решение об интернациональном судействе спортивной ходьбы на олимпиадах. Тогда же я был назначен первым советским олимпийским атташе для решения вопросов, связанных с организацией олимпийских состязаний.

Многочисленными победами на кроссе «Юманите» прославили свою Родину советские спортсменки. III кросс «Юманите». Впереди Ангелина Комарова, за ней Полина Лазарева (№ 5) и Нина Откаленко



„РУССКИЙ УРАГАН“

Есть люди, имена которых олицетворяют целые этапы развития какой-либо области науки, искусства или спорта. Каждый из них добивался многого, порой принципиально изменял точку зрения на целый ряд понятий, делал необычайные открытия или самоотверженной деятельностью показывал остальным, чего можно добиться, отдав себя всего, без остатка, делу своей жизни. Их деятельность служит примером для молодых людей.

Недаром молодые физики мечтают стать в будущем Курчатовыми, начинающих балерин привела на сцену страсть подняться до вершин Улановой, а мальчишки сороковых годов, приходя записываться в секцию легкой атлетики, бойко заявляли: «Хочу стать Каракуловым». Такова притягательная сила истинных вершин творчества и мастерства. Каракулова ходили «смотреть». Кстати, автор этих строк таким образом и попал впервые на стадион и навсегда «заразился» бегом.

Каракулова любили, в него верили, и он почти всегда выигрывал. С 1943 по 1949 г. он 13 раз был чемпионом страны на спринтерских дистанциях (целая эра Каракулова!).

Семнадцатилетним пареньком, учеником слесаря металлургического завода уральского города Лысьва, он впервые отправился сдавать нормы на значок ГТО, с чего и начался его спортивный путь. Он стал сильнейшим спринтером страны, на протяжении восьми лет несколько раз повторял всесоюзный рекорд в беге на 100 м, но долго ему не удавалось преодолеть заветный рубеж.

Но не могли пойти прахом настойчивые усилия двенадцатилетней тренировки, упорной борьбы за десятки доли секунды, и Каракулов добился своего. Те, кому посчастливилось быть 9 июля 1948 г. на московском стадионе «Динамо», не забудут события, которое вошло в историю нашей легкой атлетики. В острейшей борьбе со своим основным противником, прежним рекордсменом П. Головкиным, Николай Каракулов установил новый рекорд страны в беге на 100 м — 10,4!

Наивысшего своего успеха Каракулов добился на первенстве Европы 1946 г. в Осло, став чемпионом континента на двухсотметровой дистанции. Он наш первый и пока, к сожалению, единственный спринтер, удостоенный этого высокого титула. Везение? Удача? Отсутствие достойных соперников?

Нет, напротив, все началось с досадного недоразумения на стометровке. В последний момент судьи решили допустить в финал не по три, а по два первых бегуна из каждого полуфинального забега. Каракулов был третьим, и ему пришлось наблюдать с трибун, как разыгрываются медали.

Он тяжело переживал эту несправедливость. Обидно! Такой психологический удар мог вывести из равновесия кого угодно. Но Каракулов нашел в себе силы собраться. И началось новое сражение. Каракулов уверенно вышел в полуфинал, где ему опять не повезло — досталась последняя, шестая дорожка. Он не видит своих противников, на выходе из поворота оказывается последним. Огромным напряжением воли Каракулов вложил в бег все силы и заставил стадион ахнуть. Присутствовавшие на «Бишлете» увидели знаменитый «каракуловский финиш», который и принес ему место в финале.

Жеребьевка перед финалом — и опять (надо же так!) шестая дорожка. Но теперь, в заключительном забеге, Каракулов предельно внимателен на старте. Он стремительно начинает бег. Пройден поворот, но на этот раз он впереди всех. И на финишной прямой его уже ничто не может остановить. Он, как ураган, мчится к финишу. Победа несомненная, убедительная, блестящая! Почитатели «королевы спорта» рукоплескали советскому чемпиону, газеты называли его «русским ураганом».

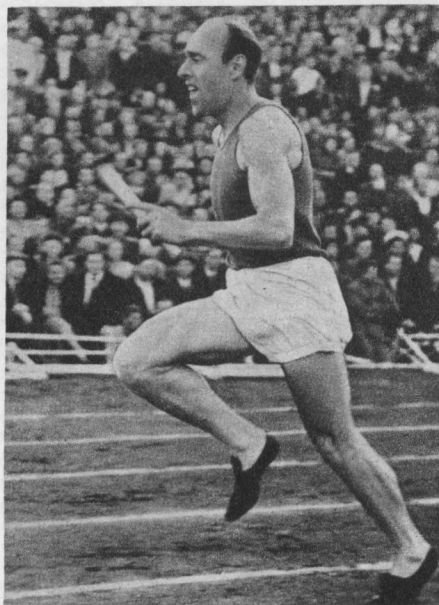
Четыре года спустя на европейском первенстве в Бельгии Николай Каракулов вновь становится чемпионом, но теперь в составе эстафетной команды 4×100 м. На брюссельском стадионе «Эйзель» он стремительно преодолел последний этап, победно завершив дело, начатое его товарищами.

Небезынтересно отметить, что своих лучших результатов и самых значительных побед Каракулов добился, находясь в довольно-таки «преклонном» спортивном возрасте (он родился в 1918 году, и 10 августа мы поздравим его с пятидесятилетием).

Что это? Редкий пример спортивного долголетия (спринт — удел молодых) или показатель того, что высоких результатов и громких побед можно добиваться и в тридцать-тридцать пять лет.

Скорее всего последнее. Ведь Николай Каракулов всю свою активную спортивную жизнь был бескомпромиссным тружеником, отважным бойцом.

Евгений ЗЕЛЕНИН



Знаете ли Вы, что...

А. Игнатьев, И. Кашкаров, В. Креер (Мельбурн, Рим), В. Цыбуленко, В. Кузнецов, А. Самоцветов, Н. Пономарева, Н. Коняева, И. Тер-Ованесян (в Риме и Токио), С. Ржищин, В. Кузнецов (Рим, Токио), Г. Зыбина, А. Михайлов, Г. Быстрова, И. Беллев, В. Кравченко, Т. Ченчик, Я. Лусис, Т. Щелканова, В. Голубничий.

* В Советском Союзе легкой атлетикой занимаются 8 861 208 человек. Только за 1967 год спортивными организациями подготовлено 3 180 041 спортсмен-разрядник, в том числе 4766 перво-разрядников и кандидатов в мастера спорта.

* Занятия в секциях легкой атлетики, легкоатлетических отделениях ДСШ и специализированных ДСШ ведут 5588 квалифицированных тренеров, 473 455 инструкторов-общественников. Соревнования обслуживают 47 097 общественных судей.

* В стране действует 3612 ДСШ, готовящих юных легкоатлетов. В 1967 году ими подготовлено 512 тысяч спортсменов-разрядников, 36 мастеров спорта.

* 200 000 человек занимаются легкой атлетикой в добровольных спортивных обществах профсоюзов, 200 тысяч в «Динамо», 300 000 в общеобразовательных школах и средних специальных учебных заведениях.

* Регистрация рекордов СССР по легкой атлетике была начата с 1923 года. Первая таблица рекордов страны была опубликована осенью 1923 года. В нее, наряду с результатами, показанными после 1917 года, были включены и некоторые достижения дореволюционного периода. Первое из дореволюционных достижений было улучшено в 1921 году, последнее — в 1931 году.

* Начиная с 1923 года, когда была введена регистрация рекордов страны, в таблицу рекордов было внесено более 1500 поправок. Наибольшее количество рекордов и всесоюзных достижений на счету А. Чудиной, которая устанавливала их 34 раза.

* 25 рекордов страны установил заслуженный мастер спорта С. Ляхов. Ему принадлежит и еще одно своеобразное и никем пока не превзойденное достижение: в течение одного дня 1 мая 1935 года он установил сразу три всесоюзных рекорда — в толкании ядра, метании диска и молота.

* Долгие всех, более 20 лет была рекордсменкой Советского Союза Нина Думбадзе. Однако дольше всего — почти 18 лет простоял всесоюзный рекорд в прыжках в высоту, установленный Н. Ковтуном в 1937 году — 2,01.

* Секция легкой атлетики Советского Союза — организация, объединившая советских легкоатлетов, была создана в 1924 году. Спустя 35 лет она была преобразована в Федерацию легкой атлетики СССР.

* В 1934 году постановлением Советского правительства было учреждено высшее в стране спортивное звание — «Заслуженный мастер спорта СССР». В числе первой группы советских спортсменов, удостоенных этого звания, были 5 легкоатлетов. К 1968 году этого звания удостоено 177 легкоатлетов.

* До 1965 года высшим в стране спортивным разрядом было звание «Мастер спорта СССР», учрежденное в 1935 году. В 1965 году была введена в действие новая Единая всесоюзная спортивная классификация, в которой был новый, более высокий, разряд — «Мастер спорта СССР международного класса». Несмотря на очень высокие нормативы нового разряда, в некоторых видах они находятся на уровне рекордов страны и даже превышают их; с начала действия

80 ЛЕТ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Знаете ли Вы, что...

новой классификации высокие требования разряда выполнили 144 легкоатлета.

* У многих известных спортсменов, ныне добившихся признания в различных видах спорта, первой «любовью» была легкая атлетика. С нее начали свой спортивный путь сильнейший человек мира Л. Жаботинский, бывший в юношеские годы подающим надежды толкателем ядра, рекордсмен мира по велосипедному спорту О. Пханадзе, в прошлом не без успеха выступавший в легкоатлетическом спринте, игрок сборной СССР по баскетболу Т. Лепметс, олимпийский чемпион по конькобежному спорту А. Антсон, имеющий разряды в нескольких видах легкой атлетики, и многие другие известные атлеты. А И. Коткас, бывший в 1943 году чемпионом и рекордсменом страны в метании молота, 9 лет спустя после этого стал олимпийским чемпионом по борьбе.

* Немало легкоатлетов, не теряя связи с любимым видом спорта, параллельно занимались и другими видами. И не только занимались, но и побеждали в крупных всесоюзных состязаниях вплоть до чемпионатов страны. Так, чемпионами СССР «по совместительству» были легкоатлеты: Н. Озолин (прыжки на лыжах с трамплина), А. Чудина (волейбол), Е. Целовальникова (баскетбол), З. Синицкий (тяжелая атлетика), Э. Мицис (волейбол и баскетбол). А С. Ляхов с успехом выступал в состязаниях боксеров. В его активе победа над одним из лучших боксеров страны Михайловым.

* Первый рекорд страны в беге на 100 м у мужчин, установленный в 1918 году, был равен 11,2. Ныне он улучшен ровно на секунду. Примечательно, что нынешний женский рекорд страны отстает от него всего лишь на 0,1 секунды, а всесоюзное достижение для девушек 15—16 лет — на 0,4.

* Первый рекорд России в прыжках с шестом был равен... 2,30, а ныне в таблице рекордов СССР результат 2,28 значится в графе «прыжки в высоту». В прыжках же с шестом нынешний рекорд СССР равен 5,20.

* За 50 лет Советской власти вырос не только общий уровень достижений наших легкоатлетов, но и заметно расширилась география легкоатлетического спорта. Ныне в состав сборной команды страны входят представители всех союзных республик. Легкоатлетический спорт получил такое распространение в стране, что сейчас команды легкоатлетов союзных республик и отдельных городов встречаются в матчах со спортивными командами отдельных стран.

* Рекорды союзных республик и даже отдельных коллективов физкультуры превышают национальные рекорды целого ряда государств, имеющих определенные традиции в легкоатлетическом спорте. Например, рекорд Латвии в метании копья уступает лишь мировому рекорду. Четвертое-пятое места в Европе занимают рекорды Эстонии — в прыжках в длину, Молдавии — в прыжках в высоту или Грузии — в тройном прыжке.

* Занятия легкой атлетикой положительно влияют на здоровье. По данным исследования, проведенного нашими учеными, выяснилось, что юноши и девушки, занимающиеся легкой атлетикой, в среднем на 4—5 сантиметров выше своих сверстников, не имеющих отношения к спорту.

* Легкой атлетикой, а точнее бегом и спортивной ходьбой, с успехом занимаются люди пожилого возраста. Давно уже стало традицией участие спортсменов в возрасте от 40 лет и старше в различных пробегах на сверхдлинные дистанции. В нынешнем году ветераны впервые стартовали в финале кросса газеты «Правда». Старейшему участнику кросса «Правды» Н. И. Дивавину идет 72-й год, но благодаря, как он утверждает сам, занятиям бегом он полон сил и чувствует себя отлично.

Инженер Йозас ШЛЯЖАС

Довольно давно я собирался написать об этом человеке и его воспитанниках. Но то мое намерение расходилось с редакционным планом, то интересующий меня человек был занят. А занят он постоянно, да и как может оставаться свободным время у человека, который работает заместителем главного инженера одного из крупнейших в Европе заводов искусственного волокна, является заместителем секретаря партийного бюро предприятия, продолжает учиться и при всем этом на общественных началах тренирует легкоатлетов и возглавляет президиум республиканской Федерации легкой атлетики.

Чтобы завершить краткий перечень дел и интересов заслуженного тренера СССР инженера Йозаса Шляжаса, хочу добавить, что в его кабинете я видел книги, газеты и журналы на английском, французском, немецком, чешском, польском языках (а теперь он принялся за изучение и испанского) и немало отличных фотографий, сделанных им во время своих многочисленных поездок, причем часть фотографий была опубликована в книгах и периодической печати.

Разговор со Шляжасом начался в автомобиле. Лавируя между грузовиками и автобусами, наш «Москвич» выскакивает на шоссе, ведущее из Вильнюса в Каунас. Шляжас, очевидно под впечатлением только что сданного в ГАИ экзамена для получения международных водительских прав, ведет машину с превеликой осторожностью.

Разговор о делах легкоатлетов «Плуоштаса» (так называется коллектив физкультуры Каунасского завода искусственного волокна) начинается с того, что Шляжас привозит меня на край глубокого оврага на окраине города, недалеко от завода. Вначале как-то даже трудно представить себе, что на месте этого оврага вскоре вырастет красавец — спортивный комплекс (несколько плавательных бассейнов и легкоатлетический манеж), который пока на листах проекта.

Да, с появлением такой отличной базы спортсмены завода без сомнения, сделают заметный шаг вперед. Но это завтрашний день, а сегодня? Чего добились легкоатлеты «Плуоштаса» сегодня?

В одном из номеров нашего журнала за прошлый год был помещен небольшой отчет о IV Спартакиаде Литовской ССР. В нем есть строки о том, что команда спортивного клуба «Плуоштаса», которую готовил тренер-общественник инженер Й. Шляжас, сумела набрать больше очков, чем победитель республиканской спартакиады по второй группе — коллектив города Клайпеда. Таким образом, легкоатлеты завода проиграли только двум сильнейшим командам республики — Вильнюса и Каунаса.

Что же касается коллективов физкультуры, то «Плуоштас» сильнейший в Литве. Да и в масштабе всей страны он занимает одно из ведущих мест. В финале IV Спартакиады народов СССР легкоатлеты завода заняли 4-е место,



уступив лишь ленинградскому «Зениту», подмосковному «Вымпелу» и рижскому ВЭФу — коллективам, имеющим давние спортивные традиции.

В «Плуоштасе» таких традиций пока нет, ведь коллектив, как и весь завод очень молод. Около трех лет назад пришел на завод Шляжас, и вскоре создавалась легкоатлетическая секция. Впрочем, сам Шляжас утверждает, что и без него легкоатлеты быстро встали бы на ноги.

— Народ у нас на заводе очень спортивный, дирекция, партийная и профсоюзная организации охотно идут навстречу спортсменам, так что я тут совсем ни при чем, — утверждает Шляжас.

Что ж, если есть условия, благоприятные для развития спорта на предприятии, это очень важно, но полная ли это гарантия успеха? Ранее Шляжас работал на местной электростанции, и там тоже была сильная легкоатлетическая секция.

— Это случайное совпадение, — спрашиваю я Шляжаса, — или на электростанции тоже был спортивный народ?

Мой собеседник немного задумывается, видимо, что-то вспоминая:

— Вначале немного пришлось агитировать, приучать ребят к легкой атлетике, а потом все как-то пошло само по себе. — Шляжас на мгновение умолкает. — Вот недавно пришел на электростанцию, смотрю, а ребята команду на кросс собирают, состязания организуют. Не забывают легкую атлетику.

— Ну, а здесь было так же?

— Да, вроде бы так. Некоторые из ребят пришли уже с разрядами, других пришлось приучать к легкой атлетике заново.

Чуть отвлекаясь от разговора, должен заметить, что ныне в таблице рекордов «Плуоштаса» есть результаты, превышающие национальные рекорды целого ряда европейских стран.

Итак, первый компонент успеха

Шляжаса — умение увлечь людей легкой атлетикой. Поскольку сам Шляжас предан ей давно и беззаветно, то ему удается передать частичку своей любви окружающим.

Но увлечь человека — это еще не значит сделать из него рекордсмена или мастера спорта. А Шляжас подготовил уже 9 мастеров спорта. Причем его первые питомцы ныне имеют своих учеников и сами готовят мастеров. Как, например, Береснявичус. Один из сильнейших в прошлом скороходов страны, теперь он имеет на своем тренерском счету 6 мастеров спорта.

Шляжас учит своих воспитанников не только спортивной науке. Он даже не столько учит, сколько воспитывает учеников, прививая им высокую спортивную культуру. «После нескольких лет занятий каждый спортсмен должен стать тренером», — говорит Шляжас. Эту мысль не следует понимать буквально, вовсе не каждый спортсмен должен переходить на тренерскую работу. Но за несколько лет занятий спортом атлет должен научиться мыслить, познать

себя, получить необходимые знания в области спортивной науки и практики, словом, он должен стать вполне самостоятельным. Постепенно ученики становятся помощниками тренера, а затем и у них появляются ученики. Так складывается коллектив, создаются традиции.

В «Плуштасе» нет ни одного платного тренера и тем не менее успехи заметные. Правда, надо признать, что не всех легкоатлетов завода тренирует сам Шляжас. Если кто-то из вновь пришедших на завод хочет заниматься у своего прежнего наставника, то ему обычно разрешают это.

Единственное, что пока удручает Шляжаса, так это недостаточная (на его взгляд) массовость легкой атлетики на заводе. Но, зная его взгляды на легкоатлетический спорт вообще, можно предположить, что в этом отношении он успокоится лишь тогда, когда все 100% рабочих и служащих завода всерьез займутся легкой атлетикой.

Ростислав ОРЛОВ

25 ЛЕТ РОСТОВСКОЙ ШКОЛЕ

1943 год. Вскоре после освобождения от фашистской оккупации в городе была открыта детская спортивная школа. Сейчас она называется специализированной ДЮСШ № 1. До 1951 года эта школа была центром детского и юношеского спорта Ростова-на-Дону. В ее стенах начинали свою новую, послевоенную, жизнь такие популярные у ребят виды спорта, как бокс, плавание, спортивная и художественная гимнастика и, конечно, легкая атлетика.

В ноябре этого года школа отмечает свой 25-летний юбилей. Сейчас в ней занимаются 460 человек, кроме того 100 в подготовительных группах, работа с которыми ведется в общественном порядке.

Успех пришел в 1955 году, когда осталось два отделения — легкой атлетики и гимнастики. С ДСШ начали считаться в республике и стране. В таблицах юношеских рекордов России и СССР все чаще и чаще стали появляться фамилии учащихся спортшколы. 49 рекордов области, 10 РСФСР и 2 страны — таков итог в канун юбилея. И это только по легкой атлетике.

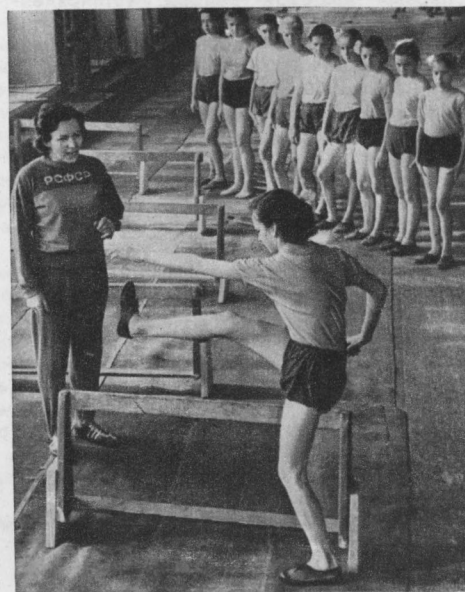
В 1965 году ДСШ Ростова приняла участие во всесоюзном смотре-конкурсе спортивных школ по легкой атлетике. По итогам конкурса было определено 6 лучших школ страны, и в числе шести ростовская ДСШ № 1.

В составе сборных команд СССР на различных международных соревнованиях выступали известные у нас и за рубежом спортсмены, бывшие учащиеся ДСШ: Н. Андриющенко, В. Дементьев, В. Чистяков, В. Анисимов, И. Журковский, Н. Кейдан, Р. Митрофанов, В. Скибенко, А. Чуйко, Е. Молодцова.

Спартакиада школьников 1965 года. В состав команды РСФСР входят четверо учащихся ростовской ДСШ № 1. Из них чемпионами стали: Е. Молодцова, завоевавшая золотые медали в беге на 200 м и в составе двух эстафет, и Г. Меликян — в прыжках с шестом. Две серебряные медали получил

В. Скибенко, и шестой в толкании ядра была И. Короткая. В январе 1967 года на всесоюзных юношеских соревнованиях воспитанник школы В. Божко установил новое достижение СССР для закрытых помещений в беге на 60 м, а В. Гондусов — в прыжках с шестом.

Успехи спортивной школы объясняются прежде всего энтузиазмом преподавателей, творческим подходом к делу всего педагогического коллектива. Немалая заслуга в этом тренеров Т. В. Прохорова, Л. И. Чаурской, Е. В. Ермакова, В. И. Анчелевич, А. И. Бобкина, Е. И. Михайлова и других. Заслуженным уважением у ребят, преподавателей школы, спортивной общности города пользуется директор ДСШ заслуженный тренер РСФСР П. А. Данилкин. В канун 25-летнего юбилея решением Совета спортивных обществ и организаций школы присвоено наименование специализированной детско-юношеской.



Знаете ли Вы, что...

* Во многих странах Европы, Азии и Африки работали и трудятся поныне советские тренеры по легкой атлетике. Зарубежным друзьям передавали свой богатый опыт ведущие наши специалисты: Н. Озолин, Д. Марнов, В. Ягодин, И. Степанченко, В. Булатов, Л. Щербанов и многие другие. Сейчас в Африке, в Мали, работает выдающийся советский десятиборец В. Кузнецов.

* Велика и разнообразна коллекция спортивных наград, завоеванных советскими легкоатлетами. В ней и командные трофеи: Кубки Европы для мужских и женских команд, награды за командные победы на кроссе «Юманите» и другие призы. Еще богаче коллекция личных наград легкоатлетов. Трое советских спортсменов (и все они легкоатлеты) В. Куц, В. Кузнецов и В. Брумель были признаны мировой спортивной общественностью как лучшие спортсмены мира за год. Им же, а также Т. Пресс были вручены призы Хелмса, как лучшим европейским спортсменам года. В. Куцу и В. Брумелю была присуждена «Каравелла Колумба» и целый ряд памятных наград многих стран и спортивных организаций. Группа наших легкоатлетов стала чемпионами США, Румынии и других стран. Но, пожалуй, самый оригинальный приз был присужден старшему тренеру сборной СССР Г. В. Коробкову. За заслуги в развитии легкоатлетического спорта французские спортивные организации наградили его специальным призом, который называется «Золотая пробка от шампанского».

* Каждый год в стране проводятся сотни состязаний легкоатлетов самого разного масштаба. Их обслуживает целая армия судей. Ныне Всесоюзная коллегия судей по легкой атлетике насчитывает в своих рядах около 250 тысяч арбитров-общественников.

* Высшее в стране судейское звание — «Судья Всесоюзной категории» было учреждено в 1934 году. Удостоверение и значок с № 1 получил один из старейших организаторов легкой атлетики в стране С. Л. Аксельрод. С тех пор этого звания было удостоено еще 628 арбитров. В 1958 году был учрежден почетный знак, которым награждаются судьи всесоюзной категории, имеющие стаж судейства 25 лет и более.

* С 1963 года введено и еще одно почетное звание для спортсменов — «Почетный мастер спорта». Его удостоиваются спортсмены, которые показывают результаты мастера спорта СССР на протяжении 5 лет. Это звание — награда за спортивное долголетие.

* В 1956 году было учреждено почетное звание и для тренеров. За большие заслуги в деле воспитания сильнейших спортсменов страны их тренерам стали присваивать звание «Заслуженный тренер СССР». В числе первой группы тренеров, удостоенных этого почетного звания было 9 специалистов-легкоатлетов.

* С 1967 года Центральный совет Союза спортивных обществ и организаций СССР начал присуждать лучшим тренерам страны специальную премию и награждать их медалью. В числе первых лауреатов — воспитатель многих наших чемпионов ленинградец Виктор Ильич Алексеев.

* Впервые золотые медали чемпионов Советского Союза по легкой атлетике были присуждены победителям первенства страны 1947 года. Аналогичные награды за победу на первенствах страны по кроссу присуждаются с 1960 года.

80 легкой
ЛЕТ АТЛЕТИКЕ



Татьяна Севрюкова

ОТ ПЕРВОГО МИРОВОГО...

вышает мировое достижение англичанки Кинг. В 1924 г. выше мирового достижения прыгает с шестом Е. Голдобина. Еще через год подобного же успеха добиваются И. Сергеев в метании гранаты, Т. Гусева в беге на 500 м. В 1929 г. достижение, превышающее мировое, показывает советская мужская команда в эстафете 5×200 м. В 1935 и 1936 гг. спортивная печать сообщает о рекордных достижениях Т. Быковой в беге на 500 м, А. Масловой в метании копья в сумме рук и Д. Иоселиани в прыжках в длину с места.

Правда, эти достижения, превышающие мировые рекорды, были показаны не в «классических» видах легкой атлетики. Однако лучшие советские спортсмены уже вплотную приблизились к некоторым мировым рекордам в видах олимпийской программы. 1937 год принес выдающееся достижение Н. Озолина в прыжках с шестом (4,26), превышающее рекорд Европы. Талантливый прыгун впоследствии трижды превышал этот рекорд. Через два года Н. Думбадзе перекрывает мировой рекорд в метании диска. 49,11 — таков ее результат. В 1943 г., пробежав 800 м за 2.12,0, Е. Васильева превышает мировой рекорд немки Л. Радке.

Впоследствии год за годом советские легкоатлеты продолжают показывать результаты выше мировых рекордов. Это делают К. Маючей в метании копья, А. Лиепаскалнс в спортивной ходьбе. Наступление продолжается, и во главе этого наступления идут женщины. Советские легкоатлетки, развеивают миф о неспособности женщин к спорту. Поистине победным стало для них первое участие в первенстве Европы 1946 г. в Осло. О К. Маючей, Т. Севрюковой, Н. Думбадзе, Е. Сеченовой писала в дни первенства газета «Арбайтербладет»: «Результаты русских спортсменок феноменальны».

Только в 1948 г., когда Всесоюзная легкоатлетическая секция уже вошла в состав ИААФ, был зарегистрирован первый мировой рекорд, установленный советскими легкоатлетами. Этим рекордом стало достижение Татьяны Севрюковой в толкании ядра — 14,59!

Как же был установлен этот первый мировой рекорд? Горьковская легкоатлетка Татьяна Севрюкова уже в 1935 г. превысила всесоюзный рекорд, толкнув ядро на 12,73. Это было еще очень далеко от мирового рекорда немки Г. Мауэрмайер — 14,38. Но Севрюкова со свойственным ей упорством шаг за шагом приближалась к цели. 9 раз превышала она всесоюзные достижения, а, переехав в Москву и тренируясь у известного педагога Д. Маркова, в 1945 г. впервые в СССР послала ядро за отметку 14 метров. А затем — 14,12; 14,24; 14,31. И, наконец, 9 октября 1945 г. — 14,51, и через несколько дней — 14,89! Однако в таблицу мировых рекордов вошел результат 14,59, показанный Севрюковой в 1948 г. Так, в течение нескольких лет рекорд СССР был выше мирового рекорда. Свое высокое мастерство Севрюкова подтверж-

дает через год, когда становится чемпионкой Европы.

За плечами Мауэрмайер были многолетние традиции европейской легкой атлетики. Прославленные метатели учили ее рациональной технике. Девушка из Горького и ее тренер не имели этого опыта, этих традиций. И тем не менее они выиграли заочное соревнование с олимпийской чемпионкой! Причиной этого был большой труд, упорство, высокий боевой дух советской спортсменки.

Итак, первый мировой! С тех пор прошло 20 лет. За это время сменилось несколько поколений легкоатлетов. Борьба за мировые рекорды приняла невиданно острый характер. Рушились старые авторитеты. На вершину спортивного Олимпа поднимались представители все новых и новых стран. Даже американцы, постоянные владельцы мировых рекордов в спринте и прыжках, вынуждены были не раз уступать первенство в этих видах. Но неизменно в таблице мировых рекордов в строчке, где написано «толкание ядра у женщин», рядом с именем рекордсменки стоят четыре буквы: СССР!

Первой приняла эстафету от Севрюковой Клавдия Точенова. 14,86 — таким стал мировой рекорд, установленный ею в 1949 г. В каждом виде легкоатлетического спорта есть свои важные меты, заветные рубежи. В толкании ядра у женщин — это 14, 15, 16, 17 и, наконец, фантастические 18 метров. И все эти рубежи были покорены нашими девушками. В 1950 г. в румынском городе Плоешти москвичка Анна Андреева послала ядро на 15,02. Вслед за этим рекорд на долгие годы перешел во владение Галины Зыбиной, которая, преодолев границу 16 метров, добилась результата 16,76! На новую невиданную высоту подняла рекорд в толкании ядра Тамара Пресс. Ей покорились рубежи и 17 и 18 метров. Она подняла мировой рекорд до 18,59. Сейчас на пути к новому, 19-метровому рубежу советская метательница Надежда Чижова.

Новые имена, новые результаты! Но навсегда останется в истории спорта первый мировой рекорд, открывший путь к большим победам советской легкой атлетики.

Рост рекорда мира в толкании ядра у женщин

14.38	Г. Мауэрмайер (Герм.)	1934
14.59	Т. Севрюкова (СССР)	1948
14.86	К. Точенова (СССР)	1949
15.02	А. Андреева (СССР)	1950
15.28	Г. Зыбина (СССР)	1952
15.37	Г. Зыбина (СССР)	1952
15.42	Г. Зыбина (СССР)	1952
16.20	Г. Зыбина (СССР)	1953
16.28	Г. Зыбина (СССР)	1954
16.29	Г. Зыбина (СССР)	1955
16.67	Г. Зыбина (СССР)	1955
16.76	Г. Зыбина (СССР)	1956
17.25	Т. Пресс (СССР)	1959
17.42	Т. Пресс (СССР)	1960
17.78	Т. Пресс (СССР)	1960
18.55	Т. Пресс (СССР)	1962
18.55	Т. Пресс (СССР)	1962
18.59	Т. Пресс (СССР)	1965
18.67	Н. Чижова (СССР)	1968

...К 19 МЕТРАМ!

Надежде Чижовой 23 года. Ее ядро неизменно летит за 18 метров. Для всех остальных метательниц мира этот рубеж остается недостижимым. Такое удавалось лишь Тамаре Пресс. Но Тамара ушла из спорта: с отличием окончила Высшую партийную школу и теперь работает в ВЦСПС.

Чижову природа одарила, казалось бы, не слишком щедро. При росте 172 см она весит всего 83 кг. На чемпионате континента, на IV Спартакиаде народов СССР, в розыгрыше Кубка Европы она выглядела далеко не так внушительно, как многие из ее соперниц.

Скорость, ритм, отточенная техника (не говоря уж об одаренности, без которой вообще не становятся чемпионами) — таковы козыри ленинградской студентки. Разумеется, Чижова не сразу накопила эти необходимые для побед компоненты, хотя курс спортивных наук прошла ускоренным темпом — ведь спортом Надя увлеклась поздно.

Ей было 15 лет, когда она впервые взяла в руки ядро. Это не отмеченное спортивной хроникой событие произошло на школьных соревнованиях в небольшом, известном своими соляными копиями городе Усолье-Сибирское, неподалеку от Ангарска. 7,38 — таким был дебют будущей чемпионки, дебют, отнюдь не вызвавший аплодисментов.

Чуть позже, окончив семилетку, Чижова поступила в медицинский техникум. Преподаватель физкультуры Дмитрий Гладышев оказался первым человеком, который сумел по-настоящему заинтересовать ее спортом. Надежде уже не хватало обязательных для студентов уроков физкультуры, она стала приходить в легкоатлетическую секцию по вечерам, во внеучебное время.

Гладышев догадывался, что ему посчастливилось открыть редкий спортивный талант. Но он не был специалистом в области легкоатлетических метаний и сам отлично понимал, что не сможет научить многому Чижову. И когда она окончила техникум, приобретя специальность медицинской сестры, Гладышев посоветовал своей ученице отправиться в Ленинград. Он снабдил ее рекомендательным письмом к знаменитому тренеру Виктору Алексееву, руководителю известной в стране «школы метателей».

Чижова успешно выдержала вступительные экзамены в Ленинградский институт физкультуры. Приветливо встретил ее и Виктор Ильич Алексеев.

Надя подружилась с Галиной Зыбиной. Эта великолепная спортсменка своей практикой убеждает в том, что спорт дарит своим поклонникам вечную молодость. В 1952 г. Зыбина стала олимпийской чемпионкой в толкании ядра. Ныне, 16 лет спустя, она готовится к Олимпиаде в Мехико, причем в советской команде уступает лишь Чижовой.

Они — соперницы в кругу для метаний; в тренировочном же зале у Зыбиной не было секретов от своей юной подруги.

— Галя старалась передать мне все, что умела сама, — говорит Чижова. Может быть, прославленная чемпионка увидела в девочке из далекого сибирского города свою спортивную юность и потому потянулась к ней?

Сразу же после первых тренировок выяснилось, что новичку «школы Алексеева» недостает физической мощи. Надя заставила себя привыкнуть к штанге, хотя до сих пор питает неприязнь к этому мужскому снаряду. Она стала сильнее, но все же не достигла показателей основных своих конкурентов. В жиме лежа, например, она поднимает 70 кг. Маргит Гуммель в этом упражнении может дать нашей чемпионке фору килограммов тридцать. Проигрывает Надя и в других тяжелоатлетических упражнениях. Это, впрочем, не слишком удручает Виктора Ильича Алексеева.

— Сила Нади — в технике, — говорит он.

В октябре 1964 г. Тамара Пресс выиграла в Токио золотую олимпийскую медаль. Этой же осенью добилась первой своей крупной победы и ее будущая соперница — на европейских играх юниоров в Варшаве Надежда Чижова, послав ядро на 16,60, заняла первое место и установила мировое достижение для юниоров.

Мы познакомились с ней два года спустя, в Будапеште. Надя приехала на чемпионат Европы лидером команды СССР в толкании ядра. Мне кажется, соперницы не принимали Чижову всерьез — слишком редко чемпионаты континента выигрывают неопытные, почти неизвестные спортсменки.

Чижова выиграла. Ее результат — 17,22 — не сумели перекрыть известные европейские метательницы, получившие, казалось, в отсутствие Тамары Пресс прекрасные шансы на победу.

В зеленой деревне Геделле, под Будапештом, где разместились участники европейского первенства, я взял первое интервью у новой чемпионки.

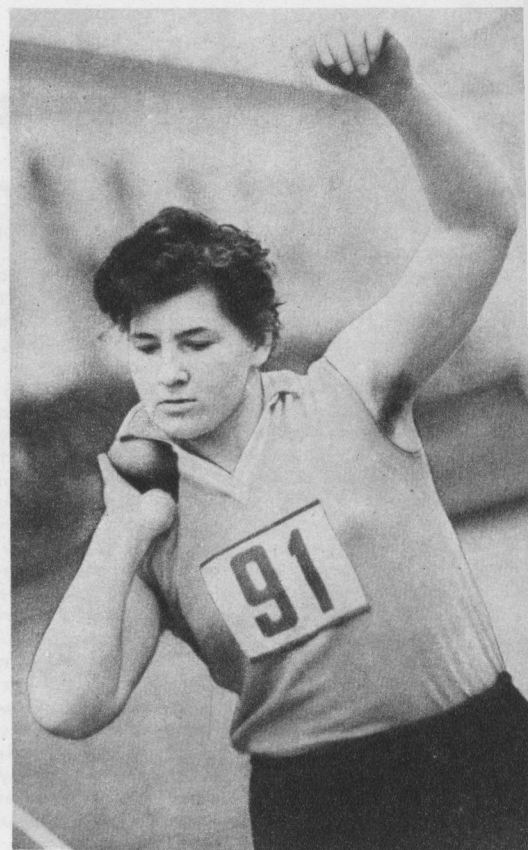
— Вы, наверное, удивитесь, — сказала вдруг Надя, — но вчерашняя победа для меня не самый дорогой успех. Мне больше запомнился турнир в Ленинграде нынешней зимой. Тогда я впервые выиграла у Пресс.

Я не удивился. Это так понятно: готовиться, реки пота проливать на тренировках, надеяться — и при этом создавать, что в лучшем случае будешь лишь второй. Ибо у Тамары Пресс была репутация непобедимой. В Ленинграде Чижова убедилась, что это не так, и поверила в себя.

— Теперь, наверное, будете думать о мировом рекорде? — спросил я тогда.

— Нет, о рекорде пока мечтать рано, — последовал трезвый ответ. — Сначала надо достичь 18-метровой черты.

Надежда Чижова добилась своего. В прошлом году в матчевой встрече с легкоатлетами ГДР она послала ядро на



Надежда Чижова

18,34. С той поры 18-метровая граница стала для нее привычным, вполне военным рубежом.

Мне было приятно вернуться к тому будапештскому разговору недавно в Сочи, где Надя побила рекорд Тамары Пресс. 18,67 — такова цифра нового мирового достижения.

— В одной из попыток ядро улетело на 18,85, — говорит мне Чижова, — но я вышла из круга.

19 метров рядом. Как же далеко ушли метательницы от рекорда Татьяны Севрюковой! И мы уже почти не удивляемся фантастическим достижениям, ибо лидеры нашей легкой атлетики приучили нас ко всему.

Надя рассказывает о своей учебе. Скоро она окончит институт и сейчас подумывает о том, чтобы продолжить образование. Профессия врача привлекает ее больше, нежели тренера.

— Кого вы считаете главным своим соперником на Олимпиаде? — спрашиваю я.

— Гуммель. Метательницы из ГДР вообще очень опасны, — отвечает Чижова. — Правда, результаты соперниц пока уступают моим, но к Олимпиаде они, вполне вероятно, успеют подтянуться. И вообще на олимпийском турнире всякое может произойти.

Что касается меня, то я, когда думаю об олимпийских соревнованиях женщин в толкании ядра, склонен придерживаться иного мнения.

Алексей СРЕБНИЦКИЙ

80 легкой
ЛЕТ АТЛЕТИКЕ

ГОРОД ЗДОРОВЬЯ, ГОРОД РЕКОРДОВ

Страна еще не оправилась от послевоенной разрухи, спортивное движение делало лишь первые шаги, когда родилась мысль о постройке стадиона «Динамо». Будущий город спорта, каким виделся стадион авторам его проекта А. Лангману и Л. Чериковеру, решили строить в Петровском парке, в одном из живописнейших уголков старой Москвы. Этот выбор не был случаен. Еще пионеры русского спорта проводили здесь свои тренировки и соревнования. Неподдалеку, на площадке МКЛ, занимались легкоатлеты. По соседству гоняли мяч «дикие» футбольные команды. В парке, в небольших деревянных павильонах тяжелоатлетического общества «Санитас», занимались борцы и гиревики.

Но лишь в 1926 г. на земле бывшей графской усадьбы зазвенели пилы, лопаты врезались в землю. Началась грандиозная стройка. Не один месяц прошел, прежде чем стали вырисовываться контуры стадиона — подковообразные ярусы трибун. Между ними сооружалось футбольное поле, окаймленное шлаковым эллипсом — 400-метровой беговой дорожкой и бетонной лентой трека, предназначенного для проведения велосипедных и мотоциклетных гонок.

Через два года стадион-гигант был готов. И вот в конце лета 1928 г. на московских улицах запестрели афиши. Они возвещали о том, что 17 августа на новом стадионе «Динамо» состоится встреча футболистов Белоруссии и Швейцарии — участников Всесоюзной спартакиады.

Но таким, каким его увидели москвичи в августе 1928 г., первенец советских спортивных гигантов оставался недолго. Быстро возрастал интерес советских людей к спорту, и вскоре трибун стадиона, рассчитанных на 25 тысяч зрителей, стало явно не хватать. Авторам проекта уже построенного стадиона пришлось срочно вносить в него необходимые изменения и дополнения.

Первая значительная реконструкция стадиона «Динамо» началась в 1934 г. Для того чтобы сделать трибуны более вместительными, было решено замкнуть их подкову — построить еще одну трибуну на двадцать тысяч мест. Теперь стадион стал походить на гигантскую железобетонную чашу. Кроме того, на остальных трибунах был пристроен дополнительный ярус. А на месте устаревшего трека оборудованы нижние ряды трибун.

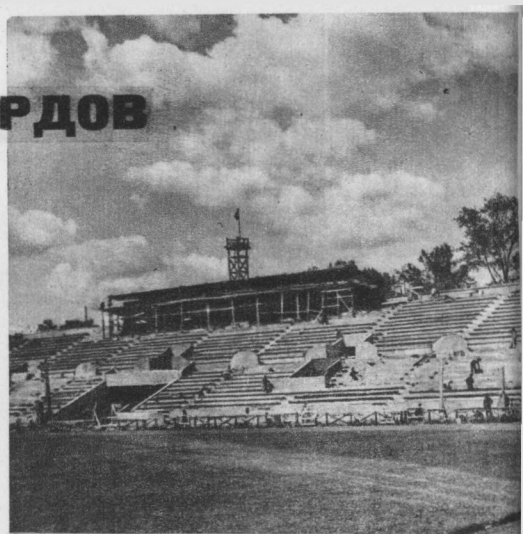
Кипела работа и под трибунами. Там были выстроены спортивные залы, в то время крупнейшие в стране, целый сектор отведен под оборудование врачебного диспансера. Существенным изменениям также подверглись футбольное поле и беговая дорожка. После сноса трека уровень их оказался намного выше первых рядов. Поэтому пришлось срезать трехметровый земляной пласт — 60 000 кубометров земли.

Однако после реконструкции беговая дорожка перестала отвечать необходимым стандартам. На виражах и у южной трибуны помещалось лишь пять дорожек, а не шесть. Этот недостаток исправили только через двадцать лет. За счет сдвига футбольного поля к северо-востоку удалось увеличить ширину гравевой дорожки до необходимых размеров. Вместе с переоборудованием легкоатлетической дорожки улучшилось и ее качество. Был заменен прежний дренаж, уложено новое покрытие, сделавшее дорожку тверже, эластичнее.

В 1937 г. Моссовет выделил стадиону дополнительную площадь на территории Петровского парка — 36 гектаров, на которых началось строительство второго учебно-тренировочного ядра с трибунами на восемь тысяч мест. Здесь оборудовали два запасных футбольных поля, легкоатлетические дорожки и секторы, специальную зону приспособили под гравевую площадку для метаний диска и молота. Так появился малый стадион.

Вскоре началось строительство еще одного сооружения — первого в стране зимнего теннисного корта. В этом светлом благоустроенном здании, площадью около 1600 квадратных метров и высотой до 13 метров, находятся две грунтовые теннисные площадки международного образца. Их окаймляют легкоатлетическая и опилочная дорожки. Даже в самые суровые морозы в манеже тепло и уютно. Это создало благоприятные условия для круглогодичных занятий по многим видам спорта.

Огромный вклад стадиона в становление отечественного спорта. Здесь проходили интереснейшие, волнующие соревнования самых разных рангов.



Если подсчитать и измерить, сколько километров пробежали по стадиону «Динамо» легкоатлеты, сколько ударов сделали по мячу футболисты, сколько часов провели на раскаленных солнцем или залитых дождем трибунах зрители, то цифры наверняка бы получились астрономическими. Стадион — история советского спорта. Здесь выступали замечательные легкоатлеты — братья Семенов и Георгий Знаменский, Владимир Куц, Эйно Пурье, Жюль Лядумег, Эмиль Затопек, Евгения Сеченова, Нина Думбадзе, Николай Озолин, Николай Каракулов, Наталья Смирницкая, Нина Откаленко, Феодосий Ванин, Леонид Щербаков, Владимир Казанцев, Петр Болотников.

Да, есть за что любить нам этот стадион! За свое сорокалетнее существование он был свидетелем не только целого ряда выдающихся спортивных событий, но и приобщил к занятиям физической культурой и спортом сотни тысяч людей. В течение многих лет стадион «Динамо» — настоящий город здоровья, город рекордов.

Стадион «Динамо» — это своеобразная спортивная академия. Здесь начинали свой спортивный путь многие известные легкоатлеты. Более тридцати лет назад на динамовском стадионе зародилась одна из первых в стране детских спортивных организаций — «Юный динамовец».

Целые поколения великолепных мастеров, подлинных рыцарей «королевы спорта», выпестовано на стадионе: Галина Турова, Элла Мицис, Зоя Романова, Татьяна Севрюкова, Клавдия Маючая, Евгения Сеченова, Иван Сергеев, Николай Озолин, Роберт Люлько, Николай Денисов, Иван Степанченко, Александр Пугачевский, Владимир Казанцев, Николай Каракулов, Владимир Сухарев, Леонид Щербаков, Василий Руденков. Перечисляешь имена хорошо знакомой нам динамовской гвардии — и будто перелистываешь славную историю отечественной легкой атлетики.

Первыми нашими чемпионами Европы были только динамовцы. И четверо из них — Е. Сеченова, К. Маючая, Т. Севрюкова и Н. Каракулов — выросли и возмужали в Москве, на стадионе «Динамо».

Да, сравнительно коротка по годам, но удивительно насыщена история первенца советского спортивного строительства.

Виктор ГОРБУНОВ



У НАС В ЯРОСЛАВЛЕ

В 1967 г. в число десяти лучших тренеров страны Федерация легкой атлетики СССР включила преподавателя Ярославского педагогического института Алексея Матвеевича Алексеева. Его ученица Антонина Окорочкова установила новый рекорд страны по прыжкам в высоту, а Галина Кузнецова повторила все-союзный рекорд в беге на 100 м с барьерами. Успешно выступали в прошлом году и некоторые другие ученики Алексея Матвеевича. Сегодня редакция представляет Алексееву слово на страницах журнала.

Ахотно пользуюсь предоставленной мне возможностью обратиться к своим товарищам-тренерам и всем любителям легкой атлетики со страниц журнала «Легкая атлетика». Мне хотелось бы рассказать здесь не столько о своих успехах, сколько о тех трудностях, с которыми приходилось сталкиваться. Думаю, что эти трудности возникают перед многими тренерами, во многих городах нашей страны и поэтому их преодоление — важная задача, которую нужно решать всем нам.

Начну с того, что тренер я сравнительно молодой. Окончив в 1953 году факультет физического воспитания Ярославского педагогического института, я вскоре был призван в Советскую Армию и вновь вернулся на педагогическую работу только в 1956 году. Еще в институте я специализировался по легкой атлетике. Выступал на соревнованиях по прыжкам, барьерному бегу и даже в десятиборье. После демобилизации начал работать тренером в добровольном спортивном обществе «Трудовые резервы». И вот тут-то я столкнулся с первой трудностью. Как совместить в одном лице тренера чуть ли не по всем видам легкой атлетики? У меня были свои любимые виды, которые я неплохо знал. Это барьерный бег, прыжки. А здесь пришлось обучать детей и метаниям, и бегу на средние дистанции, и прыжкам с шестом.

Выход был один. Пришлось снова сесть за книги, снова учиться. Собственно, этот первый период тренерской работы стал для меня вторым институтом. В «Трудовых резервах» была хорошая традиция. Постоянно проводилась тренерская учеба, и я многое получил от методических семинаров. Один из них был проведен для нас в Ленинграде. Мне здорово повезло — занятия проводили опытные специалисты: В. Алексеев, Д. Ионов, Л. Сулиев, Э. Рохлин.

Эти первые годы работы показали мне, что тот, кто хочет учиться, совершенствовать свое тренерское мастерство, имеет для этого все возможности. У нас для этого есть хорошая методическая литература. Опытные специалисты всегда придут к тебе на помощь.

Мне пришлось столкнуться и с другими трудностями. На этот раз организационного характера. Где заниматься? Зимой часов в зале не хватает. Манежа в городе нет. Без настойчивости, организаторской хватки тренер не сможет добиться сколько-нибудь сносных условий для зимней работы. В «Трудовых резервах» трудность заключалась еще и в коротком сроке пребывания ребят в училищах. Год, в лучшем случае два, и после окончания учащиеся разъезжаются по предприятиям. Что может сделать тренер за такой короткий срок? А ведь от него требуют подготовки спортсменов по меньшей мере третьего, а то и второго разрядов. Тут уж не будешь работать с прохладцей.

Пришлось самому изыскивать возможности для круглогодичной тренировки. В одном из училищ нашелся широкий коридор длиной в 65 м. Здесь мы тренировались в барьерном и спринтерском беге. Для подготовки бегунов на средние дистанции и метателей мы нашли площадку в парке. На наше счастье там проходили трубы теплоцентрали, и грунт был теплым, никогда не замерзал. Таким образом, здесь мы имели возможность тренироваться всю зиму на естественном грунте. Так мне удалось воспитать в «Трудовых резервах» группу способных ребят, один из которых Юра Соколов установил юношеский рекорд

области в барьерном беге. Впоследствии он стал рекордсменом Ярославля и в десятиборье. Успешно выступал в метании диска Валентин Пискунов. Он выиграл всесоюзное первенство ЦС ДСО «Трудовые резервы» по метанию диска и был призером всесоюзной спартакиады школьников.

С той же проблемой поисков места для занятий я столкнулся и позднее, когда начал работать тренером детской спортивной школы общества «Труд». Это была школа крупнейшего в Ярославле предприятия — Шинного завода, однако своей спортивной базы она не имела. Сейчас работа в ДСШ вспоминается мне, как постоянные поиски места занятий, постоянные переходы из зала в зал, из котельной завода, где у нас был оборудован тяжелоатлетический зал, на площадку в парке. Однако и здесь в моей группе появились способные мальчики и девочки — прыгунья в высоту Таня Козлова, барьерист Валерий Лихоманов, прыгун с шестом Юра Манигулов.

В поисках возможности работать в нормальных условиях в конце концов я стал преподавателем факультета физического воспитания педагогического института. Нельзя сказать, чтобы я получил здесь все возможности для плодотворной тренерской работы. Кроме небольшого спортивного зала, у института нет своей спортивной базы. Огромные средства расходуются на аренду стадиона Шинного завода. Очевидно, на эти деньги давно можно было бы построить хорошую базу.

Вторая трудность — это большая загруженность преподавателя. За год я должен дать 952 учебных часа. В это число входят и академические занятия. Таким образом, на тренерскую работу остается мало времени. Все же здесь, в институте, я получил возможность работать с постоянным коллективом. Кроме того, среди четырех преподавателей по легкой атлетике мы осуществили специализацию — разделили между собой виды легкой атлетики. Теперь я занимаюсь лишь с барьеристами, прыгунами и многоборцами. На первых порах мне помогли и более опытные товарищи по кафедре В. Иванов, Е. Фафурин.

В 1965 году к нам в институт поступила Антонина Окорочкова. В то время она прыгала 1,60—1,65, но потеряла веру в свои силы, говорила о том, что на ней «поставили крест» и большего она не сможет добиться. Пришлось убеждать Антонину в том, что надо продолжать тренировки. Так мы начали работать над повышением ее специальной физической подготовленности, прыгучестью, техникой прыжка, в которой у нее было много недостатков. Зимой все мои ученики занимались в общей группе, тренировки проходили 4—5 раз в неделю. Для всех была обязательна 40-минутная разминка (этот опыт я заимствовал у В. Алексеева). В разминке широко применялись набивные мячи, упражнения с партнером, на различных гимнастических снарядах. После этого начиналась собственно тренировка, целью которой было совершенствование тех или иных физических качеств. В одном случае это была спринтерская подготовка, в другом работа со штангой, в третьем акцент делался на совершенствование гибкости.

В занятиях с Окорочковой я много внимания уделял совершенствованию техники. Для этого она выполняла много имитационных упражнений на коне, брусьях, у гимнастической стенки, прыгала на небольших и средних высотах. В декабре 1966 года на зимних соревнованиях «день прыгуна» Окорочкова прыг-



нула на 1,68. Нужно сказать, что я сторонник перспективного планирования тренировок. Годовой план мы обычно намечаем вместе со спортсменом, и он получает на руки план на определенный период. Планируются и результаты. С Окорочковой мы наметили достичь в 1966 году результата 1,75 и в 1967 году — 1,80. Этот план был перевыполнен. В 1966 году Антонина преодолела высоту 1,76, стала победительницей почти всех соревнований, на которых выступала. Следовательно, первая задача, которую мы ставили перед собой, — поверить в свои силы, была выполнена.

Весной 1967 года мы начали весеннюю тренировку на воздухе сравнительно рано, в марте. Занимались на намытых песках, где снег быстро тает и в основном бору за Волгой. Там мы не только бежали на мягком грунте, но и прыгали в глубину с песчаного откоса, выполняли разнообразные упражнения на деревьях. В начале мая Окорочкова уехала из Ярославля и летом сумела улучшить рекорд СССР до 1,82. Я очень рад, что теперь она тренируется с известным в прошлом прыгуном в высоту И. Кашкаровым.

Наряду с подготовкой прыгунов в высоту много времени я отдаю тренировке барьеристов. Здесь я стараюсь добиться высокого уровня гибкости, хорошей техники перехода препятствий. Мы применяем всевозможные упражнения барьериста, много тренируемся на низких барьерах. Уже зимой начинается работа над скоростью и скоростной выносливостью. На стадионе для нас расчищается дорожка, и всю зиму мы имеем возможность тренироваться в спринтерском беге. Именно в этих условиях выросла Галина Кузнецова, которая входит сейчас в состав сборной команды страны.

Сейчас в моей группе занимаются и другие одаренные юноши и девушки — Галя Филатова, которая прыгает в высоту на 1,60, Игорь Гладких, ставший призером первенства ЦС «Буревестник» в десятиборье. Все это дает мне удовлетворение. Но я часто думаю: насколько больше могли бы сделать я и другие тренеры, если бы нам не приходилось тратить времени на борьбу с теми трудностями, о которых я здесь говорил. Думаю, что создание условий для круглогодичной тренировки, освобождение тренера от несвойственных ему обязанностей по подысканию мест для тренировок и инвентаря, наконец, предоставление тренеру возможности работать по своей специальности с небольшой группой спортсменов — все это позволит нам улучшить подготовку резервов для легкоатлетического спорта.

Алексей АЛЕКСЕЕВ

г. Ярославль

ТЕХНИКА И МЕТОДИКА
ТРЕНИРОВОК

СРЕДНЕГОРЬЕ—В ПОМОЩЬ ТРЕНЕРУ

После того как стало известно, что XIX Олимпийские игры состоятся в Мехико, на высоте 2000 м над уровнем моря, перед тренерами и спортсменами, специализирующимися в беге на средние и длинные дистанции, возникло множество сложных, новых проблем. Где, на какой высоте проводить тренировки? Пробежание каких отрезков принесет больший тренировочный эффект в горных условиях? С какой скоростью их пробегать? Какими должны быть интервалы отдыха? Одним словом, нужно ли изменять методику тренировок и если да, то каким образом? Кроме того, тренеров волновал вопрос и о том, как можно применять занятия в среднегорье в дальнейшем для интенсификации тренировочного процесса.

Большие надежды и тренеры и спортсмены возлагали на рекомендации наших ученых — физиологов и врачей. На протяжении последних трех лет мы часто выезжали в среднегорье для тренировок и почти всегда нас сопровождала бригада физиологов и других научных работников. Однако из многочисленных исследований, к сожалению, до сих пор не было сделано никаких практических выводов, которыми мы могли бы руководствоваться в тренировке. Поэтому тренерам и спортсменам приходилось в большинстве случаев полагаться на собственный опыт и интуицию.

Первый выезд нашей группы средневики в среднегорье состоялся в 1965 г. накануне первенства СССР в Алма-Ате. Многие сначала казалось тяжелым и непривычным: учащенное дыхание, изменение кровяного давления, резкое учащение пульса даже от простой ходьбы в гору. Сейчас же, после того как мы шесть-семь раз побывали в среднегорье, наши знания и опыт значительно пополнились.

Сначала несколько слов об акклиматизации. Очень трудно точно ответить на вопрос, какова длительность этого периода. Во-первых, спортсмены переносят акклиматизацию по-разному, в зависимости от времени года и уровня спортивной формы. Во-вторых, сроки акклиматизации зависят от времени, проведенного в среднегорье. Чем чаще спортсмен побывает на высоте, тем короче и легче проходит акклиматизация. Бывает даже, что адаптация организма происходит настолько быстро, что в очередной приезд некоторые спортсмены вообще не ощущают действия высоты и с первых же дней тренируются с тем же объемом, что и внизу.

В связи с этим мы решили, что в среднегорье не следует терять 6—7 дней для «втягивания» в тренировочный процесс. Можно сразу же приступать к выполнению привычных по объему нагрузок. Но скорость пробегаания отрезков, их количество и продолжительность пауз отдыха должны быть дружными.

Тренировка в условиях среднегорья на коротких отрезках 100—200 м боль-

шого эффекта не дает. По времени и усилиям они пробегаются без существенной разницы на высоте и на уровне моря. Сейчас уже не секрет, что чем длиннее отрезок или дистанция, тем тяжелее его бежать в среднегорье. Поэтому мы всегда старались включать в свой тренировочный план большое количество отрезков от 400 до 1000 м.

Определяя интервалы отдыха, мы ориентировались на частоту пульса. Следующую пробежку (независимо от скорости бега) мы начинали только после того, как частота пульса снижалась до 9—10 ударов в 5 сек. Таким образом, мы не старались уменьшать интервалы отдыха.

В этом вопросе мы хотим предостеречь спортсменов от возможного перенапряжения. Дело в том, что после пробегаания очередного отрезка дыхание обычно восстанавливается довольно быстро и бегу кажется, что он может продолжать работу. Однако субъективное ощущение в этом случае обманчиво и если замерить пульс, то окажется, что его частота еще чрезмерно велика и рано продолжать выполнение задания.

Такое несоответствие между субъективными ощущениями спортсмена и истинным состоянием его организма нередко вводит в заблуждение его и тренера. Основываясь на собственном опыте, мы советуем бегунам на средние и длинные дистанции более внимательно относиться к скорости пробегаания отрезков и установлению пауз отдыха между ними.

В 1967 г. после выступлений на IV Спартакиаде народов СССР наша группа (тренер И. Пожидаев, О. Райко, С. Крючек и И. Потапченко) была направлена в Цехкадзор (высота 2000 м над уровнем моря). Это был не первый наш выезд в среднегорье, но в отличие от других все трое спортсменов находились в хорошей форме. Как же нужно было построить тренировку в этом случае? Вопрос осложнялся тем, что через три недели нам предстояло участвовать в финале Кубка Европы в Ки-

еве. Другими словами, необходимо было повысить уровень спортивной формы.

Было решено ничего не менять в методике тренировки. С первых же дней спортсмены начали выполнять обычный объем, но, разумеется, на более низких скоростях. Причем пробежание 100- и 200-метровых отрезков выполнялось легко в течение всего сбора.

После пятидневного пребывания на высоте мы провели контрольную тренировку. Дистанцию 800 м пробегали по одному. С. Крючек начал бег слишком быстро, но после 500 м стал резко сдавать и с большим трудом закончил бег — 1.56,0. Учитывая это, О. Райко и И. Потапченко начали бег спокойнее и пробежали дистанцию с тем же результатом, но с меньшей затратой сил.

Строго придерживаясь принципа постепенного увеличения скорости, спортсмены смогли уже на 10-й день пробегать 400-метровые отрезки с такой же скоростью, как и на равнине. На 14-й день отрезок 600 м бегуны пробежали за 1.19,9—1.21,0, то есть показали свои обычные результаты. Это позволило сделать нам ряд полезных для себя выводов.

Если отрезки 100 и 200 м спортсмены, находящиеся в хорошей форме, способны пробегать с первых дней с обычной скоростью, отрезки 300 и 400 м — после первой недели тренировки, а 600 м — после двух недель, то, основываясь на этом, можно смело предположить, что для успешного выступления на 800 м достаточно 3 недели, а на 1500 м — 3—4 недели. Этого срока акклиматизации достаточно, чтобы показывать в среднегорье свои лучшие результаты, близкие к достижениям на уровне моря.

После тренировки в горах наша группа переехала в Киев, где бегуны выполняли работу с более высокой интенсивностью. Через две недели, стартова на 1500 м, Райко и Потапченко показали 3.40,6 и 3.40,4. Вскоре Райко выступил на состязаниях в Мехико. Интересно, что для акклиматизации ему

Олимпийская неделя в Мехико. Первый слева М. Желобовский



В Московском областном педагогическом институте им. Н. К. Крупской недавно состоялась защита трех диссертаций по различным вопросам легкой атлетики. Здесь мы публикуем краткие аннотации на эти диссертации.

Ю. Е. Васильев. «Исследование техники и значение пространственной ориентировки в беге на 400 м с барьерами».

Как известно, в методике обучения барьерному бегу на 400 м существует три основных направления: а) обучать преодолению расстояния между барьерами за 15 шагов с самого начала обучения; б) на начальном этапе проходить это расстояние в 17—19 шагов, а затем переходить на 15-шаговый ритм; в) постепенно увеличивать как расстояние между барьерами, так и соответственно число шагов. По мнению диссертанта, сложность овладения техникой бега на 400 м с/б объясняется «трудностью расчета движения на отрезке между препятствиями в силу несовершенной пространственной ориентировки». Задачами работы были: исследование техники бега на отрезке между барьерами, экспериментальное изучение эффективности различных методов обучения, изучение роли пространственной ориентировки в овладении техникой бега на 400 м с/б, определение оптимальной схемы расстановки барьеров для обучения начинающих.

Автор указывает, что техника бега мастеров и начинающих малоквалифицированных бегунов отличается следующим:

1. Темп шагов у мастеров увеличивается за счет сокращения фазы опоры и отталкивания, а у малоквалифицированных бегунов за счет сокращения полетной фазы.

2. Время преодоления расстояния от места отталкивания до барьера относится ко времени преодоления расстояния от барьера до места приземления, как 3:1 у мастеров и 3:2—3:2,5 у малоквалифицированных спортсменов.

3. Мастера не вносят коррективы в технику бега на последних шагах перед барьером, а малоквалифицированные бегуны «перестраиваются» за 10—15 метров до барьера.

Экспериментальная работа с юными легкоатлетами 13—16 лет показала, что в начале обучения наиболее эффективным является преодоление расстояния между барьерами в 5—7 шагов, с постепенным увеличением этого расстояния.

Изучение роли пространственной ориентировки привело автора к выводам о том, что глазомерная оценка пространства становится существенной начиная с расстояния 10—15 м; с увеличением расстояния точность пространственной ориентировки ухудшается. В начале обучения расстояние между препятствиями в силу этого не должно быть более 10—15 м. Автор делает заключение, что специальную тренировку по совершенствованию пространственной ориентации целесообразно проводить не только барьеристам, но и кроссменам, стипльчезистам, прыгунам в длину, с шестом. Для барьеристов эта тренировка заключается в основном в беге с различной расстановкой препятствий.

Е. А. Анисимов. «Использование вдыхания кислорода и карбогена для ускорения восстановительных процессов у спортсменов в соревновательном периоде».

Вдыхание кислорода и карбогена (смесь, состоящая из 40% кислорода, 2% углекислого газа и 58% азота) является средством восстановления работоспособности организма после выполнения им определенной физической работы. Мерой восстановления работоспособности, по мнению автора, могут служить физиологические объективные показатели, к числу которых относятся: уровень дифференцирования мышечных усилий, колебания общего центра тяжести как показатель устойчивости; время и точность реакций на комплексные

раздражители. Работоспособность определяется спортивными показателями, такими, как результаты, показанные атлетом; техника выполнения движений; тактическое мышление атлета в период соревнования; его самочувствие (наступление и исчезновение чувства усталости).

Были изучены эффекты, возникающие от вдыхания воздуха, обогащенного кислородом до 40% и карбогеном (40% кислорода, 2% углекислого газа, 58% азота). Объектом наблюдения служили спортсмены различных специальностей, в том числе бегуны на 400 и 800 м.

Проведенное исследование позволило Е. А. Анисимову сделать следующие выводы: вдыхание 40% кислорода целесообразно как с теоретической, так и с практической точки зрения. В период от начала разминки до старта вдыхать 40% кислорода не следует, так как при этом нарушается предстартовая настройка спортсмена. При наличии предварительных и повторных забегов, разделенных промежутками в 1—1,5 часа, вдыхание кислорода наиболее эффективно начиная с 4—8-й мин. отдыха в течение 10—12 мин, с окончанием за 15—20 мин. до разминки, а при интервалах в 1,5—2 часа вдыхания можно увеличить до 20 мин. без изменения.

Вдыхание карбогена является более эффективным средством по сравнению с вдыханием кислорода после работы субмаксимальной и максимальной интенсивности с интервалами отдыха до 1—1,5 часа. Методика вдыхания карбогена та же, что и для кислорода, однако окончание вдыхания карбогена может быть перенесено на 10—15 мин. ближе к началу разминки.

А. И. Бобкин «Исследование методики внеклассных занятий по легкой атлетике с учащимися 9—11 лет».

Школа является тем звеном, где наряду с общеобразовательной подготовкой миллионы детей получают и начальную спортивную подготовку в физкультурных кружках и секциях. Однако содержание и методика обучения детей 9—11 лет легкоатлетическим упражнениям изучены еще недостаточно, что и побудило диссертанта к проведению экспериментального исследования.

Автором предпринята попытка получить ответы на следующие вопросы:

а) с помощью каких средств должна осуществляться всесторонняя подготовка детей 9—11 лет;

б) какие задачи физического воспитания школьников следует решать в процессе занятий секции легкой атлетики;

в) каким должно быть содержание легкоатлетического раздела программы начальной спортивной подготовки детей 9—11 лет;

г) какова методика начальной спортивной подготовки детей, учитывая возрастные особенности и вид специализации. Многолетняя исследовательская работа проводилась на базе школ г. Ростова-на-Дону. Автор приводит в работе большой фактический материал, который в достаточной мере отвечает на вопросы, стоявшие перед исследователем.

Заслуживает внимания глава, показывающая оздоровительный, воспитательный и образовательный эффект начальной спортивной подготовки.

Автор рекомендует начальную спортивную подготовку детей 9—11 лет начинать в форме секционных занятий по легкой атлетике. Продолжительность ее должна быть в пределах 2 лет, в течение которых дети, «пройдя курс двигательной грамотности, достигают готовности к систематическому изучению спортивной техники основных легкоатлетических упражнений».

Александр МАКСИМОВ

потребовался уже более короткий срок. Безусловно, в организме остался «след» от недавнего пребывания в горах.

Райко показал в Мехико свой лучший результат в беге на 800 м — 1.48,8 и занял второе место в беге на 1500 м — 3.46,7. Из этого выступления мы сделали еще один практический вывод. Вероятно, среднеазиаткам нет смысла

ла тренироваться в среднегорье продолжительное время. Целесообразно после 3—4 недель пребывания в среднегорье спуститься вниз и выполнять в течение 2—3 недель более интенсивную тренировку. А потом, на более высоком уровне подготовленности, вновь подняться в среднегорье для продолжения тренировки.

Мы считаем, что этот принцип че-

редования тренировок на высоте и уровне моря с успехом может быть применен и в дальнейшем, после Олимпийских игр в обычной тренировочной работе бегунов на средние и длинные дистанции.

Иван ПОЖИДАЕВ,
заслуженный тренер СССР

г. Ленинград

Барьерный бег

Материал подготовил А. ОСТАПЕНКО,
кандидат педагогических наук

КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ БАРЬЕРИСТ

Долгие годы считалось, что барьерный бег — удел атлетов высокого роста. Однако можно привести много примеров, когда и спортсмены ростом 172—175 см добивались выдающихся результатов в беге с высокими барьерами, побеждали на первенствах Европы и олимпийских играх. Высота препятствий на дистанциях 200 и 400 м с/б также позволяет достигать высоких результатов в этих видах спорта спортсменам различного роста и телосложения. Поэтому главным критерием потенциальных возможностей атлетов в барьерном беге являются их результаты в спринте. Сильнейшие барьеристы мира пробегают 100 м за 10,2—10,3, а 400 м — за 46,2—47,0.

Гибкость и подвижность в тазобедренных суставах, хорошая координация движений и чувство ритма несомненно также играют важную роль. Однако следует помнить, что все эти качества в значительной степени развиваются и совершенствуются в процессе занятий барьерным бегом.

И еще одно качество, без которого невозможно добиться успеха, это большое трудолюбие и настоящая влюбленность в этот увлекательный вид легкой атлетики, который таит в себе большие возможности для постоянного совершенствования и гармоничного развития спортсмена.

Одним из критериев оценки техники барьерного бега является разница во времени пробегания дистанции с препятствиями и без них. Сопоставление этих результатов дает возможность, с одной стороны, определить уровень техники барьериста и с другой — приблизительно оценить его потенциальные возможности.

Анализ результатов показывает, что на протяжении последних 30 лет ни одному барьеристу не удавалось затратить на преодоление препятствий в беге на 110 м с/б меньше 1,8—2,0 и рост достижений шел главным образом за счет повышения скорости в гладком беге. Таким образом, будущему рекордсмену мира необходимо наряду с отточенной техникой пробегать 100 м быстрее, чем за 10,2. На 400-метровой дистанции спортсмены затрачивают на преодоление барьеров приблизительно 3 сек. Иными словами, для того чтобы добиться больших успехов в этом виде, атлету нужно пробегать 400 м без препятствий за 45,8—46,0.

ТЕХНИКА БЕГА НА 110 М С/Б

Старт и стартовый разгон. Так же как и в спринтерском беге, барьеристы начинают бег с низкого старта. Однако у них возникают здесь дополнительные трудности. Барьерист должен в процессе старта и стартового разгона не только возможно быстрее набрать высокую скорость, но и достигнуть нужного соотношения длины шагов и точно попасть на место отталкивания на первый барьер. При этом выпрямление туловища у барьеристов происходит в разгоне быстрее, чем у спринтеров, и спортсмен в момент отталкивания на первый барьер занимает почти прямое положение.

На дистанции барьерного бега



НАША ШКОЛА ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

ИЗ ИСТОРИИ БАРЬЕРНОГО БЕГА

В отличие от бега, прыжков в длину и метаний диска и копья барьерный бег не упоминается в числе спортивных соревнований древности. Принято считать, что бег с препятствиями впервые появился в Англии в середине прошлого столетия. В 1864 г. англичанин А. Даниэль выиграл соревнование на 120 ярдов с препятствиями со временем 17,7.

В то время на дистанции расставлялись 10 барьеров через каждые 10 ярдов (9,14 м). Высота барьеров равнялась 1 ярду (91,4 см). Позднее она была увеличена до 1 метра, а затем и до 106,7 см. В подражание конским скачкам, которые были чрезвычайно популярны в Англии, вначале роль барьеров выполняли простые изгороди. Потом появились деревянные барьеры, которые вбивались в землю прямо на лугу. Их сменяли переносные препятствия, напоминавшие козлы для пилки дров. Это было чрезвычайно опасно, лишало бегуна уверенности.

Вскоре после 1900 г. появились более легкие барьеры, которые имели форму перевернутой буквы Т, что было также не совсем удобно и приводило к многочисленным травмам. Лишь в 1935 г. было принято изобретение В. Хиллмена — барьер типа буквы L с утяжеленным основанием, который падал лишь при приложении к нему силы 8 фунтов.

На совершенствовании техники барьерного бега не могло не сказаться следующее изменение в правилах. До 1934 г. результат не засчитывался, если спортсмен сбивал три препятствия. Рекорд не считался даже при одном сбитом барьере. После 1934 г. это правило было отменено.

В программу олимпийских игр включены соревнования по бегу с барьерами на дистанции 110 и 400 м (в первом случае высота барьеров 106,7 и во втором 91,4 см). В Англии и США спортсмены выступают также и на 120 ярдов (109,92 см). Что касается бега на 200 м или 220 м с барьерами, то состязания на эту дистанцию стали проводиться первоначально лишь в США и только потом получили распространение в других странах.

Техника преодоления первых тяжелых и довольно опасных для бегуна препятствий была чрезвычайно примитивной и, по существу, являлась скачком с поджатыми ногами. Переходом к новой, более совершенной, технике стало предложенное победителем первых олимпийских игр американцем А. Крэнцлейном в 1896 г. движение ноги, атакующей барьер, прямо-вперед. Впрочем, англичане утверждают, что подобную же технику еще в 1886 г., задолго до Крэнцлейна, предложил их соотечественник А. Крум из Оксфордского университета. Как бы то ни было, но Крэнцлейн выиграл II Олимпийские игры в Париже, а также установил мировой рекорд на 220 ярдов с барьерами 23,6.

Если первым шагом к рациональной технике барьерного бега было движение прямой или несколько согнутой ногой прямо на препятствие со значительным наклоном туловища, то дальнейшее улучшение заключалось в задержке толчковой ноги и переносе ее над барьером через сторону. Это улучшение приписывается соотечественнику Крэнцлейна рекордсмену мира Ф. Смитсону (15,0), который был победителем Олимпийских игр 1908 г. в Лондоне.

Нужно сказать, что большинство барьеристов того времени пренебрегали скоростью в гладком беге. Лишь немногие из них пробегали 100 м быстрее

Большинство барьеристов преодолевают расстояние от старта до первого барьера за 8 шагов. В этом случае на старте впереди ставится толчковая нога. Расстояние от передней колодки до линии старта и между колодками определяется индивидуально в процессе тренировок. Если спортсмен слишком близко подходит к препятствию, то ему нужно отнестись переднюю колодку подальше от линии старта и сократить расстояние между колодками до $1\frac{3}{4}$ ступни. Это позволяет уменьшить длину первых стартовых шагов. В том случае, когда спортсмену приходится растягивать последние шаги перед препятствием, ему нужно увеличить расстояние между колодками приблизительно до длины голени. Тогда он сможет начать бег более широкими шагами.

Спортсмены высокого роста, обладающие хорошей скоростью, преодолевают расстояние до первого барьера за 7 шагов, при этом на старте впереди ставится маховая нога. Передняя колодка располагается как можно ближе к линии старта, на расстоянии $\frac{3}{4}$ —1 ступни, а расстояние до задней колодки равно длине голени спортсмена.

В процессе стартового разгона длина шагов увеличивается, однако последний шаг перед отталкиванием на барьер должен быть короче предыдущего на 10—15 сантиметров.

Примерная длина шагов при прохождении расстояния до первого барьера в 8 шагов: 60, 115, 130, 145, 160, 182, 195, 180 см и отталкивание на барьер за 205 см. А при пробегании за 7 шагов — 92, 122, 158, 180, 200, 210, 190 и отталкивание на барьер за 210 см.

Естественно, что на коротком отрезке до первого препятствия спортсмены не могут развить максимальной скорости. У большинства барьеристов в момент отталкивания на первый барьер скорость достигает лишь 7—7,5 м/сек. Поэтому результат будет зависеть от того, сумеет ли спортсмен увеличить скорость в беге между барьерами или будет продолжать бег по дистанции на той скорости, которая была достигнута им до первого барьера.

Практика показывает, что только барьеристам высокого класса удается продолжить стартовый разгон после преодоления первого барьера и увеличить скорость к моменту отталкивания на второй барьер на 0,5—0,8 м/сек.

Преодоление препятствий. Преодолевая барьер, спортсмен делает шаг длиной около 3,5 м, стремясь выполнить его как можно быстрее. Особо важную роль при этом имеют правильное выполнение последнего шага перед отталкиванием и стремительная атака препятствия. Даже мелкие недостатки в этой фазе приводят к существенной потере скорости, вызывают ошибки при переходе барьера и приземлении, затрудняя тем самым дальнейший бег по дистанции.

Сокращение последнего шага перед отталкиванием достигается активным сведением бедер в полетной фазе и более быстрой постановкой ноги на место толчка. По мере роста скорости разница в длине шагов обычно возрастает. Так, если перед первым барьером последний шаг был меньше предыдущего на 10—15 см, то в дальнейшем эта разница достигает 20—25 см.

Удлинение последнего шага перед отталкиванием является одной из серьезных ошибок. В этом случае нога ставится далеко впереди проекции о. ц. т., а траектория его движения перед барьером понижается, что приводит к существенному уменьшению скорости.

Большое значение для быстрого и мощного отталкивания имеет правильная постановка стопы на место отталкивания. Так, постановка ноги с пятки с последующим перекатом на носок малоэффективна и приводит к падению скорости. Ошибкой будет и постановка стопы с носка, так как затем нога, как правило, опускается на пятку и возрастают амортизационная фаза и время толчка.

Наиболее эффективна постановка ноги на переднюю часть стопы с быстрым переходом на носок. При этом амортизационное сгибание в коленном суставе уменьшается и создаются хорошие предпосылки для работы мышц ног как единой упругой системы.

Место отталкивания для каждого спортсмена определяется опытным путем на тренировках. В зависимости от роста бегуна и его скорости место толчка находится в пределах от 195 до 225 см от барьера. Место приземления за барьером также зависит от роста спортсмена, траектории движения его о. ц. т. и активности действий при сходе с препятствия. Чем выше рост и совершеннее техника, тем ближе приземляется спортсмен за барьером. Обычно это расстояние составляет 130—145 см.

Техника преодоления препятствия подробно описана нами в комментариях к кинограммам бега Х. Джонса и Г. Хеннига на стр. 16—17.

Ритм и техника бега между барьерами. Техника бега между препятствиями не имеет существенных отличий от техники спринтерского бега. Особенно важное значение в барьерном беге имеет ритм. В беге по дистанции могут изменяться скорость и темп, но ритм должен оставаться постоянным. Рассмотрим соотношения длины шагов и продолжительность опорных и полетных фаз, характеризующих ритм барьериста.

После схода с барьера спортсмен быстро выполняет первый широкий шаг. Обычно его длина составляет 160—175 см. Расстояние до места отталкивания на следующий барьер в этом случае легко преодолевается за два шага: второй шаг составляет 200—205 см, третий — 185—190 см. Если же спортсмену не удастся выполнить первый шаг нужной длины, то он вынужден будет удлинить второй и третий шаги, что приводит к грубым ошибкам при преодолении следующего барьера и, несмотря на возрастающие усилия, — к постепенному снижению темпа и скорости бега.

Однако соотношение длины шагов далеко не полностью отражает особенности ритма бега. Изучение временных соотношений ритма показывает, что при одной и той же длине шагов продолжительность опорных фаз может быть различной.

11,0. Однако все они обладали хорошей техникой и уже в то время старались при приближении к барьеру сохранять прямолинейный спринтерский бег, посылая вперед ногу, сильно наклоняя и ней корпус, проносить толчковую ногу через препятствие со значительным отведением бедра в сторону и быстро опускать за барьером ногу, чтобы незамедлительно перейти к бегу.

Около 20 лет потребовалось канадцу Е. Томпсону, шведу С. Петтерсону, американцам П. Берду, Д. Келлеру, Д. Сайлингу, Д. Моррису и А. Моро для того, чтобы довести мировой рекорд в беге на 110 м с/б до 14,2. Все они владели неплохой техникой. Так, Томпсон был способен с завязанными глазами преодолеть три барьера, сбивая пяткой положенные на них карандаши.

В дальнейшем улучшение результатов в барьерном беге шло как по пути совершенствования техники преодоления препятствий, так и по пути повышения скорости бега. Очередной рекордсмен мира американец Ф. Таунс был значительно быстрее своих предшественников (100 м — 10,6). А о его высокой технике говорит тот факт, что на преодоление 10 барьеров (не считая бега между ними) он затрачивал немногим более 2 секунд. Таунс трижды улучшал рекорд и довел его до 13,7.

Выдающимся барьеристом был Гаррисон Диллард, пробежавший 100 м за 10,3 и 200 м за 20,81 В 1948 г., выиграв в США 82 соревнования подряд, он тем не менее лишился права участвовать в Олимпийских играх, так как потерпел неудачу на первенстве страны. Срочно перекалечивавшись в спринтера, Диллард стал олимпийским чемпионом в беге на 100 м. На смену низкорослому Дилларду, улучшившему мировой рекорд еще на одну десятую секунды, пришли Р. Эттлеси и Д. Дэвис. Первый поднял рекорд до 13,5, а второй до 13,3. Впоследствии, несмотря на появление в США ряда выдающихся негритянских барьеристов, и в том числе чемпиона Олимпийских игр в Токио Хайеса Джонса, мировой рекордсменом стал немецкий спортсмен М. Лауэр, рекорд которого 13,2, установленный в 1959 г., не улучшен и до наших дней.

Рост достижений в барьерном беге на 200 и в особенности на 400 м в значительной степени зависел от повышения скорости пробегания между препятствиями, а следовательно, от совершенствования скоростной выносливости, а также ритма бега между барьерами. В 1935 г. знаменитый Джесси Оуэнс пробежал 220 ярдов с барьерами за 22,6. Затем в 1940 г. Ф. Уолкотт показал 22,3, наконец, в 1956 г. Д. Зим пробежал дистанцию за 22,2. Однако американцы в большинстве случаев преодолевали 220 ярдов по прямой дорожке, поэтому официальный мировой рекорд на 200 м с/б в настоящее время принадлежит М. Лауэру и равняется 22,5.

Значительно медленнее росли достижения в беге на 400 м с/б. В 1908 г. К. Бэкон (США) пробежал дистанцию за 55,0. Только через 12 лет его соотечественник Ф. Лумис довел этот рекорд до 54,0. В течение ряда лет обладателем рекорда был Г. Хардин (США), пока в 1953 г. советский барьерист Ю. Литувев не улучшил рекорд до 50,4. Вслед за ним обладателями мировых рекордов стали Г. Дэвис (49,2) и, наконец, У. Коули (49,1).

Советским легкоатлетам, вышедшим на мировую спортивную арену сравнительно поздно, для того, чтобы освоить такой трудный вид, как барьерный бег, потребовалось довольно много времени. Наибольший успех они имели на длинной барьерной дистанции, где, как мы видели, Ю. Литувеву принадлежал мировой рекорд. Вместе с ним удачно выступали Т. Лунев, А. Юлин, а впоследствии В. Анисимов. На дистанции 110 м с барьерами в 30-х годах без успеха соревновались А. Демин, А. Безруков, А. Канаки, И. Степанченко. Сильнейшими барьеристами Европы были Е. Буланчик, А. Михайлов, которому в настоящее время и принадлежит всеобщий рекорд (13,7). Дальнейшему прогрессу советских барьеристов мешают недостаточный высокий уровень их скоростных качеств. Особенно это касается бега на 400 м с барьерами, где отставание в гладном беге несомненно сказывается и на барьерной дистанции.

Отталкивание на барьер у новичков, например, занимает 0,15—0,18 сек., а у мастеров спорта — 0,11—0,12 сек. Интересно, что с ростом скорости продолжительность опорных фаз уменьшается, а время полетных фаз даже несколько возрастает. Следовательно, при одной и той же длине шагов мощность отталкивания у квалифицированных барьеристов значительно больше, иными словами, бегуны-мастера с большей эффективностью используют рабочие фазы (отталкивания), сохраняя фазы относительного отдыха.

Формирование ритма в процессе тренировки происходит в тесной связи с совершенствованием двигательных функций спортсмена, развитием его физических качеств. С ростом силы и быстроты движений сокращается продолжительность опорных фаз, увеличивается длина шагов, совершенствуется ритм бега.

ТЕХНИКА БЕГА НА 400 м С/Б

Общие основы техники перехода через препятствия на этой дистанции те же, что и в беге на 110 м с/б. Однако имеется и ряд специфических особенностей, которые нужно учитывать в процессе обучения и совершенствования техники.

Во время бега по виражу помимо борьбы с центробежной силой возникают трудности в сохранении ритма бега и преодолении препятствий. Следует отметить, что здесь ряд преимуществ имеют спортсмены, отталкивающиеся на барьер правой ногой. Прежде всего такие барьеристы имеют возможность бежать у самой бровки, в то время как спортсмены, отталкивающиеся левой ногой, вынуждены бежать по середине виража, что увеличивает дистанцию на несколько метров. Кроме того, им приходится на виражах удлинять шаги, чтобы правильно попадать на место отталкивания.

При беге на вираже спортсмены должны несколько наклоняться влево, а также ставить ступни с небольшим поворотом к бровке. Наклон следует сохранять и при переходе через препятствия.

Кроме того, у спортсменов возникают трудности в сохранении длины шагов на второй половине дистанции. В результате утомления длина шагов сокращается и спортсмены вынуждены растягивать их, чтобы попасть на место отталкивания. В противном случае необходимо преодолевать расстояния между препятствиями за большее количество шагов, чем на первой половине дистанции.

Старт и стартовый разгон. Низкий старт барьеристы выполняют так же, как в гладком беге. Отличие состоит лишь в расположении стартовых колодок в зависимости от количества шагов до первого барьера. Обычно это расстояние (45 м) преодолевается барьеристами за 22 шага. При этом на старте впереди ставится толчковая нога. Отдельным спортсменам удобнее пробегать стартовый отрезок за 23 или 21 шаг. В этом случае впереди ставится маховая нога.

Колодки устанавливаются у внешнего края дорожки, для того чтобы со старта пробегать больший отрезок по прямой, по касательной к виражу. Стартовый разгон и бег по повороту выполняются так же, как в гладком беге. Примерная длина шагов при выполнении разбега в 22 шага должна быть следующей: 65, 125, 145, 155, 170, 180, 190, 200, 210, 220 и далее до 21-го шага по 220 см. 22-й шаг — 205 см, и отталкивание на барьер за 215 см до него.

Как видим, длина последних шагов перед барьером должна быть одинаковой, равной примерно 220 см. Она не должна изменяться в зависимости от состояния дорожки, ветра и скорости бега. Отсюда ясно, какое большое значение для бегунов на 400 м с/б имеет умение сохранять стандартную длину шага.

Небольшая высота препятствий в беге на 200 и 400 м с/б позволяет приблизить барьерный шаг по своей структуре к обычному беговому шагу.

Бег между барьерами. Расстояние между препятствиями большинство спортсменов преодолевают в 15 шагов. Длина шага в этом случае должна быть в среднем около 220 см, последний шаг перед отталкиванием равняется 200—205 см. Место отталкивания находится на расстоянии 210—215 см от барьера, а место приземления в 100—115 см.

Овладение таким ритмом бега требует кропотливой работы. На первых этапах тренировки барьеристам удается пробегать в 15 шагов лишь расстояние между первыми тремя-четырьмя препятствиями, а затем они переходят на 17 шагов. По мере роста тренированности переход на 17-шаговый ритм происходит позже: после седьмого, восьмого препятствия и т. д.

ТРЕНИРОВКА

Юноше, приступающему к занятиям барьерным бегом, необходимо иметь хорошую разностороннюю физическую подготовку. Лишь в этом случае обучение и совершенствование техники будет успешным. В процессе начальной тренировки применяются самые различные средства: спортивные игры, прыжковые и акробатические упражнения, метания и кроссы.

Постепенно начинается специальная подготовка к занятиям барьерным бегом. Прежде всего перед спортсменом ставится задача овладения техникой спринтерского бега. В тренировке включаются упражнения для развития

гибкости и подводящие упражнения барьериста.

В основе обучения технике барьерного бега лежит целостный метод. Техника преодоления препятствий и ритм бега осваиваются одновременно. Для этого на дорожке ставятся 3—4 барьера (76,2 см) на расстоянии 7—7,5 м друг от друга. Из положения высокого старта, при котором впереди стоит толчковая нога, спортсмен пробегает всю дистанцию в определенном ритме, добываясь более быстрого выполнения последнего шага перед отталкиванием на барьер. Постепенно повышается высота барьеров и увеличивается расстоя-

ние между ними. Стартовый разбег выполняется в 6 беговых шагов (11 м), а затем в 8 шагов (13,72 м). Ошибки в технике преодоления препятствий устраняются с помощью специальных упражнений.

По мере освоения ритма темп бега следует увеличивать. Вначале это лишь отдельные пробежки на повышенной скорости, а в дальнейшем, при отсутствии грубых ошибок, нужно периодически пробегать 3—4 барьера с максимальной скоростью.

Следующая задача заключается в обучении стартовому разбегу. Как правило, начинающие барьеристы владеют техникой низкого старта. В барьерном беге расположение стартовых колодок и длина шагов могут несколько измениться. Главная задача состоит в том, чтобы научиться быстро развивать скорость не только до первого барьера, но и после его преодоления. Поэтому обучение стартовому разбегу необходимо вести на дистанции с двумя-тремя барьерами.

Вначале высоту первого барьера нужно значительно уменьшить с тем, чтобы он почти не препятствовал стартовому разгону. Освоив ритм разбега, следует постепенно увеличивать высоту первого препятствия и периодически стартовать совместно со спринтерами. Такие старты дают возможность особенно наглядно выявить недостатки в технике и динамике стартового разбега.

Последовательность обучения бегу на 400 м с/б та же, что и на 110 м. Однако при овладении ритмом применяется иная расстановка препятствий. Вначале они устанавливаются через 11—12 м, и это расстояние преодолевается в 5 шагов, затем оно удлиняется до 17—17,5 м и пробегается за 7 шагов. Увеличивается и длина стартового разбега: 11 м, 14 м, 18 м.

После этого обучают барьерному бегу на вираже с нормальной расстановкой препятствий (45 м от старта до первого барьера и 35 м между препятствиями). Бегунов на 400 м с/б целесообразно с самого начала обучать отталкиванию на препятствие правой ногой.

При проведении занятий зимой в зале или манеже не всегда есть возможность тренироваться с барьерами, расставленными через 35 м. В этом случае расстояние нужно сократить до 22 или 17,5 м, пробегая его соответственно в 9 или 7 шагов.

В беге на 400 м с/б даже незначительные изменения в длине шагов вследствие ветра, мягкой дорожки и др. факторов приводят к неточному попаданию на место отталкивания. Поэтому барьеристы должны научиться мгновенно оценивать расстояние до препятствия и за 10—15 м до барьера, удлиняя или укорачивая шаги, не снижая скорости, точно попадать на место отталкивания.

Обучение и совершенствование техники и развитие двигательных качеств барьериста должны осуществляться в процессе тренировки в тесном единстве. Недостаточная сила отдельных групп мышц приводит к ошибкам в технике. Невозможно, например, выпол-

нить правильно и быстро «атаку» барьера при слабом развитии мышц спины, живота и подвздошно-поясничной мышцы.

В то же время одностороннее увлечение развитием отдельных двигательных качеств не приведет к росту спортивных результатов, если оно будет осуществляться без должной связи с совершенствованием техники.

Единство физической и технической подготовки отнюдь не означает, что на протяжении круглого года нужно постоянно заниматься барьерным бегом. В зависимости от конкретных задач, стоящих перед спортсменом, главное внимание в его подготовке может быть уделено, например, развитию силы и скорости. В то же время в занятии систематически должны включаться специальные упражнения для совершенствования техники. После двух-двух с половиной месяцев такой тренировки необходимо значительно увеличить объем работы, направленной на совершенствование техники, с тем, чтобы реализовать возросший уровень силовой и

скоростной подготовки в барьерном беге.

Тренировки могут строиться и иным путем. При наличии серьезных пробелов в технике главное внимание как в подготовительном, так и в соревновательном периодах может быть уделено исправлению ошибок и совершенствованию техники. С этой целью в занятии должно быть включено много специальных силовых и скоростных упражнений, направленных главным образом на устранение конкретных недостатков.

В процессе многолетней тренировки барьериста постепенно изменяется соотношение средств разносторонней и специальной физической подготовки. Если в первые годы занятий упражнения, направленные на улучшение разносторонней физической подготовки, составляют около половины всей тренировочной нагрузки, то в дальнейшем их постепенно заменяют средства специальной физической подготовки и непосредственная тренировка в барьерном беге.

Ведущие мастера, пробегающие различ-

НАША ШКОЛА ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

ные отрезки дистанции, в отдельных тренировках преодолевали до 200 барьеров в беге на 110 м и до 150 в беге на 400 м с/б.

Одним из важных средств тренировки барьериста, а также критерием оценки правильности применяемых методов являются соревнования.

Количество соревнований зависит от степени подготовленности барьериста.

Помимо участия в соревнованиях на основной дистанции бегуны, специализирующиеся в беге на 110 м, должны выступать в беге на 100 и 200 м, а также 200 м с/б.

Спортсмены, специализирующиеся в беге на 400 м с/б, принимают участие в соревнованиях на всех спринтерских дистанциях и на 200 м с/б.

ПОДВОДЯЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. Подъем и выпрямление маховой ноги над барьером, не касаясь его.

2. Подъем и разгибание маховой ноги с опорой о косяк, сопровождающиеся наклоном туловища и выносом руки, разномысленной маховой ноге. Постепенно упражнение усложняется тем, что выпрыгивается с подхода шагом, и атака на препятствие дополняется активным продвижением вперед таза и туловища.



3. Подскоки на толчковой ноге, удерживая маховую ногу под прямым углом, разгибая и сгибая ее в коленном суставе при каждом подскоке.

4. Скольжение стопой толчковой ноги вдоль наклонной поверхности барьера с последующим выносом ее вперед.

5. Стоя в положении небольшого наклона вперед с упором руками перенос толчковой ноги через барьер.

6. Бег с высоким подниманием бедра с перенесением толчковой ноги через барьеры сбоку.

7. Сидя на коне или козле в положении широкого шага, одновременно с опусканием маховой ноги вниз перенести боковым взмахом толчковую ногу через снаряд.

8. Поднять маховую ногу над барьером и одновременно с ее опусканием вниз мгновенно перенести толчковую ногу.

9. Бег с высоким подниманием бедер в среднем темпе и максимально быстрым преодолением препятствий.



РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ

Одним из главных факторов высоких достижений в барьерном беге является умение быстро выполнять переход через препятствия, развивать и поддерживать высокую скорость бега.

Повышение быстроты в процессе тренировки достигается путем увеличения силы соответствующих групп мышц, улучшения их гибкости и эластичности.

Совершенствование техники и координации движений также способствует увеличению скорости. Чем выше мастерство бегуна, тем отчетливее дифференцируются фазы напряжения и расслабления, и это позволяет значительно увеличить темп бега.

При выполнении упражнений для развития быстроты нужно избегать излишнего мышечного напряжения. Целесообразно варьировать темп движений, чередуя упражнения с предельной быстротой с упражнениями на расслабление.

1. Опираясь руками о барьер — бег с высоким подниманием коленей в упоре. Фиксируется количество подъемов бедра до определенной высоты за 10 или 15 сек.

2. Стоя на месте убыстряющаяся работа руками — так же, как и при беге. В тот момент, когда темп движений будет доведен до максимального, начать

бег, стремясь сохранить развитый темп.

3. Бег с ходу на отрезках 20—40 м на время.

4. Бег с «включениями» (при пробегании отрезка 100—120 м выполняется 2—3 предельно быстрых ускорения по 15—20 м).

5. Выполнение подводящих упражнений № 2 и 5 с установкой предельно быстро поднять маховую ногу или перенести толчковую через барьер.

6. Барьерный бег с повышенной скоростью. С этой целью расстояние от старта до первого препятствия увеличивается до 18, а затем до 22 м, и спортсмен, выполняя разбег в 10 или 12 шагов, развивает максимально возможную скорость и пробегает отрезок с тремя-четырьмя барьерами.

РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ

По сравнению с другими качествами гибкость развивается сравнительно легко в тех пределах, которые необходимы для барьериста. Упражнения для развития гибкости выполняются после хорошей разминки. При недостаточном развитии гибкости упражнения желательно выполнять 2 раза в день или в начале и конце занятия на про-

тяжении двух-трех месяцев, а затем по достижении необходимого уровня гибкости лишь поддерживать его.

1. Сидя на полу, наклоны туловища с помощью партнера.

2. Поставив согнутую в колене ногу на опору, выполнить наклоны туловища.

3. Положить выпрямленную в колене ногу на опору. Подскоки с одновременным наклоном туловища.

4. Стоя в положении широкого шага. Пружинистые покачивания с постепенным разведением ног до положения, близкого к продольному шпагату.

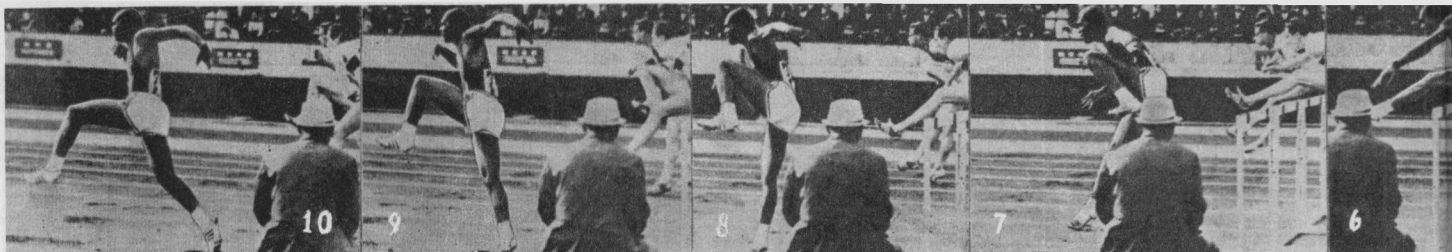
5. Лежа на животе и держась за голени руками. Прогибание туловища. Упражнение можно выполнять с партнером, который тянет за руки вверх.

6. Сидя в положении барьерного шага. Наклоны туловища вперед и назад.

7. Сидя в положении барьерного шага. Менять положение седа не отрывая пяток от пола.

8. Положив толчковую ногу, согнутую в колене, на барьер, выполнить наклоны туловища, стремясь коснуться головой колена опорной ноги. Затем упражнение выполнять с партнером, который придерживает пятку и приподнимает колено лежащей на барьере ноги в момент наклона туловища.





РАЗВИТИЕ СИЛЫ

Развитие силы основных мышечных групп: мышц ног, живота, спины — осуществляется путем прыжковых упражнений, с сопротивлением партнера и с отягощениями.

Начинающие барьеристы должны применять в занятиях упражнения с малыми и средними по весу отягощениями, выполнять их в невысоком темпе до утомления. По мере развития силы эти упражнения выполняются в меньшем объеме, но с максимальной быстротой. Упражнения с максимальными по весу отягощениями применяются только в тренировке барьеристов старших спортивных разрядов.

Упражнения для развития силы должны включаться почти в каждое занятие. В первой половине подготовительного периода, помимо этого, целесообразно полностью одну тренировку в неделю посвящать силовой и скоростно-силовой подготовке.

Комплексы упражнений и их дозировка зависят от индивидуальных особенностей занимающихся.

1. Подъем бедра с сопротивлением партнера или с отягощением весом от 10 до 50 кг. Опорную ногу выпрямлять.

2. В висе на гимнастической стенке положить одну ногу на опору, выполнить подъем бедра другой ноги и таза вверх. По мере развития силы упражнение выполнять с сопротивлением партнера или отягощением.



3. Лежа на спине быстро поднять ноги; партнер отталкивает их в обратном направлении.

4. Подскоки на двух и на одной ноге. Партнер при приземлении оказывает давление на плечи.

5. Прыжки через барьеры на двух и на одной ноге.

6. Стоя в положении широкого шага прыжком сменить положение ног. Далее упражнение усложняется тем, что в прыжке дважды меняется положение ног («ножницы»).

7. Прыжки в длину через один или три беговых шага.

8. Стоя боком к барьеру выполнять круговые движения прямой ногой.

9. Стоя лицом к гимнастической стенке и опираясь на нее согнутой в колене ногой быстро менять положение ног.

10. Вег с низкого и высокого старта с сопротивлением партнера или специального тормозного устройства.

11. Перенос толковой ноги через барьер с сопротивлением партнера.



РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ

Средствами развития общей выносливости у начинающих барьеристов служат: медленный бег, продолжительность которого постепенно возрастает, спортивные игры и лыжные прогулки. Главное внимание развитию общей выносливости и повышению работоспособности организма уделяется в начале и середине подготовительного периода. Барьеристы-разрядники для развития общей выносливости применяют кроссы в равномерном и переменном темпе и переменный бег. Продолжительность кроссов у бегунов на 110 м — 20—30 мин., у бегунов на 400 м — 30—50 мин.

Общая выносливость является фундаментом развития специальной выносливости барьериста — способности спортсмена удерживать высокий темп бега и сохранять совершенную технику до конца дистанции.

В формировании специальной выносливости большое значение имеет совершенствование биохимических процессов, протекающих при работе мышц с высокой интенсивностью в условиях острой кислородной недостаточности. Основным методом развития специальной выносли-

вости служит повторный бег. На отдельных этапах подготовки применяются также и переменный бег.

Барьеристы младших спортивных разрядов для развития выносливости в беге на 110 м применяют повторный бег на отрезках от 150 до 200 м, а также постепенно увеличивают отрезки бега с барьерами до 70—85 м. Длина дистанции и количество повторений определяются индивидуально в зависимости от того, какой отрезок может пробежать спортсмен сохраняя рациональную технику.

В беге на 400 м длина гладких отрезков повторного бега составляет 300—500 м, а величина отрезков барьерного бега зависит от способности спортсмена сохранять ритм на дистанции. В том случае, если после четвертого или пятого барьера происходит нарушение ритма, отрезки удлинять нецелесообразно.

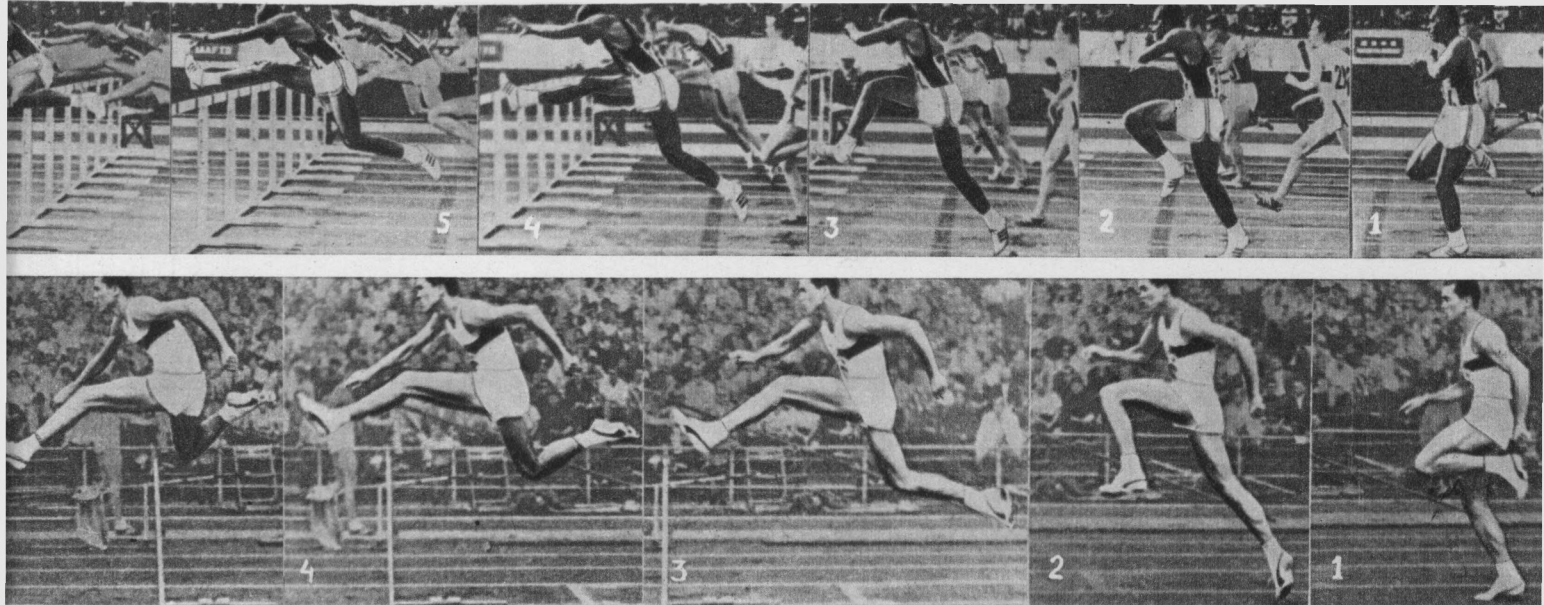
В тренировке квалифицированных спортсменов применяются примерно те же средства, однако скорость бега повышается. В соревновательном периоде повторный бег выполняется с увеличением скорости к концу дистанции, а также с постепенным увеличением скорости в каждой последующей пробежке. Например, первый раз отрезок 300 м про-

бегается за 40,0, второй — 38,0 и третий — за 37,0. В этом случае предъявляются возрастающие требования при нарастании утомления. Данный метод особенно важен для бегунов на 400 м.

Другим средством является сочетание гладкого и барьерного бега. Первая половина дистанции пробегается без барьеров, а затем следует участок с пятью шестью барьерами. Для более уверенного попадания на препятствия за 4—6 шагов до места отталкивания делается хорошо заметная отметка.

В системе круглогодичной тренировки барьериста объем и интенсивность средств для развития выносливости изменяется следующим образом. С начала подготовительного периода до февраля происходит постепенное увеличение объема всех видов бега, при средней интенсивности. Величина отдыха при выполнении повторных пробежек определяется восстановлением пульса до 110—115 ударов в минуту.

В дальнейшем объем уменьшается, а скорость возрастает. Бегуны на 400 м должны периодически пробегать отрезки 200—300 м с барьерами со скоростью, превышающей на 1—1,5 сек. результат, планируемый на соревнованиях в беге на 400 м с/б.



БАРЬЕР ПРЕОДОЛЕВАЮТ

Х. ДЖОНС

На первой кинограмме мы видим технику преодоления барьера олимпийского чемпиона Хайеса Джонса. Негритянский спортсмен (рост 178 см, вес 73 кг) снят во время пятого предварительного забега в Токио, когда он сумел пробежать 110 м с/6 за 14,2 против сильного встречного ветра (1,86 м/сек).

Х. Джонс начинает атаку барьера с быстрого движения вверх-вперед согнутой в колене маховой ноги (кадры 1, 2) и с одновременного активного продвижения вперед таза. Общий наклон тела увеличивается, и начинается разгибание толчковой ноги.

В заключительный момент отталкивания туловище и толчковая нога составляют почти прямую линию. Барьерист разгибает затем маховую ногу в колене и посылает вперед разноименную ей руку (кадр 3). Следует обратить внимание на то, что активное разгибание маховой ноги начинается не раньше, чем ее колено достигнет уровня верхней планки барьера.

Отличная гибкость позволяет Джонсу выполнить во входе на барьер почти полный продольный «шпагат» (кадр 5). Отметим, что у спортсменов, страдающих недостатком гибкости в тазобедренном суставе, угол разведения ног бывает значительно меньшим и атака не столь эффективной. Рука, противоположная маховой ноге, должна направляться вперед-вниз. У Джонса она поднята несколько высоко и находится в горизонтальном положении (кадры 4, 5). Ладонь повернута в сторону дорожки, пальцы выпрямлены. Другая рука лишь незначительно отведена назад.

После максимально широкого разведения ног при входе спортсмен сразу же начинает активно сводить их, подтягивая широким дугообразным движением толчковую ногу и опуская за препятствие маховую (кадры 6—8). Движения ног в этой фазе подобны действию предварительно растянутой резины. Здесь важна непрерывность и синхронность движений.

Выполняя дугообразный перенос толчковой ноги через барьер, спортсмен направляет ее после завершения отталкивания коленом вперед-в сторону. Вместе с продвижением толчковой ноги вперед одноименная рука отводится назад (кадры 8, 9). Хэйес Джонс выполнил это движение чересчур резко, что несколько затруднило ему продолжение бега после схода с барьера (кадры 11, 12).

Наклон туловища при сходе постепенно уменьшается, и барьерист приземляется на переднюю часть стопы маховой ноги, которая полностью выпрямлена (кадры 10, 11). Касания пяткой дорожки у сильнейших барьеристов не происходит. После схода с барьера бегун принимает положение, сходное с моментом атаки (кадры 2 и 11), что является одним из показателей хорошей техники.

Г. ХЕННИГЕ

Вторая кинограмма дает нам представление о технике преодоления препятствий бегуна из ФРГ Г. Хенниге, специалиста на 400-метровой барьерной дистанции. Г. Хенниге (рост 189 см, вес 83 кг) снят во время преодоления второго барьера при беге на вираже.

В момент входа на препятствие

(кадр 1) спортсмен почти полностью согнул маховую ногу в колене. Это значительно облегчает ее быстрый подъем, так как в этом случае центр тяжести ноги находится ближе к тазобедренному суставу. Многие барьеристы в этой фазе допускают ошибку, выполняя маховое движение полусогнутой, а иногда и почти прямой ногой.

При завершении отталкивания спортсмен увеличивает наклон туловища вперед (кадр 2). Колено маховой ноги поднимается значительно выше верхней планки барьера, и лишь после этого нога быстро выпрямляется (кадр 3). Заметного увеличения наклона туловища в процессе дальнейшего продвижения вперед, как это бывает в беге на 110 м с/6, здесь не происходит.

Если при входе на барьер спортсмен продемонстрировал совершенную технику, то затем он допускает существенную ошибку. После завершения отталкивания ступня толчковой ноги поднимается выше колена (кадры 4 и 5), в то время как от момента толчка до момента приземления колено толчковой ноги всегда должно быть несколько выше ступни. Эта ошибка и приводит к сбиванию барьера коленом толчковой ноги (кадры 5, 6), затрудняя продолжение бега.

Работа рук при переходе через барьер отличается от движений в гладком беге лишь более широкой амплитудой. Во время бега на вираже правая рука и плечо направляются несколько внутрь. Приземление происходит на переднюю часть стопы выпрямленной ноги.

При переходе через барьер не должно быть пассивной полетной фазы — уже завершая отталкивание, спортсмен концентрирует все внимание на возможном быстром переходе препятствия и продолжении бега.

ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТИ

(Статья печатается в порядке обсуждения)

Легкая атлетика
В ШКОЛЕ

В общеизвестно, что наши спортсмены не показывают высоких результатов в беге на короткие дистанции. Тренеры страны продолжают поиски эффективных средств и методов в целях совершенствования подготовки спринтеров высокой квалификации. Актуальность этой проблемы еще раз подтвердило и заседание «Круглого стола» по спринту, которое было проведено журналом «Легкая атлетика» в 1967 г.

Причины неудовлетворительного роста результатов спринтера, на наш взгляд, следует искать на этапах начальной тренировки. Действительно, если познакомиться с результатами наших и американских спринтеров-юношей, сразу заметен резкий контраст. Лучшие американские спортсмены 17—18 лет имеют на 100 м результат 10,3—10,6. У наших юношей этого возраста можно лишь изредка встретить 10,8—10,9. Имея такую «фору» в юношеском возрасте, американские спринтеры сохраняют ее и в зрелые годы.

Нами был проведен эксперимент, в ходе которого мы пытались выяснить следующие моменты начальной тренировки юных бегунов на короткие дистанции: какими средствами должна осуществляться общая физическая подготовка будущего спринтера; воспитанию каких физических качеств должна быть посвящена начальная тренировка будущего бегуна.

Первая часть эксперимента была проведена в 1960—1963 гг. с группой новичков — юношей 15 лет в г. Гуково Ростовской области. С целью общей физической подготовки занимающихся этой группы мы применяли спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, футбол, упражнения со штангой, классическое троеборье, приседания, элементы спортивной гимнастики и другие виды легкой атлетики.

Основной задачей специальной подготовки и в подготовительном и в соревновательном периодах было воспитание качеств скорости, силы и скоростной выносливости, овладение техникой бега. В течение трех лет занятий отводилось равное время на ОФП и специальную подготовку. Динамика роста спортивных результатов юных спортсменов этой группы представлена в табл. 1.

Полученные данные показали, что занимающиеся добились значительных сдвигов в развитии силы, подвижности в суставах и координации движений. Однако скорость и скоростная выносливость оказались недостаточными. В связи с этим было решено проверить другой вариант построения тренировки.

Соотношение времени, отводимого на ОФП и специальную подготовку в новом варианте, осталось прежним

(50% и 50%), характер же тренировки изменился. В качестве средств ОФП применялись упражнения, развивающие преимущественно группы мышц, участвующие в беге. Так, со штангой вместо движений классического троеборья выполнялись приседания, выпрыгивания, многократные прыжки и т. д. Большое внимание уделялось упражнениям с партнером и отягощениями, которые требовали проявления «быстрой силы».



На проходившем в Сочи весеннем юношеском первенстве СССР Галина Кармардина была победительницей в беге на 200 м

Средства специальной подготовки в течение всего года в основном были направлены на воспитание скорости и силы, совершенствование техники бега и умения расслабляться и лишь частично на развитие скоростной выносливости. Для воспитания скорости применялись следующие упражнения: бег со старта на отрезках 20—50 м, бег с ходу на 20—60 м, чередование быстрых пробежек с отягощениями и без них, бег прыжками на время, бег с акцентом на частоту движений, уход со старта с помощью партнера и другие. После каждого из упражнений выполнялись упражнения на расслабление, повторное выполнение проводилось лишь после достаточного отдыха.

В начале соревновательного пе-

риода, когда одно-два занятия в неделю проводились за городом, мы использовали также бег по наклонной дорожке с низкого и высокого старта. Пробежки выполнялись следующим образом. На местности заранее подбирался три площадки с уклоном примерно 35, 25 и 15°. Занимающиеся сначала пробегали 20—40 м по дорожке с уклоном 35°, затем такой же отрезок с уклоном 25° и третий раз — под уклоном 15°. В заключение отрезок преодолевался с ходу по ровной дорожке. Такая тренировка помогала занимающимся «прочувствовать» бег на высокой скорости. Объем скоростной работы в подготовительный и соревновательный периоды был небольшим при высокой интенсивности выполнения упражнений: 200 м в тренировку на первом году, 300 м — на втором и около 450 м — на третьем.

Для совершенствования техники беговых движений занимающиеся применяли повторный бег с невысокой скоростью на отрезках 100—350 м, ускорения и специальные упражнения бегуна. Объем бега на таких тренировках составлял на первом году обучения — 500 м, на четвертом — 800 м и на третьем — 1000—1100 м.

Воспитанию скорости и совершенствованию техники бега отводились специальные тренировочные занятия, упражнения для развития силы (имеется в виду «специальная» сила) применялись в конце каждой тренировки. Это — бег с высоким подниманием бедра, прыжковый бег, бег «толчками», упражнения с партнером, для мышц бедра, голени и стопы, различные прыжки через барьеры на одной и двух ногах, прыжки со штангой на плечах. Объем этих упражнений и частота их применения определялись задачами тренировочного занятия, периодом тренировки и т. д.

Во второй части нашего эксперимента (1964—1967 гг.) принимали участие юноши-новички 15 лет (вторая группа). На первом году обучения мы занимались три раза в неделю, на втором — 4 и на третьем — 5 раз.

В недельном цикле тренировочные занятия с преимущественной направленностью на развитие скорости и совершенствование техники чередовались. При этом занятиям с преимущественно скоростной направленностью предшествовали занятиям, посвященным совершенствованию техники. Силовые упражнения проводились в конце каждого занятия. Работа над скоростной выносливостью проводилась лишь в середине соревновательного периода тренировки. Приводим результаты по годам юношей этой группы (табл. 2).

Сравним динамику роста спортивных результатов у наших юношей. Как видно из таблиц, исходные данные у них были примерно одинаковы. В пер-



Часто приходится наблюдать, как одно и то же соревнование может стать у одной судейской коллегии красочным праздником, интересным спортивным спектаклем, а у другой — тоскливой «повинностью», отбываемой участниками. В повышении праздничности соревнования существенную роль играют элементы спортивного ритуала — открытие и закрытие соревнований, представление спортсменов и команд. Эти отдельные элементы являются узловыми моментами спортивного спектакля — на них сосредоточивается внимание зрителей, они служат своеобразными «перебивками» между отдельными частями соревнования.

Остановимся на основных особенностях в проведении спортивного ритуала. Разумеется, не следует считать те положения, которые высказаны ниже, догмой. Однако лучшие традиции, выдержавшие проверку временем и строгий отбор практикой сотен соревнований, должны бережно сохраняться, как, например, сохраняется старт, который дают на Мемориале Знаменских их сподвижники.

Важнейшее направление современного спортивного ритуала — простота, отход от устаревших канонов, многие из которых основывались на многовековой практике воинского церемониала. Вторая тенденция — краткость, лаконичность отдельных элементов. Третье требование — яркость, красочность. И, наконец, четвертое — обогащенность звуковым сопровождением — музыкой, звуковыми сигналами, дикторским текстом. Эти основные требования ложатся в основу при разработке сценария спортивного спектакля — точной последовательности всех моментов с указанием их продолжительности.

При осуществлении разработанного сценария нужно помнить два важных требования. Первое — своевременность: тот или иной элемент спортивного ритуала должен следовать непосредственно за причиной, его вызвавшей. Скажем, награждение победителей должно проводиться в наиболее короткие сроки после окончания соревнования по данному виду программы. Второе — краткость: наименьшее количество пауз, не вызванных закономерными причинами. Отсюда — полная готовность всех

служб к моменту начала, скажем, церемонии награждения.

Церемония открытия, предшествующая соревнованиям или их вечерней части, может начинаться либо торжественным выходом команд, либо, что менее желательно, построением команд перед центральной трибуной.

За несколько минут до объявленного начала открытия подается звуковой сигнал, например позывные Всесоюзного радио «Широка страна моя родная...» два или три раза. Сразу же после сигнала следует дикторский текст такой продолжительности, чтобы его окончание точно совпало с объявленным началом церемонии. Для этого дикторский текст заранее хронометрируется и его начало с точностью до секунды указывается в сценарии.

Дикторский текст сменяется какой-нибудь звуковой «отбивкой». Например, если соревнование проводится в Москве, можно включить магнитофонную запись перезвона и боя кремлевских курантов. Число ударов должно соответствовать объявленному времени открытия соревнования. После звуковой

вой группе лучшее время в беге на 100 и 200 м имел В. Кухмистров — 13,6 и 29,7, во второй группе В. Проценко 13,6 и 29,2. Средние результаты в обеих группах на 100 м вначале были одинаковы — 13,9, а на 200 м время второй группы было на 0,4 сек. лучше.

После года занятий в первой группе средние результаты были выше на 0,8 сек. на 100 м и на 2,8 сек. на 200 м, во второй на 1,2 сек. и 2,8 сек. После двух лет занятий средние результаты второй группы были выше на 0,6 сек. на 100 м и 1,0 сек. на 200 м. В первой группе лучшим был В. Татаев — 11,8 и 25,0, во второй группе В. Павелко — 11,3 и 23,1.

После трех лет занятий средние показатели были улучшены в первой группе на 2,1 сек. и 5,7 сек., во второй на 2,8 сек. и 6,1 сек., а в итоге во второй группе они оказались выше на 0,7 сек. на 100 м и 0,8 сек. на 200 м по сравнению с первой группой.

Таким образом, у занимающихся второй группы мы видим более быстрый рост спортивных результатов, а ведь юноши выполняли очень мало упражнений на воспитание скоростной выносливости, в то время как занимающиеся первой группы выполняли программу, направленную на воспитание скорости и скоростной выносливости.

Большой контраст представляют и достижения лучших бегунов: В. Татаев из первой группы показал 11,5 и 24,0, а В. Павелко из второй группы 10,7 и 22,6.

Проведенный эксперимент позволил сделать следующие выводы: начальная подготовка будущего спринтера должна прежде всего строиться с уче-

том специализации, а не только на основе многоборности. ОФП в начальной подготовке должна иметь специализированный характер. Основным направлением в тренировке юного бегуна с первых же шагов должно быть воспитание скорости, «специальной» силы и совершенствование техники бега. Работать над скоростью, силой и техникой необходимо в течение всего года

(подготовительного и соревновательного периодов тренировки). Воспитание скоростной выносливости на этапе начальной подготовки спринтера осуществляется лишь частично, основную работу в этом направлении следует проводить при достижении в беге на 100 м результата 10,8—11,0.

Георгий МАКСИМЕНКО,
аспирант ВНИИФКа

Таблица 1

Результаты в беге на 100 и 200 м у юношей первой группы

Фамилия	Начальный результат		После года занятий		После двух лет		После трех лет		Улучшение за 3 года	
В. Кухмистров	13,6	29,7	12,9	27,4	12,3	26,0	11,8	24,6	1,8	5,1
В. Татаев	13,8	29,9	12,8	26,5	11,8	25,0	11,5	24,0	2,3	5,9
П. Охрименко	14,0	30,2	13,1	27,5	12,3	25,8	11,7	24,1	2,3	6,1
В. Левшин	13,9	30,0	13,0	27,3	12,6	25,4	11,7	24,2	2,2	5,8
И. Колесник	14,2	30,8	13,5	27,8	12,9	26,5	12,0	25,2	2,2	5,6
В. Полубедов	14,2	30,6	13,6	28,0	13,0	26,9	12,2	25,4	2,0	5,2

Таблица 2

Результаты в беге на 100 и 200 м у юношей второй группы

Фамилия	Начальный результат		После года занятий		После двух лет		После трех лет		Улучшение за три года	
В. Павелко	13,8	29,6	12,5	26,2	11,3	23,1	10,7	22,6	3,1	7,0
К. Булавин	14,0	30,4	12,7	27,0	11,5	23,9	11,0	23,4	3,0	7,0
С. Будков	13,8	29,5	12,9	27,8	11,9	25,8	11,0	23,8	2,5	5,7
А. Дейниченко	14,0	30,0	12,8	27,1	12,0	25,8	11,4	24,0	2,6	6,0
В. Сабуренков	14,2	30,2	13,0	27,9	12,0	25,4	11,3	24,2	2,5	6,0
В. Проценко	13,6	29,2	12,6	26,0	12,1	25,6	11,6	24,4	2,0	4,8



Торжественное открытие соревнований на Большой спортивной арене в Лужниках

«отбивки», если участников на стадионе еще нет, дается запись выходного марша. Затем следует выход принимавших парад, рапорт командующего парадом и речь принимающего парад продолжительностью не более 3—4 минут.

Принимающий парад либо диктор объявляет, что право выноса флага предоставлено лучшим спортсменам. Под звуки марша группа спортсменов выносит Государственный флаг Советского Союза и укрепляет его на тресе флагштока. Принимающий парад произносит фразу: «Соревнования объявляю открытыми». Фраза служит сигналом для начала подъема флага и исполнения Государственного гимна Советского Союза или гимна союзной республики.

В последнее время на параде открытия соревнований получили распространение вручение подарков, сувениров, цветов командам как гостей, так и хозяев.

Хотелось бы предостеречь составителей сценария от перегруженности текста командными словами типа: «К выносу флага стоять смирно!», «Флаг вынести!», «На флаг смирно!», «Флаг поднять!», «Шагом марш!» и т. д. Звучать должны только те команды, без которых нельзя обойтись.

Наступает очередь проведения торжественного марш-парада. С началом марша колонны участвующих команд проходят вдоль центральной трибуны. Во время прохождения колонны вдоль центральной трибуны звучит дикторский текст о каждой из команд, который накладывается на основной музыкальный фон. Текст должен быть рассчитан так, чтобы он заканчивался к моменту прохождения каждой командой отрезка прямой перед центральной трибуной.

В последнее время, особенно при проведении личных соревнований, где невозможно вывести на парад равные команды, а также соревнований в закрытом помещении, практикуется не парад участников, а парад знамен. Для примера приводится сокращенный сце-

нарий открытия III Международных соревнований во Дворце спорта Центрального стадиона имени В. И. Ленина. Сценарий интересен тем, что почти вся церемония проходит в затемненном зрительном зале с широким использованием светотехники.

17 февраля 1968 г.

16.56 — позывные Всесоюзного радио «Широка страна моя родная...» Вступительный дикторский текст, заканчивающийся словами: «Итак, легкоатлеты 10 стран начинают сегодня свои соревнования во Дворце спорта Центрального стадиона имени Владимира Ильича Ленина».

С началом этой фразы в зрительном зале медленно гаснет свет. 17.00 — перезвон и 5 ударов кремлевских курантов.

Во время перезвона и боя курантов из-за кулис в темноте выходят юные знаменосцы с флагами стран и выстраиваются в одну шеренгу с интервалом 1,5 метра. Одновременно с пятым ударом мощные прожекторы высвечивают шеренгу знаменосцев.

Включается запись марша. Шеренга знаменосцев начинает движение к центру зала, сопровождаемая лучами прожекторов. Достигнув середины зала, шеренга знаменосцев начинает захождение «правое плечо вперед» и выстраивается параллельно центральной трибуне.

Звучат фанфары. Дикторский текст: «Традиционные международные соревнования по легкой атлетике во Дворце спорта Центрального стадиона имени Владимира Ильича Ленина с участием спортсменов (перечисляются страны) объявляются открытыми!»

Прожекторы, освещающие знаменосцев, гаснут. Высвечивается флаг СССР под потолком Дворца. Звучит запись Государственного гимна СССР.

С окончанием Гимна СССР прожекторы вновь освещают шеренгу знаменосцев. Фонограмма марша. С первыми тактами шеренга начинает обратное построение и уходит за кулисы. Зал медленно освещается.

Все большее распространение получает еще одна разновидность спортивного ритуала — представление участников перед стартом или перед финалом. Место для этого выбирается поблизости от места соревнования. Вместе с именем и фамилией спортсмена должно называться его спортивное звание и наивысший титул, например, «олимпийский чемпион» и т. д.

Церемония награждения победителей должна проводиться только после

проверки полной готовности всех служб. Выход награжденных и награждающих лучше проводить без привлечения внимания зрителей. «Зрительная» часть награждения начинается по звуковому сигналу — записи фанфар средней продолжительности. Затем читается лаконичный текст награждения. Произнесенная фамилия служит для спортсмена сигналом занять место на пьедестале. По мере занятия спортсменами мест на пьедестале вручаются спортивные регалии. На большинстве соревнований исполняется запись туша, а в ряде случаев производится подъем флага страны-победительницы (или союзной республики) и исполняется Государственный гимн страны-победительницы (или гимн союзной республики). Уход спортсменов от пьедестала должен проходить так же организованно, как и выход.

В последнее время получает распространение награждение победителей сразу же после финиша. В этих случаях спортсменам вручают (разумеется, заранее предупредив их) незаполненные дипломы и негравированные призы и медали, с тем чтобы произвести заполнение дипломов и гравировку после награждения.

Церемония закрытия соревнований аналогична по своей структуре церемонии открытия, но значительно проще и содержит меньшее число отдельных элементов. Закрытие начинается с выхода команд в порядке мест, занятых в только что закончившемся состязании. Рапорт не отдается. Принимающий парад или главный судья соревнований произносит краткую речь — сообщение о спортивно-технических результатах. Проводится вручение главного приза. Капитану или нескольким участникам команды-победительницы предоставляется право опустить флаг. После фразы «Соревнования объявляются закрытыми» флаг под звуки гимна опускается. Далее можно провести круг почета для команды-победительницы либо сразу парад закрытия, когда команды проходят перед центральной трибуной и уходят со стадиона, либо последовательно и круг почета, и парад закрытия. Взамен парада команд можно и на закрытии состязаний проводить парад знамен.

В заключение хотелось бы остановиться на таком существенном аспекте праздничности, как участие в проведении соревнований в той или иной форме ветеранов и недавно закончивших свою спортивную деятельность, и выступавших много лет назад. На большинстве соревнований ветераны должны выходить вместе с принимающими парад на открытия и закрытия (с обязательным объявлением об этом), выносить призы, участвовать в параде вместе с молодежью, поднимать флаг первенства, вручать призы, медали и дипломы победителям, давать торжественные старты... Впрочем, можно отыскать еще немало случаев, когда ветеран сможет потрудиться для пропаганды спорта. Следует только не ограничиваться объявлением имени и фамилии, а постараться одной-двумя фразами дать краткую характеристику его спортивных заслуг.

Владимир РОДИЧЕНКО,
судья всесоюзной категории

На весенних матчах...

Состязания в Днепропетровске сильнейших легкоатлетических команд страны явились первым серьезным испытанием для наших легкоатлетов в олимпийском сезоне. Правда, нужно отметить, что в командах РСФСР, Украины, Москвы и Ленинграда отсутствовали многие сильнейшие спортсмены, выступавшие в эти дни за рубежом. Однако большинство легкоатлетов, выступивших на матче, являются кандидатами в олимпийскую команду и по их результатам можно судить о плодотворности зимне-весенней подготовки, уровне спортивной формы и готовности штурмовать олимпийские рубежи. Но прежде чем перейти к анализу спортивных результатов матча, хотелось бы вновь, в который уже раз(!), остановиться на недостатках в организации состязаний, которые с завидным постоянством повторяются каждый год.

После прошлогоднего матча этих же команд в Ленинграде наш журнал, отмечая серьезные ошибки в составлении программы, писал: «А судьям каково!? Одновременно с разных концов стадиона к центру поля летят копья и диски. А в центре судьи... Куда смотреть? То ли искать отметку, сделанную диском Хмелевской, то ли спасаться от снаряда, брошенного могучей рукой Балуба».

Эта же картина с фотографической точностью повторилась и на стадионе в Днепропетровске. Вновь «на отшибе» выступали метатели молота. На запасном стадионе не было даже мест для зрителей. И, видимо, поэтому организаторы состязаний (главный судья В. Шипуков) даже не удосужились выставить здесь демонстрационные «книжки», и зрители, стоявшие вокруг поля, могли лишь догадываться о результатах, показанных нашими богатырями. Думается, что сильнейшие в мире советские метатели молота заслуживают большего внимания.

Неточное соблюдение времени начала очередных видов программы привело к тому, что, например, в первый день метательницы диска начали состязания с 30-минутным опозданием, что, конечно, существенно повлияло на результаты. А ведь некоторые виды начались с еще большим опозданием! Вряд ли целесообразным было и решение судейской коллегии провести бег на 10 км в конце второго дня состязаний, когда уже закончилась борьба на всех секторах.

В то же время необходимо отметить работников стадиона «Метеор», которые сумели в рекордно короткий срок — 27 часов — уложить на дорожках и секторах новое резиново-битумное покрытие. Заслуживают благодарности и местные партийные, комсомольские и спортивные организации, сделавшие все возможное, чтобы матч прошел на высоком уровне.

В начале сезона спринтеры приятно удивили нас целым рядом достаточно

высоких результатов, но вот настал первый экзамен и... вновь 10,5! Конечно, отрадно, что это достижение молодого бегуна В. Борзова, но ведь среди участников стартовали и А. Хлопотнов и А. Лебедев, которые уже пробегали «стометровку» значительно быстрее. Ничем не проявили себя и наши лучшие бегуны — В. Полкова, М. Ткаченко, Г. Бухарина. И дело здесь не в недостатке скорости. Ведь те же спортсменки буквально преображаются, когда бегут в эстафете (кстати, они пробежали круг за 44,7). По-видимому, сказывается старая болезнь — неумение быстро и ненапряженно бежать со старта.

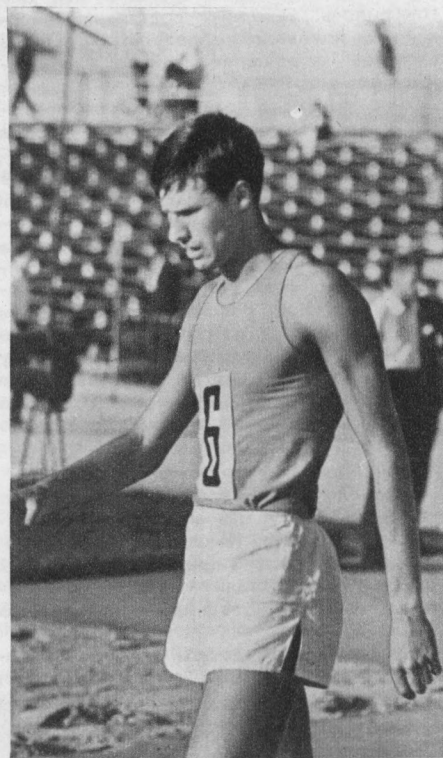
Несколько лучше картина на 200-метровой дистанции, где Л. Самотесова, В. Борзов и Б. Савчук показали неплохие для начала сезона секунды. Удивляет робость, с которой выступали М. Ткаченко, молодая М. Никифорова и, особенно, И. Хлопов. Хлопов очень неудачно выступил и на дистанции 400 м. Причины его слабого выступления пока неясны, так как зимой и весной он тренировался достаточно много и интенсивно. Результат Б. Савчука на 400 м можно признать лишь удовлетворительным, да и то только для первого старта. Бегун повысил свою скорость, а вот со скоростной выносливостью дело по-прежнему обстоит неблагоприятно.

Ниже всякой критики выступали мужчины, кандидаты в сборную команду в беге на средние дистанции. С такой манерой бега, с таким настроением нечего и думать о выполнении олимпийских нормативов и победах на международных состязаниях.

Полную противоположность забегам средневики представляла борьба на дистанциях 5 и 10 км и стипль-чезе. Спортсмены бежали с явным намерением добиться победы с высоким достижением. Не случайно именно в этих трех видах было показано пять результатов, превышающих норматив мастера спорта международного класса. Думается, что если бы в беге на 3000 м с/п приняли участие В. Кудинский и А. Курьян, их борьба с Л. Народицким, А. Морозовым и Ю. Рыбаченко могла завершиться мировым рекордом.

В отсутствие В. Чистякова никто из барьеристов не смог пробежать 110 м с/б быстрее 14,0. Далеко от своей лучшей формы А. Михайлов — он очень неуверенно взял старт, да и в беге не чувствуется прежней уверенности и мягкости движений. В прошлом сезоне надежды подавал Ю. Подтергер, показавший осенью 13,9. Однако на матче он выглядел, как новичок. Всех нас радует возвращение в строй В. Анисимова. Ветеран еще не полностью оправился после болезни, но одержал две победы, а его молодые товарищи вновь ничего не смогли ему противопоставить. Не утешительны и итоги бега на 80 м с/б, где ни одна спортсменка не «выбежала» из 11,0.

Подлинно олимпийский дух продемонстрировал в секторе для прыжков



Отлично выступал на матче в Днепропетровске москвич Валентин Гаврилов. В прыжках в высоту он одержал победу с результатом 2,20

в высоту В. Гаврилов. Из-за непривычного грунта он был очень напряжен в разбеге, и каждая высота давалась ему с трудом. Однако спортсмен сумел «собраться» и показал отличный результат. В то же время огорчает выступление А. Мороза. Следует напомнить, что и нынешней зимой Мороз выступал хуже, чем в прошлом сезоне.

Никто не смог помешать Л. Борковскому в отсутствие И. Тер-Ованесяна выиграть прыжки в длину. Однако спортсмен в каждой попытке стремился улучшить результат и только последствия травмы помешали ему превзойти 8-метровый рубеж. У женщин неплохо выступили Т. Талышева и Т. Бычкова. Причем у Татьяны младшей есть еще большие резервы скорости в разбеге и, возможно, уже в июле мы увидим ее прыжок «в район» 6,50.

В тройном прыжке и прыжке с шестом наиболее перспективны сейчас Г. Бессонов, выступавший вне конкурса (16,34), и молодой Ю. Исаков, которого выгодно отличает от остальных шестовиков высокая скорость разбега.

В толкании ядра, кроме Н. Чижовой, выступавшей, как всегда, на высоком уровне, необходимо отметить москвичку

И. Солонцову. Она выступала с большим подъемом и сумела стать мастером спорта международного класса. Думается, что вскоре его будет превзойден и рубеж 17 м.

В метании диска у мужчин только выступление В. Ляхова вселяет надежду, что будет превзойден олимпийский норматив в этом виде. У женщин, как уже говорилось, поддержка составлений несомненно повлияла на результаты. Очень сложное положение сейчас у копье-метательниц. Видимо, тренерам сборной нужно серьезно разобраться в причинах такого массового снижения уровня мастерства.

Несколько слов об итогах командной борьбы. По существу, лишь спортсмены Украины и РСФСР претендовали на победу. Перед последним видом — бегом на 10 км — украинцы выигрывали 3 очка у соперников, но успешное выступление бегунов Российской Федерации принесло победу их команде. Спортсмены Москвы и Ленинграда вели борьбу только за третье место. Во многом это объясняется отсутствием целого ряда сильнейших атлетов, выступающих в это время за рубежом.

Немало кандидатов в олимпийскую сборную выступало и на других матчах — в Таллине, Кишиневе и Ташкенте. Но, к сожалению, лишь немногие из них продемонстрировали мастерство, соответствующее требованиям олимпийского сезона.

В Кишиневе удачно выступали прыгуны — Н. Брынцева, показавшая один

из лучших своих результатов в прыжках в высоту — 1,76, и Л. Выгодман, победившая в прыжках в длину. У мужчин лучшие результаты также зафиксированы у прыгунов. Необходимо отметить слабое выступление М. Окрошидзе в толкании ядра и, особенно, К. Гордземашвили в метании копья, показавшего всего 69,84, что на 8 м хуже его прошлогоднего результата. В командном первенстве «по привычке» победили спортсмены Грузии, а вот на второе место вышла команда Молдавии, которая в прошлом году была лишь третьей.

В Ташкенте хорошо пробежала 80-метровую барьерную дистанцию В. Корсакова. Ей, единственной из всех кандидатов в сборную, удалось показать время лучше 11 секунд, а в беге на 100 м с/б она установила всесоюзное достижение 14,1. Неплохо выступила также метательница копья С. Кателина — 53,54.

По количеству кандидатов в сборную состязания в Таллине уступали лишь днепропетровскому матчу. Однако большинство из них не последовало примеру Р. Клина и Я. Лусиса, показавших отличные результаты, и предпочло ограничиться лишь борьбой за командную победу. Это особенно относится к бегунам на средние и длинные дистанции — Р. Тэльпу, М. Вильту, Г. Хлыстову. У женщин заслуживают внимания лишь результаты Х. Ринги в прыжках в длину и Х. Мяги в барьерном беге, а у мужчин Э. Лиепиньша в прыжках с шестом и Л. Магоне в прыжках в длину.



Вскоре после весеннего матча Валентина Зверт на состязаниях в Риге метнула копье на 56,46

В прошлом году команда Белоруссии в подобном матче уступила только команде Латвии, а сейчас она пропустила впереди коллектив эстонских спортсменов. А ведь были времена, когда белоруссы состязались с четверкой сильнейших команд страны!

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

30—31 мая. Днепропетровск. Центральный стадион «Метеор»

Женщины. 100 м. Г. Бухарина (М) 11,8; Л. Самотесова (Р) 11,9; В. Полкова (Р) 12,0; Л. Ткаченко (У) 12,1; Н. Филиппова (Л) 12,1; Г. Митрохина (М) 12,2. **200 м.** Л. Самотесова 23,6; В. Полкова 24,1; Г. Бухарина 24,6; Л. Ткаченко 24,7; Н. Гаврилова (Л) 24,9; Н. Филиппова 25,0. **400 м.** Т. Белицкая (М) 55,6; В. Ключникова (Л) 56,0; Т. Ковалевская (Р) 56,2; Л. Есина (Р) 56,5; Н. Александрова (У) 56,6; Л. Домнина (Л) 56,6. **800 м.** В. Ключникова 2,07,6; Р. Диястинова (Р) 2,08,0; Л. Брагина (Р) 2,09,0; А. Колесникова (М) 2,09,0; О. Кушнир (У) 2,10,1; М. Иванова (Л) 2,12,0. **80 м с/б.** Г. Кузнецова (Р) 11,1; Р. Ларионова (Р) 11,2; Л. Алфеева (М) 11,2; Л. Борзинец (У) 11,2; Н. Жарикова (Л) 11,3; Н. Вецкая (Л) 11,3. **100 м с/б.** Л. Хитрина (У) 14,1; Г. Кузнецова 14,3; М. Смирнова (Л) 14,4; С. Нестеренко (У) 14,5; А. Задонцова (Р) 14,7; Н. Супун (М) 14,8. **4×100 м.** РСФСР-I 46,1; Москва-I 46,3; РСФСР-II 46,8; Ленинград-I 47,0; УССР-I 47,4; Ленинград-II 47,4. **Высота.** В. Грушклина (Л) 1,76; К. Пушкарева (Р) 1,76; В. Козырь (У) 1,73; Н. Масюткина (Р) 1,65; Т. Ченчик (М) 1,65; Г. Костенко (М) 1,65. **Длина.** Т. Талышева (М) 6,36; Т. Бычкова (М) 6,31; Л. Елисеева (Л) 6,28; Л. Погребняк (Р) 6,13; Г. Береславская (Р) 6,04; А. Гаева (У) 6,03. **Ядро.** Н. Чинова (Л) 17,91; И. Солонцова (М) 16,84; Г. Зыбина (Л) 16,10; 16,10; Г. Сидельникова (Р) 15,50; Г. Некрасова (М) 15,26; О. Корягина (Л) 14,31. **Диск.** Л. Хмелевская (Р) 53,92; Л. Муравьева (М) 53,56; Н. Татаринцева (Л) 51,50; Н. Варанова (Л) 49,90; И. Солонцова 49,06; А. Ельчина (У) 48,94. **Копье.** В. Зверт (У) 53,38; С. Королева (Р) 50,42; Н. Маракина (У) 48,34; В. Попова (М) 46,62; Е. Горчакова (М) 46,60; М. Москаленко (Л) 45,88.

Мужчины. 100 м. В. Борзов (У) 10,5; А. Хлопотнов (Р) 10,6; А. Лебедев (М) 10,7; Л. Микишев (М) 10,7; П. Барышков (У) 10,7. **200 м.** В. Борзов 21,0; В. Савчук (Л) 21,1; Л. Микишев 21,3; Ю. Камаев (У) 21,6; Ю. Зорин (Л) 21,6. **400 м.** В. Савчук 46,7; Г. Свистунов (У) 47,2; Ю. Зорин 47,4; В. Юдин (М) 47,6; В. Бычков (М) 47,9; И. Хлопов (Р) 47,9. **800 м.** Е. Аржанов (У) 1,49,6; Н. Мальцев (У) 1,50,3; В. Михайлов (Л) 1,50,4; Г. Абаков (Л) 1,51,1; В. Колесников (М) 1,52,2; И. Иванов (Р) 1,51,2. **1500 м.** И. Поталченко (Л) 3,51,7; А. Самоуков (М) 3,52,1; В. Пантелей (У) 3,52,2; А. Верлан (Р) 3,52,4; А. Курьян (Р) 3,52,8; Ю. Терехов (Л) 3,52,8; **5000 м.** В. Кудинский (У) 13,45,2; А. Макаров (Р) 13,46,6; Р. Шарфетдинов (Л) 13,49,6; И. Шопша (Р) 13,52,8; Е. Лебедев (Л) 13,56,8; С. Байдуков (У) 14,00,0. **10 000 м.** Н. Свиридов (Р) 28,34,4; В. Алапов (Р) 28,34,4; В. Свешников (У) 29,00,0; В. Едимов (У) 20,19,8; В. Игумнов (М) 29,59,8; **110 м с/б.** А. Синицын (У) 14,1; А. Михайлов (Л) 14,2; А. Демус (У) 14,2; Б. Пишулин (Л) 14,2; О. Степаненко (М) 14,4; Е. Мазепа (У) 14,6. **200 м с/б.** В. Анисимов (У) 23,1; А. Казаков (М) 23,2; А. Синицын 23,3; О. Степаненко 23,5; Э. Ковалев (Л) 23,7. **400 м с/б.** В. Анисимов 51,4; А. Казаков 51,6; Ю. Синяков (У) 52,4; В. Ометов (Р) 53,2; Э. Ковалев 53,3; В. Королев (М) 53,6. **3000 м с/п.** Л. Нарсидицкий (Л) 8,29,6; А. Морозов (Р) 8,30,6; Ю. Рыбаченко (М) 8,32,8; Н. Драчев (У) 8,38,8; Н. Гнедой (Р) 8,43,6; И. Бе-

ляев (У) 8,48,6. **4×100.** УССР-II 40,8; Москва-II 41,0; РСФСР-I 41,1; Москва-I 42,1; РСФСР-II 42,6. **4×400 м.** Москва-I 3,09,2; УССР-I 3,12,2; Москва-II 3,12,4; Ленинград-I 3,12,7; РСФСР-I 3,13,1; УССР-II 3,16,5. **Ходьба 20 км.** Б. Яковлев (У) 1:30,39,0; С. Бондаренко (Л) 1:31,41,8; Г. Сысоев (Л) 1:33,34,0; В. Вавилов (Р) 1:34,24,8; Е. Торгов (Р) 1:35,21,6; В. Царев (У) 1:35,43,0. **30 км.** Л. Кокорев (Р) 2:26,28,8; Г. Агапов (Р) 2:26,28,8; Е. Люнгин (М) 2:27,14,4; С. Григорьев (Л) 2:27,32,8; А. Пенек (У) 2:27,47,5; В. Важенков (М) 2:27,52,0. **Высота.** В. Гаврилов (М) 2,20; В. Абрамов (М) 2,10; А. Хмарский (У) 2,05; А. Мороз (У) 2,05; Ю. Тармак (Л) 2,05; А. Шигин (Р) 2,00. **Длина.** Л. Борковский (У) 7,83; В. Сацевич (М) 7,69; А. Пономаренко (Р) 7,56; Н. Авилов (У) 7,50; П. Барышков (У) 7,45; С. Сауляк (М) 7,35. **Тройной.** В. Кравченко (У) 16,16; Г. Савлевич (У) 16,16; Н. Шеглов (Р) 15,84; А. Войко (У) 15,61; В. Бернадский (М) 15,51; А. Кайнов (Л) 15,41. **Шест.** В. Талалай (Л) 4,90; Ю. Исаков (Р) 4,80; Ю. Волков (У) 4,80; А. Жулин (М) 4,60; В. Куратов (М) 4,40; В. Шульга (У) 4,40. **Ядро.** Э. Гуштин (Р) 18,33; Н. Карасев (М) 17,84; В. Войкин (Л) 17,18; С. Трилис (У) 16,68; В. Березуцкий (У) 16,47; П. Ситников (М) 16,22. **Диск.** В. Ляхов (Р) 58,92; В. Ковтун (У) 56,72; В. Трусенов (Л) 54,98; В. Бахтин (У) 53,58; В. Светайло (Л) 53,48; К. Буханцов (М) 52,60. **Копье.** А. Валуев (Р) 79,18; В. Горовой (М) 75,96; Н. Шагалов (Р) 75,48; В. Терентьев (Л) 73,80; Н. Митрохин (М) 70,24; Ю. Шурхал (У) 69,68. **Молот.** А. Бондарчук (У) 68,66; Г. Кондрашов (Р) 68,26; Ю. Никулин (Л) 66,50; В. Левитанус (Л) 65,56; А. Максимов (У) 64,72; В. Хмелевский (Р) 64,56.

Командные результаты: РСФСР — 796,5, Украинская ССР — 792,5, Москва — 742, Ленинград — 665.

30—31 мая 1968 г. Кишинев, Республиканский стадион

Женщины. 100 м. В. Кутателадзе (Г) 12,1; С. Коваленко (М) 12,2; Н. Ломидзе (Г) 12,3. **200 м.** В. Кутателадзе (Г) 24,6; С. Тарасова (М) 25,5; Л. Сошенко (Аз) 25,8. **400 м.** В. Николаева (Аз) 58,6; А. Чижинова (Аз) 59,0; Л. Коркотадзе (Г) 59,5. **800 м.** М. Лунгу (М) 2,15,8; Л. Подтальская (М) 2,18,2; Л. Побока (Г) 2,27,0. **80 м с/б.** Л. Иевлева (Г) 11,0; Л. Выгодман (М) 11,1; Т. Рожманова (Г) 11,2. **100 м с/б.** Г. Измайлова (Аз) 15,3; Т. Рожманова (Г) 15,4; Н. Габехадзе (Г) 15,6. **4×100 м.** Грузинская ССР (Л. Иевлева, Т. Рожманова, Г. Кононенко, В. Кутателадзе) 47,6; Молдавская ССР 48,7; Армянская ССР 50,0. **Длина.** Л. Выгодман (М) 6,29; Л. Иевлева (Г) 6,16; Э. Воснякин (Ар) 5,80. **Высота.** Н. Брынцева (Аз) 1,76; С. Юдина (Аз) 1,60; Н. Мышкова (М) 1,60. **Ядро.** Е. Биримберг (Г) 14,41; М. Татарашвили (Г) 14,19; Г. Мельник (Ар) 13,84. **Копье.** Г. Липартелиани (Г) 44,46; С. Польш (Г) 42,94; А. Вотиарь (Г) 42,46. **Диск.** Г. Мельник (Ар) 48,96; Л. Тугуши (Г) 46,36; З. Лефтий (М) 44,10.

Мужчины. 100 м. А. Корнелюк (Аз) 10,6; Г. Вдовин (М) 10,7; Ю. Кашеев (М) 10,7. **200 м.** Г. Вдовин (М) 21,9; А. Андреев (Г) 21,9; Е. Кондратьев (Г) 22,0. **400 м.** В. Азаров (М) 49,0; А. Филиппов (Аз) 49,0; А. Андреев (Г) 49,6. **800 м.** В. Замков (Ар) 1,51,7; А. Горбунов (М) 1,51,9; И. Зейнал-Оглы (Г) 1,53,7. **1500 м.** В. Замков (Ар) 3,51,8; В. Гордиенко (Аз) 3,52,8; А. Горбунов (М) 3,53,5. **5000 м.** Н. Павленко (Аз) 14,23,8; А. Каримов (М) 14,47,6; Н. Аримак (М) 14,53,2. **10 000 м.** А. Мхитарян (Ар) 30,31,0;

А. Голуб (М); А. Курзанов (Г) 31.02,8. 110 м с/б. А. Мошняшвили (Г) 14,9; Г. Лисин (Аз) 15,0; П. Панквич (М) 15,4. 200 м с/б. Г. Лисин 24,5; А. Мошняшвили 24,6; А. Стативка (М) 24,7. 400 м с/б. Ф. Колесниченко (М) 54,6; В. Нефедов (М) 55,6; Э. Алиев (Аз) 55,8. 3000 м с/п. Голуб (М) 8.57,3; В. Комаров (Ар) 9.13,4; Е. Кашников (Аз) 9.16,7. 4×100 м. Азербайджанская ССР (А. Шестаков, А. Овчинников, А. Филиппов, А. Корнелюк) 41,5; Молдавская ССР 41,9; Грузинская ССР 42,1. 4×400 м. Грузинская ССР (Т. Бахтадзе, Т. Мдинарадзе, Е. Кондратьев) 3.20,0; Молдавская ССР 3.20,9; Азербайджанская ССР 3.21,6. **Ходьба 20 км.** И. Делла-росса (Г) 1:35.02,2; Ю. Кушнерев (М) 1:38.36,4; Р. Гогешвили (Г) 1:39.44,4; **Ходьба 30 км.** А. Щербина (Г) 2:23.02,6; Г. Гутпельц (Ар) 2:24.26,6; В. Павлов (Г) 2:35.19,2. **Высота.** В. Большов (М) 2,12; Р. Амбарян (Ар) 2,09; К. Скрипченко (М) 2,03. **Длина.** В. Санеев (Г) 7,69; В. Комлев (Аз) 7,25; В. Любимов (М) 7,23. **Тройной.** В. Санеев (Г) 16,16; Л. Дарахвелидзе (Г) 15,64; С. Манукян (Ар) 15,50. **Шест.** А. Гамалы (М) 4,65; В. Добрянский (М) 4,00; В. Коржев (Аз) 4,00. **Ядро.** М. Окросидзе (Г) 16,85; С. Осипов (Аз) 15,76; В. Опря (М) 14,25. **Копье.** В. Белан (М) 73,08; Н. Раздайбин (М) 71,22; С. Гордземашвили (Г) 69,84. **Диск.** Г. Гудашвили (Г) 55,0; В. Опря (М) 50,60; М. Шпак (М) 48,34. **Молот.** Е. Коновалов (Аз) 61,32; Г. Есаян (Ар) 56,76; А. Одишвили (Г) 54,76.

Командные результаты: Грузинская ССР — 436,5; Молдавская ССР — 401; Азербайджанская ССР — 331,5; Армянская ССР — 241.

От редакции. Итак, состоялась первая проба сил ведущих легкоатлетов Советского Союза, началась серия летних состязаний, которая завершится чемпионатом страны.

Первыми стартами олимпийского сезона стали состязания сильнейших легкоатлетов страны в Леселидзе, традиционные весенние матчи союзных республик, городов Москвы и Ленинграда, международных состязания в Болгарии, ГДР, встреча спортсменов-студентов трех стран в Италии, традиционные состязания легкоатлетов социалистических стран — «Динамиада». И это не считая состязаний в городах и республиках на призы «Открытия сезона». Словом, на протяжении двух недель состоялась целая серия всевозможных соревнований и выступили в них все без исключения лучшие наши атлеты.

Как известно, Федерация легкой атлетики СССР объявила открытый конкурс на замещение вакантных пока мест в олимпийской сборной команде страны. И вот заполнение вакансий началось. Правда, пока установленные требования и нормативы выполняют лишь отдельные атлеты, но, без сомнения, с каждым состязанием их будет становиться все больше. Во всяком случае, темпы вхождения спортсменов в наилучшую соревновательную форму не вызывают опасений у руководителей Федерации легкой атлетики страны. Итоги прошедших состязаний, в основном, признаны вполне удовлетворительными, за исключением выступлений марафонцев в ГДР. Не высоки результаты, показанные на студенческих соревнованиях в Италии, но они объясняются рядом объективных факторов.

О чем же свидетельствуют итоги прошедших состязаний? Весьма высокие результаты показаны в ряде видов, где мы имеем многолетние, славные традиции, например, в прыжках в высоту у мужчин и женщин, тройном прыжке, метании молота, прыжках в длину и метании копья у мужчин, толкании ядра у женщин, спринтерских эстафетах, стайерском беге и спортивной ходьбе. В других видах достижения пока скромнее, однако можно предположить, что и они вырастут в ближайшее время.

Основанием для этого предположения служит факт появления довольно значительной группы молодых, талант-

ливых спортсменов, имеющих реальные возможности добиться в нынешнем сезоне таких результатов, которые бы позволили им войти в сборную страны. Еще ни разу весенние матчи союзных республик не выдвигали такой группы вероятных кандидатов в сборную СССР.

Вот наиболее яркие представители этой «новой волны». 19-летняя ленинградка В. Ключникова подтвердила закономерность своей победы на недавнем кроссе газеты «Правда». В первый день днепропетровского матча она заняла 2-е место в беге на 400 м, а на следующий день воспитанница тренера Эйдемиллера сумела выиграть бег на 800 м, победив при этом трех соперниц, входящих в состав сборной страны. Эта победа не случайна. Наряду с хорошей подготовкой Ключниковой продемонстрировала качества настоящего бойца.

Немало известных прыгунов воспитал ленинградский тренер Гойхман. В Днепропетровске с блеском выступила еще одна его ученица — 20-летняя В. Грушкина. По выражению одного из тренеров сборной страны, она буквально «ворвалась» в большой спорт. И в ее успехе тоже нет ничего неожиданного. Стоит лишь немного понаблюдать за Грушкиной, чтобы увидеть в ее действиях, поведении на состязаниях, манере прыжков руку опытного наставника. Она выходит на сектор не просто выступать, она выходит бороться за победу. И по мнению специалистов, высота 1,80 является для Грушкиной вполне достижимой в ближайшее время.

Отличились несколько молодых украинских спортсменов. 19-летний В. Борзов, ранее побеждавший в состязаниях юношей и юниоров, одержал первую и, кстати, двойную победу в спринте во «взрослых» состязаниях. В прошлом году Е. Аржанов неожиданно стал победителем молодежного первенства страны. В Днепропетровске он вновь одержал победу, а ведь в числе его соперников были два экс-чемпиона страны ленинградцы В. Михайлов и В. Булышев. В прошлом году начал свой «путь наверх» скороход Б. Яковлев, а теперь он выиграл матч в Днепропетровске с отличным результатом.

В кишиневском матче отличилась Л. Выгодман, прыгнувшая в длину на 6,29. Героями матча в Таллине беспор-

29—30 мая 1968 г. г. Ташкент, стадион Пахтанор

Женщины. 100 м. А. Древина (Кир) 12,2; Ю. Сократова (Каз) 12,4; Р. Бабиц (Уз) 12,5. 200 м. А. Древина (Кир) 25,3; С. Арзумова (Уз) 25,4; Ю. Сократова (Каз) 25,4. 400 м. В. Чицаева (Кир) 55,9; В. Онищенко (Каз) 56,8; Л. Лаврова (Кир) 57,0. 800 м. М. Слободенюк (Каз) 2,13,2; В. Сачивкина (Каз) 2,14,3; Вирокова (Уз) 2,16,0. 80 м с/б. В. Корсакова (Кир) 10,8; Н. Виноградова (Каз) 11,2; Л. Грицай (Кир) 11,4. 100 м с/б. В. Корсакова (Кир) 14,1; С. Андросенко (Каз) 14,7; С. Гапонова (Каз) 14,9. **Эстафета 4×100 м.** Киргизская ССР 48,2; Казахская ССР 48,3; Узбекская ССР 48,5; **Высота.** В. Чулкова (Уз) 1,60; О. Комратова (Каз) 1,60; Г. Сюнина (Кир) 1,55. **Длина.** Г. Кубышкина (Каз) 5,93; В. Ткаченко (Каз) 5,75; Ф. Усейн-Газилова (Уз) 5,73. **Ядро.** Н. Кандело (Уз) 15,38; Л. Шейдина (Каз) 14,39; Р. Уразбекова (Кир) 14,25. **Диск.** К. Бабусенко (Каз) 48,72; Л. Шейдина (Каз) 47,44; С. Карвасецкая (Уз) 45,68. **Копье.** С. Катешина (Уз) 53,54; Г. Скалзубова (Уз) 49,90; В. Лохова (Кир) 47,44.

Мужчины. 100 м. А. Туяков (Каз) 10,7; Н. Верещак (Каз) 10,8; А. Ивановский (Уз) 10,8. 200 м. А. Туяков (Каз) 21,6; В. Кравцов (Каз) 22,0; В. Ситников (Уз) 22,0. 400 м. В. Ситников (Уз) 48,4; А. Сморгков (Каз) 49,2; В. Заварзин (Кир) 49,5.

(Окончание см. стр. 25)

но стали бегуны на 10 000 м и в первую очередь В. Пинка, А. Баранов и А. Нурмекиви. Причем, на наш взгляд, особой похвалы достоин А. Баранов. В середине мая он стартовал в беге на 30 км на среднегорье, через неделю бежал марафон в ГДР, а несколько дней спустя выступил на таллинском матче. И выступил весьма успешно. Это ли не современный подход к воспитанию качеств, необходимых стайером и марафонцем. Перед нами свежий пример чемпиона Европы Ю. Хаазе, который пробежал марафонскую дистанцию за 2 часа 17 минут, а через несколько дней вышел на старт 5-километровой дистанции и показал результат лучше 13.50,0.

До сих пор речь шла о приятных «открытиях» первых состязаний олимпийского сезона. Теперь предстоит разговор о неприятном, о результатах наших бегунов на средние дистанции.

Забег на 800 и 1500 м на матче в Днепропетровске стали классическим примером той порочной тактики, которая намертво укоренилась в среде наших средневики. Схема проста и уже набилась оскомину. Бег компактной группой в невысоком темпе по дистанции, и все решается на финишной прямой.

Когда одного из сильнейших бегунов страны И. Потапенко спросили, а не стыдно ли ему прибегать к подобной тактике, он ответил, что в данном случае для него важнее интересы команды, нужно занять место выше. Но позвольте, уважаемые товарищи — И. Потапенко, В. Михайлов, Р. Митрофанов, О. Райко, С. Крючек, Р. Тэльп и другие лучшие наши средневики, задать вам вопрос: «До каких пор вы будете придерживаться этой, до предела скомпрометировавшей себя, тактики?»

Неужели нельзя выигрывать места с высокими результатами? Разве победа и рекорд исключают друг друга? Ведь Потапенко или Михайлов во время бега в Днепропетровске вели себя мягко говоря, не спортивно. Чемпион СССР С. Крючек утверждает, что уже сейчас он готов пробежать свою коронную дистанцию за 1.46,0. Что ж, это, конечно, хорошо. Но пора от слов переходить к делу и показывать, наконец, кто на что способен. Иначе нашей сборной, видимо, придется отправиться в Мехико без бегунов на средние дистанции.

(По состоянию на 10 июня 1968 г.)

24

Высота	1,78	Нина Брынцева (50) Баку, С	Баку 10.3.1968	Ядро (6,00)	17,09	Сергей Осипов (50) Баку, Нф	Николаев 24.8.1966		
Длина	6,37	Татьяна Бычкова (50) Москва, Т	Ленинград 1.10.1967	Ядро (5,00)	18,01	Александр Таммерт (47) Пайде, Нр	Тапа 26.4.1964		
Ядро	16,60	Надежда Чикова (45) Ленинград, С	Варшава 18.9.1964	Диск (1,5)	54,37	Валерий Беляев (46) Ленинград, ДСШ	Ленинград 23.5.1963		
Диск	51,34	Светлана Веденеева (51) Волгоград, ДСШ	Волгоград 28.4.1968	Копье (800)	68,74	Юрий Кузовкин (52) Москва, ЦСКА	Сочи 4.4.1968		
Копье	54,63	Валентина Попова (45) Москва, С	Москва 4.7.1964	Копье (600)	68,50	Владимир Васин (51) Брест, ДСШ	Минск 25.5.1967		
Троеборье	2552	Тамара Пресс (37) Самарканд, ДСШ	Киев 24.8.1955	Молот (6,00)	62,39	Владимир Амвросьев (48) Минск, С	Минск 8.11.1964		
Пятиборье	4500	Рената Лазе (43) Рига, Дг	Тбилиси 9.10.1961	Молот (5,00)	69,20	Юрий Баландин (51) Ленинград, ДСШ	Кандава 12.5.1968		
		11,6-10,20-1,50-6,14-24,6		Троеборье	2072	Юрий Зубков (37) Баку, Д	Баку 15.11.1953		
				Шестиборье	4344	Владимир Данилов (52) Витебск, ДСШ	Витебск 15—16.5.1968		
				Десятиборье (юношеское)	11,5-6,46-15,33-15,9-39,98-3,60	Исходный норматив			
					6000				
						Девушки (моложе 17 лет)			
						7,4	Галина Камардина (51) Воронеж, ДСШ	Воронеж 7.8.1965	
						11,6	Надежда Бесфамильная (50) Москва, ЦСКА	Ленинград 17.7.1967	
						24,4	Марина Никифорова (50) Ленинград, Б	Москва 27.7.1966	
						56,4	Раиса Никанорова (50) Вологда, ДСШ	Москва 15.7.1966	
						2,13,2	Ниеле Сабайте (50) Вильнюс, Нм	Паневежис	
						11,3	Алдона Масколюняйте (42) Каунас, Ж	Вильнюс 1958	
						48,2	Сборная Литовской ССР (Н. Кармазиняйте, М. Марцинкевичуте, Р. Масионите, А. Скриулскайте)	Вильнюс 29.7.1962	
						4×200 м	«Спартак», Москва (Л. Раменова, Г. Вязанкина, М. Лемеш, М. Волкова)	1957	
						Высота	1,75	Валентина Козырь (50) Черновцы, ДСШ	Черновцы 14.6.1966
						Длина	6,05	Елена Ринга (47) Рига, Дг	Таллин 31.5.1966
						Ядро (4,00)	13,70	Эльвира Сыромятникова (50) Москва, Тр	Кисловодск 21.4.1967
						Ядро (3,00)	15,77	Эльвира Сыромятникова (50) Москва, Тр	Кисловодск
						Диск	45,96	Надежда Ероха (53) Витебск, ДСШ	Витебск 25.5.1968
						Копье	52,92	Марите Алайне (52) Рига, Д	Кандава 20.8.1967
						Троеборье	2626	Татьяна Бычкова (50) Москва, Т	Москва 20.6.1966
						Четырехборье	3427	Татьяна Бычкова (50) Москва, Т	Москва 19—20.1966
						Пятиборье	4101	Татьяна Пушкарева (51) Маргелан, С	Сочи 4—5.4.1968
								12,0-11,69-1,45-5,50-27,5	

800 м. А. Киселев (Уз) 1:53,8; В. Меркин (Уз) 1:54,6; В. Зубанин (Кир) 1:54,8. 1500 м. Ю. Макаров (Кир) 3:52,0; В. Храмов (Уз) 3:54,5; Н. Быков (Кир) 3:55,6. 5000 м. Л. Иванов (Кир) 14:05,4; А. Нормурадов (Уз) 14:18,0; Л. Микитенко (Каз) 14:44,0. 10 000 м. В. Мочалов (Кир) 30:24,4; К. Куку (Каз) 30:54,2; В. Вельх (Каз) 31:01,8. 110 м с/б. А. Плоский (Тур) 14,8; И. Бурундуковский (Каз) 14,9; Д. Кооп (Кир) 15,0. 200 м с/б. А. Полоцкий (Тур) 23,8; В. Чекмарев (Уз) 24,1; А. Шредер (Уз) 24,1. 400 м с/б. О. Подмарев (Тур) 54,1; А. Затлер (Каз) 55,1; Ю. Локтев (Каз) 55,2. 3000 м с/п. А. Бодранков (Каз) 8:53,8; С. Шнякин (Кир) 8:55,0; В. Попов (Кир) 9:15,4; 4×100 м. Казахская ССР 41,6; Узбекская ССР 42,0; Туркменская ССР 42,6; 4×400 м. Киргизская ССР 3:20,8; Казахская ССР 3:21,3; Узбекская ССР 3:21,9. Ходьба 20 км. А. Гурьянов (Уз) 1:47,18,8; Н. Северцев (Каз) 1:48,14,2; С. Малыхов (Каз) 1:50,23,4. Высота. Г. Кутянин (Уз) 2,06; И. Новицкий (Каз) 1,95; Ю. Клещев (Турк) 1,95. Длина. А. Кононов (Каз) 7,45; Ю. Колесников (Уз) 7,08; В. Волобуев (Кир) 7,08. Тройной. Г. Майборода (Уз) 15,34; М. Резобаев (Кир) 15,04; В. Царенко (Уз) 15,01. Шест. В. Султанов (Каз) 4,30; В. Петриченко (Кир) 4,00; Ю. Рушев (Уз) 3,80. Ядро. Я. Киселев (Каз) 17,06; В. Волошин (Каз) 16,26; В. Тарасов (Уз) 15,54. Диск. И. Супроненко (Каз) 50,42; А. Анохин (Каз) 47,50; Р. Зигерт (Кир) 46,84. Копье. В. Вазюкин (Кир) 68,80; Ф. Аганазаров (Тад) 67,17; А. Попов (Уз) 66,07. Молот. Н. Муладжанов (Уз) 61,02; Э. Андрис (Уз) 60,90; Л. Лагуненко (Каз) 57,40.

Командные результаты: Казахская ССР — 602, Узбекская ССР — 515,5, Киргизская ССР — 501, Таджикская ССР — 268, Туркменская ССР — 182,5.

30—31 мая 1968 г. Таллин, республиканский стадион

Женщины. 100 м. В. Маковецкая (Б) 12,0; А. Дундаре (Лат) 12,1; М. Торим (Э) 12,4. 200 м. В. Маковецкая (Б) 24,3; А. Дундаре (Лат) 24,5; Х. Велмер (Э) 25,1. 400 м. Х. Велмер (Э) 55,7; Л. Эрик (Э) 55,8; И. Вербеле (Лат) 56,0. 800 м. Л. Эрик (Э) 2:08,6; С. Штула (Лат) 2:10,2; З. Годанюк (Б) 2:10,4. 80 м с/б. Х. Мяги (Э) 10,9; М. Торим (Э) 11,0; Т. Погорелова (Б) 11,0. 100 м с/б. Т. Погорелова (Б) 14,4; И. Тамберга (Лат) 15,0; Е. Подкопаева (Б) 15,3. 4×100 м. Эстонская ССР (М. Торим, Х. Велмер, Л. Эрик, Х. Мяги) 47,7; Белорусская ССР 48,0; Латвийская ССР

48,2. Высота. И. Эйхмане (Лат) 1,65; М. Мурзайте (Лит) 1,60; М. Воротынцева (Э) 1,60. Длина. Х. Ринга (Лат) 6,34; Е. Рампе (Э) 5,86; В. Чепайте (Лит) 5,72. Ядро. А. Ванюлите (Лат) 14,71; М. Дубограева (Б) 14,34; А. Дагилите (Лит) 14,18. Диск. Х. Партс (Э) 50,00; М. Тишкинайте (Лит) 49,38; А. Гайле (Лат) 47,58. Копье. В. Каледене (Лит) 51,96; Я. Дунаускайте (Лит) 50,40; В. Лайзана (Лат) 49,42.

Мужчины. 100 м. Г. Лява (Б) 10,6; Ю. Силов (Лат) и Л. Павловский (Лат) 10,7. 200 м. Г. Лява (Б) 21,8; П. Люкпетрис (Лат) 21,9; Э. Пюве (Э) 21,9. 400 м. Н. Степченко (Лат) 48,8; К. Кикамяги (Э) 48,9; Б. Нугис (Э) 49,0. 800 м. Р. Тэльп (Э) 1:53,6; М. Паукшенс (Лат) 1:54,0; И. Судник (Б) 1:54,3. 1500 м. У. Рубезис (Лат) 3:50,7; М. Вильт (Э) 3:51,4; А. Томс (Лат) 3:51,9. 5000 м. Г. Хлыстов (Лат) 14:06,6; М. Гайлис (Лат) 14:06,8; К. Ортас (Лит) 14:10,8. 10 000 м. В. Пинка (Лат) 28:51,6; А. Баранов (Лит) 28:53,2; А. Нурмекиви (Э) 28:59,4. 110 м с/б. В. Баляхин (Б) 14,2; К. Юркатамм (Э) 14,4; Ю. Горский (Б) 14,8. 200 м с/б. Э. Загерис (Лат) 23,5; К. Юркатамм (Э) 23,8; К. Эйнис (Лат) 23,9. 400 м с/б. Э. Загерис (Лат) 52,2; Э. Оясту (Э) 53,5; Б. Криштанович (Б) 54,1. 3000 м с/п. Я. Якубовс (Лат) 8:51,4; А. Гедминас (Лит) 8:54,2; И. Руус (Б) 8:55,6. 4×100 м. Белорусская ССР (В. Мелитс, Г. Лява, Г. Зайцев, А. Жуклов) 41,3; Эстонская ССР 41,5; Литовская ССР 42,1. 4×400 м. Латвийская ССР (К. Эйнис, А. Лещинский, Э. Биркманис, Н. Степченко) 3:16,0; Эстонская ССР 3:16,9; Болорусская ССР 3:18,2. Ходьба 20 км. Я. Пылдмаа (Лат) 1:31,22,4; Е. Ивченко (Б) 1:31,50,4; А. Базыленко (Б) 1:32,00,8. 30 км. В. Хролович (Б) 2:24,55,6; В. Базыленко (Лит) 2:26,12,6; Ю. Горбунов (Лат) 2:26,49,8. Длина. Л. Магоне (Лат) 7,62; Т. Лепик (Э) 7,57; В. Кузьменко (Б) 7,46. Шест. Э. Лиешиньш (Лат) 4,80; Ю. Захарин (Б) 4,60; А. Луйгела (Э) 4,50. Тройной. Ю. Лийланд (Э) 16,09; Л. Малиньш (Лат) 15,98; Н. Преображенский (Лат) 15,54. Ядро. А. Таммерт (Э) 17,63; Р. Плунге (Лит) 17,19; А. Ректор (Э) 16,94. Диск. Э. Эрикссон (Э) 55,02; К. Метсур (Э) 52,40; Е. Скапас (Лит) 52,34. Копье. Я. Лвсис (Лат) 86,30; М. Паама (Э) 78,60; В. Фелдманис (Лат) 76,52. Молот. Р. Клим (Б) 72,28; А. Шупляков (Б) 68,16; М. Айнсо (Э) 63,48; вне конкурса А. Балтовский (Б) 65,62.

Командные результаты: Латвийская ССР — 405, Эстонская ССР — 372,5, Белорусская ССР — 348, Литовская ССР — 278,5.

10 ЛУЧШИХ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ СССР

(Рождения 1949 г. и моложе)

ЮНОШИ

ЮНОШИ		14,8 Шкоткин Валерий (50) Дон.А	23,17,0 Куц Петр (49) В.Тр	
100 м		14,8 Пацевко Андрей (49) Лв.В	23,18,4 Резаев Владимир (50) Сар.С	
10,5 Борзов Валерий (49) К.В	15,0 Овчаров Анатолий (49) См.Д	23,22,0 Жимакус Витаутас (50) Кн.Д	23,31,8 Неткачев Александр (49) Кш.ДСШ	
10,5 Аукштулис Римвидас (50) Кн.Д	15,1 Бернштейн Александр (50) Таш.СШМ	23,34,5 Синкевичус Альгис (49) Вс.Тр		
10,6 Корнелюк Александр (50) Бк.Д	15,1 Коробков Евгений (49) Вл.ДСШ	Ходьба 10 км		
10,6 Зайцев Геннадий (50) Зап.Д	15,1 Литвиненко Леонид (49) К.В	45,49,0 Лебедежус Альгис (49) Вс.Нм	45,56,2 Резаев Владимир (50) Сар.С	
10,6 Платонов Виктор (49) Кб.Т	200 м с/б	46,35,0 Арсенюк Виктор (50) Сар.С	46,36,0 Юкшинские Янис (49) Ил.ДСШ	
10,6 Головлев Михаил (50) Яр.В	24,2 Трусов Николай (49) Од.Б	47,16,6 Кузьминых Николай (49) Вг.ДСШ	47,51,6 Фогелис Харий (49) Р.ДСШ	
10,7 Ефремов Владимир (50) К-д.С	24,2 Коровин Сергей (51) Вит.ДСШ	48,07,4 Чумак Валерий (50) Берд.ДСШ	48,13,6 Нотченко Владимир (51) Дон.В	
10,7 Коровин Сергей (51) Вит.Д	24,3 Мазепа Евгений (49) Од.Д	48,18,6 Воолприт Аво (49) К-Я.Нр	48,38,4 Бутвитис Алоизис (49) Кн.Д	
10,7 Кучерявый Александр (49) Вр.В	24,5 Пацевко Андрей (49) Лв.В	Высота		
10,7 Бекаури Олег (49) Тб.Гн	24,6 Калинин Владимир (49) Фр.Д	2,06 Ахметов Рустам (50) Бер.А	2,06 Кирнасовский Евгений (49) Вас.А	
10,7 Трусов Николай (49) Од.В	24,8 Ключков Вячеслав (49) М.В	2,03 Рекшан Владимир (50) Л-д.З	2,03 Луми Вельо (49) Тл.Кл	
200 м		2,03 Чумаков Александр (49) Арм.Д	2,01 Тихонов Петр (50) Ив.С	
21,4 Борзов Валерий (49) К.В	24,8 Коробков Евгений (49) Вл.ДСШ	2,00 Калеников Борис (50) Д-п.ДСШ	2,00 Шигин Александр (49) Ив.С	
21,5 Кучерявый Александр (49) Вр.В	24,9 Прокопенко Виктор (51) Лв.А	2,00 Батманов Александр (49) Гр.В	Шест	
21,6 Корнелюк Александр (50) Бк.Д	25,0 Носенко Владимир (49) Од.ДСШ	4,40 Исаков Юрий (49) Св.Т	4,40 Федоров Александр (50) Од.Д	
21,7 Трусов Николай (49) Од.В	25,2 Сарбай Александр (50) Мн.Д	4,30 Красножон (49) Л-д.ДСШ	4,25 Гондусов Владимир (50) Р-д.В	
21,7 Платонов Виктор (49) Кб.Т	400 м с/б	4,25 Тананика Евгений (51) Х.С	4,20 Сыроматников Валентин (49) Жд.В	
21,7 Аукштулис Римвидас (50) Кн.Д	53,4 Давыдкин Александр (49) М.В	4,20 Кобляков Юрий (49) Дон.А	4,20 Хейфиц Виктор (49) Дон.А	
22,0 Булатов Валерий (49) К.ДСШ	54,2 Носенко Владимир (49) Од.ДСШ	4,20 Простаков Виктор (49) Х.А	4,16 Палм Арво (49) Тл.Кл	
22,1 Ефремов Владимир (50) К-д.С	54,7 Шкоткин Валерий (50) Дон.А	Длина		
22,1 Лебедев Михаил (50) М.ЦСКА	54,8 Кустов Леонид (49) Гом.Л	7,61 Барибан Михаил (49) Кр.Д	7,48 Магоне Лаймонис (49) Р.Д	
22,1 Скакун Евгений (49) М.ЦСКА	54,9 Полещук Виктор (49) Л-д.Тр	7,42 Коровин Сергей (51) Вит.Д	7,35 Лысенко Вячеслав (50) Кш.Д	
22,1 Бобышев Валерий (50) М.ЦСКА	55,1 Невара Константин (49) Мн.В	7,25 Измистьев Борис (51) М.о.С	7,21 Матвеев Николай (50) Д-п.Л	
22,1 Бекаури Олег (49) Тб.Гн	55,3 Чуприн Юрий (50) К-д.ДСШ	7,17 Карапетов Валерий (49) М.В	7,16 Калинин Владимир (49) Фр.Д	
400 м		7,16 Годиц Вячеслав (51) Таш.Гороно	7,14 Кононов Анатолий (49) Цг.С	
49,1 Болдин Евгений (49) М.Д	55,5 Слипченко Владимир (49) Од.В	Тройной		
49,1 Трусов Николай (49) Од.В	55,7 Щербин Сергей (49) Дш.ДСШ	15,66 Зимовщиков Константин (49) Бк.Тр	15,40 Серегин Алексей (49) М.Тр	
49,2 Кучерявый Александр (49) Вр.В	55,9 Нефедов Виктор (49) Кш.Мл	15,36 Колесников Вячеслав (49) Кр.В	15,30 Овчаров Анатолий (49) См.Д	
49,3 Медведев Владимир (50) М.Л	1500 м с/п	14,98 Чулков Юрий (49) М.В	14,96 Дзюба Николай (49) Вл.С	
49,5 Головлев Михаил (50) Яр.ДСШ	4,18,7 Лисовский Владимир (49) Л-д.Тр	14,95 Цинцадзе Теймураз (49) Тб.Д	14,89 Воеводин Александр (49) Д-п.Б	
49,7 Волчок Владимир (49) Пн.Тр	4,19,0 Бакланов Николай (49) Ст.Д	14,85 Любимов Виталий (51) Тир.ДСШ	14,82 Вондаренко Виктор (50) Д-п.ДСШ	
49,7 Носенко Владимир (49) Од.В	4,21,3 Зрелин Борис (49) М.Т	Ядро		
49,8 Вагдасаров Эдуард (49) Бк.В	4,21,7 Хорохорин Анатолий (49) М.Гороно	16,94 Виткявичус Арунас (50) Кн.Д	15,49 Саградов Валерий (49) Кис.ДСШ	
49,8 Бахтеев Вячеслав (50) М.о.С	4,21,8 Степенков Александр (50) Вр.Т	15,30 Крыдин Андрей (49) М.В	15,07 Осипов Сергей (50) Бк.Н	
49,9 Давыдкин Александр (49) М.В	4,21,8 Рязанцев Михаил (50) Кш.ДСШ	14,95 Желтов Александр (49) Х.ДСШ	14,92 Ромайкин Александр (49) М.о.Д	
49,9 Луми Вельо (49) Тл.К	4,22,0 Кочергин Василий (49) М.Гороно	14,86 Коржов Владимир (49) М.о.Д	14,80 Равинчук Валерий (50) Мн.Д	
800 м		14,50 Мурзаков Евгений (49) М.В	14,46 Ефимов Александр (49) Мн.В	
1,54,2 Мецкерских Станислав (49) Св.Т	4,22,2 Галь Василий (50) Зап.Д	14,46 Поспелов Владимир (49) Ив.С	Диск	
1,54,8 Артемов Владимир (50) Л-д.Д	4,23,0 Мелин Александр (49) М.С	49,82 Виткявичус Арунас (50) Кн.Д	48,91 Коржов Владимир (49) М.о.Д	
1,54,9 Сидоров Вячеслав (49) Л-д.Б	4,23,2 Ибрагимов Павел (49) Бк.ДСШ	46,81 Ткаченко Петр (49) М.С	46,72 Подберезин Вячеслав (49) Км.С	
1,54,9 Хорохорин Анатолий (49) М.Гороно	4,23,2 Титов Леонид (49) Тб.ДСШ	46,52 Поспелов Владимир (49) Ив.С	46,18 Ванюшкин Юрий (49) М.Д	
1551		46,12 Романюго Алексей (50) Чл.ДСШ	46,12 Павлушин Алексей (49) М.ЦСКА	
1,55,1 Багдасаров Эдуард (49) Бк.В	9,28,0 Бакланов Николай (49) Ст.Д	46,00 Кузнецов Василий (49) М.ДСШ	45,94 Бронштейн Георгий (49) Х.ДСШ	
1,55,6 Веденецкий Виктор (50) Ту.ДСШ	9,32,0 Лисовский Владимир (49) Л-д.Тр	Копье		
1,55,7 Волков Владимир (51) М.Гороно	9,35,0 Хиневич В. (49) Сев.ДСШ	68,42 Якименко Виктор (51) Кр.В	67,60 Евликов Виктор (49) М.Тр	
1,55,8 Маслов Александр (49) Гр.Тр	9,37,0 Ворончихин О. (49) Суд.ДСШ	67,14 Панасюк Григорий (49) Дрог.У	67,00 Зяньн Владимир (52) Кр.С	
1,56,0 Вершков Анатолий (50) Бк.Н	9,39,6 Львов В. (49) Чер.ДСШ	66,27 Завьялов Алексей (49) М.С	65,58 Фриц Александр (49) М.С	
1,56,0 Болдин Евгений (49) М.Д	10,06,4 Гадко Николай (49) Од.А	65,26 Рямал Тоомас (49) Тл.Д	65,00 Сиденко Виктор (49) Гр.Тр	
1000 м		64,92 Солондов Николай (49) Кр.СА	64,72 Красильников Игорь (49) Л-д.С	
2,29,6 Метсала Рейн (49) Тл.Тр	41,7 РСФСР (Винокуров, Головлев, Платонов, Ефремов)	Молот		
2,29,7 Вабицкий Александр (49) М.Тр	42,0 Украинская ССР (Стадник, Трусов, Булатов, Зайцев)	58,78 Чмыхало Александр (49) К.В		
2,29,7 Вильмс Тийт (50) Тл.Кл	42,1 Москва (Бобышев, Лебедев, Скакун, Самсонов)			
2,31,0 Денисов Валерий (49) См.В	42,5 Белорусская ССР (Бысков, Жуков, Фомин, Расин)			
2,32,0 Волков Владимир (51) М.Гороно	42,6 Азербайджанская ССР			
2,32,8 Корченков Юрий (52) См.ДСШ	42,7 Грузинская ССР «Динамо» (Голетяни, Мдинарадзе, Кондратьев, Бекаури)			
2,33,5 Скакун Евгений (49) М.В	43,1 Ленинград (Большаков, Стадников, Заливский, Романов)			
2,34,8 Тормер Куно (49) Тл.Кл	43,3 РСФСР (Верховинский, Головлев, Винокуров, Ефремов)			
2,36,8 Вальяс Рейн (50) Тл.Кл	43,5 Латвийская ССР			
2,39,5 Верн Тийт (50) Тл.Кл	43,6 Узбекская ССР			
1500 м				
3,56,4 Аскарян Карлен (49) Бк.Д	3,22,7 РСФСР, «Динамо» (Шелихов, Гоголев, Ефремов, Винокуров)			
3,57,1 Куренкеев Бекен (49) А-А.В	3,24,8 Москва, «Динамо» (Тарасов, Максимов, Шелутченко, Болдин)			
3,58,0 Лещинский Роман (49) Крм.Б	3,27,4 Ленинград, «Динамо» (Белов, Грибков, Суворов, Евдокимов)			
3,58,0 Метсала Рейн (49) Тл.Тр	3,30,8 Латвийская ССР, «Динамо» (Магоне, Ларионов, Скакаускас, Аверкин)			
3,59,0 Ильяшников Алексей (49) Л-д.В	3,31,1 Украинская ССР, «Динамо» (Ахновский, Лещенко, Зиберов, Прохотников)			
3,59,1 Хорохорин Анатолий (49) М.Гороно	3,31,4 Белорусская ССР, «Динамо» (Сарбай, Крючок, Алехнович, В. Волчок)			
4,00,7 Мецкерских Станислав (40) Св.Т	3,34,0 Грузинская ССР, «Динамо» (Титов, Хохобашвили, Погосов, Кориневич)			
4,01,2 Богомаз Степан (49) Вн.А	3,36,4 Литовская ССР, «Динамо» (Сеченов, Гельфанд, Юхневич, Ершов)			
4,01,7 Горбунов Анатолий (50) Кш.ДСШ	Ходьба 5 км			
4,01,8 Жуковский Николай (49) Сл.ДСШ	21,46,8 Лебедежус Альгис (49) Вс.Нм			
4,01,8 Ильященко Владимир (49) Л-д.В	22,15,0 Юкшинские Янис (49) Ил.ДСШ			
2000 м				
5,35,2 Метсала Рейн (49) Тл.Тр	22,47,4 Будвитис Алоизас (49) Бк.ДСШ			
5,39,2 Кузнецов Виктор (49) Ряз.С	22,48,0 Фогелис Харий (49) Сал.Вп			
5,39,6 Вьяльс Рейн (50) К-Я.И	23,08,3 Ильин Николай (49) Кш.Тр			
5,41,4 Зимченков Вячеслав (49) Л-д.Тр				
5,42,4 Сторожев Александр (49) Л-д.Тр				
5,43,6 Верн Тийт (50) Тл.Кл				
5,44,2 Лисовский Владимир (49) Л-д.Тр				
5,44,6 Вильмс Тийт (50) Тл.Кл				
5,49,8 Шинкус Римвидас (49) Рас.Нм				
5,50,5 Кузнецов Владимир (49) Нк.В				
3000 м				
8,34,0 Куренкеев Бекен (49) А-А.В				
8,34,6 Жуковский Николай (49) Сл.ДСШ				
8,35,9 Мяндетс Хельгес (49) Хар.Я				
8,40,0 Ильященко Владимир (49) Л-д.В				
8,42,0 Сапарбаев Сабур (49) Нук.С				
8,42,0 Оляницкий Борис (49) Дон.Л				
8,42,0 Титов Леонид (49) Тб.ДСШ				
8,42,8 Титов Леонид (49) Тб.ДСШ				
8,43,2 Майромян Валерий (49) Тб.ДСШ				
8,45,8 Даниякин Николай (50) М.о.ДСШ				
8,45,8 Корченков Юрий (52) См.Ло.				
110 м с/б				
14,4 Мазепа Евгений (49) Од.Д				
14,8 Денисов Владимир (49) М.С				
14,8 Мошняшвили Анатолий (50) Кут.Д				

58,46 Королев Виктор (50) Ст.Тр
57,62 Совпель Игорь (49) Мн.Б
57,10 Гамский Игорь (49) Лв.А
57,02 Курский Александр (49) М.Б
56,90 Куновский Иван (49) Бор.КЗ
56,18 Кудрявцев Виктор (49) Л-д.ДСШ
54,58 Шацкий Александр (50) Вк.С
54,14 Певзнер Феликс (50) Чл.С
54,03 Буряшев Аркадий (49) Х.В

Десятиборье

7244 Литвиненко Леонид (49) Смела,В
11,3-6,94-15,39-1,79-36,5-15,9-46,56-
3,60-54,04-2,46,0
6752 Иевлев Виктор (50) Л-д.ДСШ
11,3-6,48-13,77-1,70-36,6-16,0-44,86-
3,60-54,86-2,56,1
6675 Скакун Евгений (49) М.ЦСКА
11,1-6,26-11,84-1,73-35,4-15,3-39,28-
3,50-40,78-2,48,8
6662 Буте Петерис (49) Р.Дг
11,3-6,64-12,81-1,70-36,6-15,5-40,30-
3,60-40,20-2,49,1
6572 Валибан Михаил (49) Кр.Д
11,2-6,67-12,06-1,80-37,1-16,5-39,44-
3,60-53,20-3,01,0
6457 Гусев Геннадий (49) Лв.Д
11,4-6,33-13,17-1,82-37,0-16,4-38,24-
3,60-50,08-2,57,7
6416 Самсонов Николай (49) М.Д
11,6-6,18-12,42-1,60-36,2-16,1-38,30-
3,70-44,50-2,53,8
6338 Маймистов Виктор (50) М.С
11,4-6,27-12,34-1,87-38,2-16,2-41,49-
3,60-46,28-2,57,8
67,26 Новик Вячеслав (49) Пн.Д
11,7-6,31-11,63-1,70-38,9-16,1-40,62-
3,60-52,95-2,51,4
6246 Рудь Виталий (50) К.А
11,5-6,54-12,59-1,85-38,9-16,0-40,90-
3,50-49,06-3,13,0

ДЕВУШКИ

100 м

11,6 Бесфамильная Надежда (50) М.ЦСКА
11,7 Никифорова Марина (50) Л-д.Б
11,8 Левченко Людмила (49) Д-п.Л
11,8 Маковецкая Валентина (50) Бт.Б
11,8 Жаркова Людмила (52) Св.ДСШМ
11,8 Лунина Лидия (49) Ул.С
11,9 Лазаренко Валентина (50) Дон.А
11,9 Костыгина Наталья (50) Л-д.Д
11,9 Долгова Лариса (51) Ор.Т
11,9 Вархатова Татьяна (50) М.Д

200 м

24,2 Никифорова Марина (50) Л-д.Б
24,6 Камардина Галина (51) Вр.Д
24,6 Маковецкая Валентина (50) Бт.Б
24,6 Никанорова Раиса (50) Вол.Д
24,6 Бесфамильная Надежда (50) М.ЦСКА
24,8 Лунина Лидия (49) Ул.С
24,8 Зоренко Валентина (49) Кр.Тр
24,9 Левченко Людмила (49) Д-п.Л
25,0 Жаркова Людмила (52) Св.ДСШ

400 м

55,0 Никанорова Раиса (50) Вол.Д
55,8 Моисеева Галина (49) М.Л
56,4 Зоренко Валентина (49) Кр.Тр
56,5 Сабайте Ниеле (51) Вс.Нм
56,6 Руццо Любовь (49) Мн.Д
57,0 Ключникова Валентина (49) Л-д.Б
57,2 Хованская Ирина (51) Л-д.С
57,2 Фингонова Любовь (49) М.С
57,2 Мощенко Светлана (49) М.О.Т
57,5 Николаева Лариса (51) Птр.С
57,5 Беляева Валентина (49) Гд.Д

800 м

2,09,1 Ключникова Валентина (49) Л-д.Б
2,09,9 Мощенко Светлана (49) М.О.ДСШ
2,11,7 Зубанова Галина (50) Астр.ДСШ
2,13,2 Сабайте Ниеле (50) Вс.Нм
2,14,2 Новик Валентина (49) Сл.Д
2,14,6 Поцоте Вируте (50) Кн.ДСШ
2,14,7 Некрасова Нина (50) Л-д.Д
2,15,1 Сорока Людмила (51) Д-п.ДСШ
2,15,2 Комар Нина (50) Слн.Д

Условные обозначения: А-А — Алма-Ата, А — «Авангард», Арм — Армянск, Астр — Астрахань, Аш — Ашхабад, Б — «Буревестник», Вк — Баку, Вр — Брянск, Бт — Брест, Вер — Вердичев, Берд — Бердянск, Бел — Бельцы, Вор — Ворисов, Вв — Владивосток, Вас — Васильков, Вг — Волгоград, Вол — Вологда, Вит — Витебск, Вр — Воронеж, Вл — Владимир, Вн — Винница, Вп — «Варпа», Вс — Вильнюс, Гн — «Гантиади», Гр — Грозный, Гд — Гродно, Г — Горький, Гом — Гомель, Д — «Динамо», Дг — «Даугава», Дон — Донецк, Д-п — Днепрпетровский, Дрог — Дрогичин, Ер — Ереван, Ж — «Жальгирис», Жд — Жданов, Зап — Запорожье, З — «Зенит», Зх — «Захмет», Ив — Иваново, Ил — Илуксте, И — «Июды», К — Киев, Кл — «Калев», Кн — Каунас, Кб — Куйбышев, К-д — Калининград, Км — Крымская обл., Крм — Кременец, Кет — Кетово, Кост — Кострома, Кок — Конюсс, КЗ — «Красное Знамя», Кр — Краснодар, Кис — Кисловодск, Кш — Кишинев, К-Я —

2,15,5 Лопан Тамара (50) Д-п.А
2,16,5 Слобода Марите (49) Р.Д

1500 м

4,34,5 Мощенко Светлана (49) М.О.ДСШ
4,44,6 Ефимова Елена (50) Чим.С
4,45,6 Толстых Галина (50) К.В
4,49,0 Слобода Марите (49) Р.Дг
4,50,2 Кузьмина Галина (49) Св.С
4,54,3 Коченова Нина (49) Кост.В
4,56,0 Новик Валентина (49) Сл.Д
4,56,2 Кисарова Татьяна (51) Ив.С
4,59,4 Сычукова Галина (49) Чеб.У
4,59,9 Шапорина Галина (50) Кет.У

80 м с/б

11,2 Пыркина Евгения (50) Лд.ДСШ
11,2 Задощенко Анна (49) М.О.ДСШ
11,3 Рубан Светлана (49) Луг.А
11,3 Коваленко Светлана (49) Кш.ДСШ
11,3 Бычкова Татьяна (50) М.Т
11,3 Мартынушкина Зоя (49) Дон.А
11,3 Субачюте Вита (50) Кн.Ж
11,4 Федорова Ирина (49) Л-д.Д
11,4 Цурикова Ирина (50) Зап.А
11,4 Байкалова Зоя (49) М.Б
11,4 Мигалина Ольга (49) М.О.Д
11,4 Ерофеева Ирина (50) М.Д
11,4 Соломенникова Татьяна (49) Кр.Д

100 м с/б

14,1 Задощенко Анна (49) М.О.ДСШ
14,3 Петрусевич Анна (50) Бел.Мл
14,3 Исмаилова Фавзия (50) Вк.Нх
14,5 Ваховская Ирина (50) Аш.З
14,7 Терновенко Галина (51) Д-п
14,7 Орех Галина (50) Вр.Т
14,7 Андросенко Светлана (50) Чим.С
14,8 Зайчикова Зинаида (49) Од.СА
15,0 Фролова Евгения (49) Фр.В
15,0 Давиденко Любовь (50) Дон.С
15,0 Вороновская Наталья (49) У.Т

200 м с/б

29,9 Прохорова Евгения (50) Вг.В
30,2 Гапонова Светлана (50) АА.Д
30,3 Соломенникова Татьяна (49) Кр.Д
30,5 Култенко Нелли (49) Срт.ДСШ
31,0 Рубан Светлана (49) Луг.А
31,2 Горбунова Тамара (49) Мах.Б
31,4 Пояркова Нина (49) Кр.Т
31,4 Иванова Татьяна (49) Нал.С
32,2 Крюкова Людмила (49) Вв.ДСШ
33,6 Кондратьев (49) Вв.ДСШ

4x100 м

47,1 Москва (Бычкова, Вархатова, Моисеева, Бесфамильная)
47,4 Ленинград (Ключникова, Костыгина, Сарычева, Никифорова)
47,8 Украинская ССР (Скачкаускайте, Горпинец, Трейните, Хинько)
48,0 Литовская ССР (Кондратьева, Вурунова, Хрущ, Клемята)
48,1 Белорусская ССР (Петрусевич, Петровлаповская, Коваленко, Ипатов)
48,2 Таджикская ССР
48,8 Украинская ССР, «Динамо» (Кочайло, Мосягина, Михайлова, Иванова)
48,9 Казахская ССР
49,3 Киргизская ССР
49,3 Латвийская ССР

4x200 м

1,43,4 РСФСР, «Динамо» (Мигалина, Козачкова, Камардина, Соломенникова)
1,43,9 Литовская ССР, «Динамо» (Трейните, Петруните, Чечет, Скачкаускайте)
1,44,2 Украинская ССР (Кацаева, Ярошенко, Михайлова, Иванова)
1,44,6 Белорусская ССР, «Динамо» (Путильцева, Матейкина, Беляева, Рунцо)
1,46,4 Ленинград, «Динамо» (Акимова, Игнатенкова, Фомина, Костыгина)
1,47,4 Латвийская ССР, «Динамо» (Визла, Капоста, Озолни, Кувакина)
1,50,0 «Нефтячалы» (Мешкова, Алиева, Вдовина, Валькова)

1,50,8 Москва, «Динамо» (Вьюнкова, Ежова, Скоруская, Зеленковская)
1,51,8 Грузинская ССР, «Динамо» (Майорова, Таладинова, Хеладзе, Квадзаба)

Высота

1,73 Брынцева Нина (50) Бк.С
1,73 Козырь Валентина (50) К.Д
1,66 Тимошук Галина (49) Л-д.З
1,66 Никишина Людмила (49) Фр.Д
1,65 Захарова Елена (49) Св.Т
1,65 Никольская Людмила (49) У.Д
1,65 Иванова Елена (51) Св.Т
1,65 Шилова Надежда (49) Л-д.Т
1,65 Кондрашова Татьяна (50) Л-д.З
1,64 Васильева Галина (51) Л-д.ДСШ
С деревянного пола в закрытом помещении
1,74 Козырь Валентина (50) К.Д

Длина

6,37 Бычкова Татьяна (50) М.Т
6,20 Костыгина Наталья (50) Л-д.Д
6,05 Трейните Маргарита (49) Пан.ДСШ
6,04 Трегубович Ольга (49) Кр.Б
6,02 Пыркина Евгения (50) Лд.А
5,99 Михайлова Валентина (49) Од.Д
5,87 Митяева Светлана (50) Фр.Д
5,87 Соколова Валентина (50) Г.Т
5,86 Гаврилова Нина (48) Нон.ДСШ
5,84 Яхнина Людмила (50) Мн.ДСШ

Ядро

14,70 Хоменко Дина (49) Од.Б
14,45 Смирнова Людмила (49) Л-д.З
14,36 Радонюте Схоластика (49) Вс.Нм
14,03 Ананян Марго (49) Ер.СА
14,01 Корягина Ольга (49) М.Л
13,95 Сыроматникова Эльвира (50) М.Тр
13,94 Соколова Галина (50) Ст.Тр
13,79 Богданавичуте Вируте (49) Вс.Л
13,69 Килейникова Виктория (49) Мн.Д
13,46 Ромашина Наталья (49) Ст.ДСШ

Диск

47,35 Корягина Ольга (49) М.Б
45,01 Богданавичуте Вируте (49) Вс.ДСШ
44,35 Зотова Людмила (50) Св.Д
44,26 Хайлова Татьяна (50) Л-д.С
43,82 Веденева Светлана (51) Вг.ДСШ
43,80 Берекина Светлана (49) Д-п.С
43,36 Хоменко Дина (49) Од.Б
43,00 Соколова Галина (50) Ст.Тр
42,98 Калване Скайдрите (50) Кок.Вп
42,84 Ращенко Лариса (50) Р.Дг

Копье

52,92 Алайне Марите (52) Р.Д
50,45 Веселова Татьяна (50) Нов.ДСШ
50,38 Крумнина Андра (50) Р.Д
49,06 Ананян Марго (49) Ер.СА
48,44 Киваваре Ретт (51) Тр.Кл
48,10 Микалаускайте Ванда (49) Вл.Ж
47,93 Нестерова Вера (50) Л-д.З
47,50 Кожемякина Наталья (50) Кр.С
47,33 Минина Ольга (49) М.Тр
46,92 Никитина Наталья (51) Л-д.ДСШ

Пятиборье

4443 Байкалова Зоя (50) М.Б
11,4-11,26-1,54-5,70-25,8
4377 Бычкова Татьяна (50) М.Т
11,8-10,82-1,54-5,85-25,9
4368 Соломенникова Татьяна (49) Кр.Д
11,4-11,04-1,53-5,60-26,1
4227 Карпушина Ирина (50) Вк.Б
11,7-10,77-1,57-5,40-27,0
4223 Гапонова Светлана (50) А-А.Д
11,6-11,13-1,48-5,56-26,8
4204 Клейн Ольга (49) М.С
12,4-9,27-1,57-5,74-25,7
4200 Масальская Рита (49) Р.Дг
11,8-11,22-1,52-5,35-26,7
41,95 Ерофеева Ирина (50) М.Д
11,6-9,63-1,54-5,39-26,1
4194 Никишина Людмила (49) Фр.Д
12,3-9,19-1,66-5,65-26,8
4168 Асеева Елена (50) Л-д.ДСШ
12,3-10,82-1,60-5,29-26,8

Кохтла-Ярве, Кут — Кутаиси, Л-д — Ленинград, Л — «Локомотив», Лц — Луцк, Луг — Луганск, Лв — Львов, М — Москва, М.о — Московская обл., Мн — Минск, Мах — Махачкала, Мл — «Молдова», Нм — «Нямунас», Н — «Нефтяники», Нал — Нальчик, Нов — Новгород, Нк — Николаев, Нук — Нукус, Од — Одесса, Ор — Оренбург, Пан — Паневежис, Пн — Пинск, Птр — Петрозаводск, Р-д — Ростов-на-Дону, Р — Рига, Ряз — Рязань, Рас — Рассейный, СА — Советская Армия, С — «Спартак», См — Симферополь, Сл — Смоленск, Св — Свердловск, Сев — Севастополь, Ст — Ставрополь, Су — Сумы, Срт — Саратов, Слн — Слоним, Сл — Слуцк, Сал — Салдус, Сар — Саранск, Т — «Труд», Тб — Тбилиси, Тл — Таллин, Тр — Тарту, Ту — Тула, Тир — Тирасполь, Тр — «Трудовые резервы», Таш — Ташкент, У — Уфа, Ул — Ульяновск, Фр — Фрунзе, Хар — Харьковский район, Хр — Херсон, Х — Харьков, Цг — Целиноград, Чеб — Чебоксары, Чл — Челябинск, Чим — Чимкент, Яр — Ярославль.

ПРОБЛЕМЫ МЕЖДУНАРОДНОГО КАЛЕНДАРЯ

После того как в 1896 году состоялись современные Олимпийские игры, в течение долгих лет эти соревнования оставались единственным организующим фактором мировой и европейской легкой атлетики. До 1932 года (с перерывом на один, 1916 год) пульс мирового и европейского легкоатлетического календаря бился медленно и равномерно — один удар в четыре года.

Лишь в начале тридцатых годов Европа почувствовала необходимость начать организовывать свой континентальный календарь. В 1934 году в Турине состоялась первое первенство Европы. Оно было проведено только для мужчин. В 1938 году мужское первенство Европы состоялось в Париже, женское — в Вене. Решено было разыгрывать первенство континента раз в четыре года — на полпути между олимпийскими играми.

Удары пульса европейской легкой атлетики участились в два раза. Но гром второй мировой войны остановил начавшееся было самоопределение легкой атлетики Европы. Первенство Европы 1942 года не состоялось, как не состоялись XII и XIII Олимпийские игры в 1940 и 1944 годах. III первенство Европы 1946 года ознаменовалось выходом на европейскую арену молодой легкой атлетики Советского Союза, а XV Олимпийские игры 1952 года стали нашей первой мировой ареной. Началось бурное развитие легкоатлетического спорта в Европе и во всем мире.

Однако по-прежнему лишь раз в два года раздавался колокол, созывавший всех легкоатлетов Европы — олимпиада и первенство Европы. Но уже властно назревала необходимость строгой организации легкоатлетической жизни континента, приведение в порядок того хаоса из всякого рода соревнований, который стал образовываться в Европе. Как грибы стали плодиться матчевые встречи, международные «митинги», мемориалы и прочие соревнования без учета интересов спорта, спортсменов, интересов развития легкой атлетики и ее методики.

Образованный внутри ИААФ Европейский комитет оставался безучастным свидетелем и регистратором происходящего. Собираясь в ноябре каждого года на очередной календарный конгресс, он лишь регистрировал соревнования будущего года, не пытаясь вмешаться в построение календаря и привести поток соревнований на континенте в организационно и методически обоснованную стройную систему, охватывающую все страны Европы, ведущую легкую атлетику и легкоатлетов континента от кульминации к кульминации и подчиненную только интересам спорта и спортсмена.

Пульс европейской легкой атлетики стал частым и неравномерным, и лишь два соревнования, как организующие факторы, продолжали возвышаться над календарем — олимпийские игры и первенство Европы. Один раз в два года, как и раньше.

Федерация легкой атлетики СССР неоднократно пыталась убедить Европейский комитет в необходимости взять календарь континента в свои руки и начать наводить в нем порядок. Но это удалось лишь после того, как президентом Европейского комитета стал итальянец Бруно Заули, вице-президентом Леонид Хоменков (СССР) и почетным секретарем Артур Такач (Югославия). С их приходом в европейской легкой атлетике подул свежий ветер перемен, который продолжал дуть и после смерти Бруно Заули, когда на его место был избран Андриен Паулен (Голландия).

1965 год стал годом первого розыгрыша Кубков Европы по легкой атлетике с предварительным, полуфинальным и финальным кругом. Это сразу организовало и направило работу всех европейских федераций. Кубки ознаменовались огромным успехом — спортивным, пропагандистским, финансовым. 1966 год стал годом Европейских игр в закрытом помещении в Дортмунде, и это создало кульминацию в зимний период и стимулировало зимний календарь. В 1966 году летом наряду с первенством Европы состоялись I Европейские игры юниоров в Одессе, ставшие краеугольным камнем молодежного календаря континента.

В 1967 году Кубки Европы подтвердили свою популярность, а финал их в Киеве собрал рекордное число зрителей на стадионе и у телевизоров. В этом же году состоялись вторые Игры в закрытом помещении в Праге. 1968 год открылся рекордными III Европейскими играми в закрытом помещении в Мадриде. Впереди XIX Олимпийские игры и вторые Европейские игры юниоров в Лейпциге.

Пульс европейской легкой атлетики теперь бьется равномерно, достаточно часто, с хорошим наполнением. Ее течение направляется по нужному пути, определяемому главными кульминациями каждого года. Как эти кульминации расставлены на нашем пути в ближайшее пятилетие?

1968 год III Европейские игры в закрытом помещении в Мадриде
II Европейские игры юниоров в Лейпциге

XIX Олимпийские игры в Мехико

1969 год IV Европейские игры в закрытом помещении в Белграде
III Европейские игры юниоров
IX первенство Европы в Афинах

1970 год V Европейские игры в закрытом помещении
III Кубки Европы

1971 год VI Европейские игры в закры-

том помещении

IV Европейские игры юниоров
X первенство Европы

1972 год VII Европейские игры в закры-

том помещении

V Европейские игры юниоров
XX Олимпийские игры в Мюнхене

В ноябре 1968 года в Брюсселе состоится очередной календарный конгресс Европейского комитета. Он будет решать дальнейшую судьбу европейского календаря. Перед этим конгрессом уже известно мнение большинства членов Европейского комитета по некоторым важным вопросам. До 1972 года вряд ли удастся что-либо изменить. IX первенство Европы состоится в 1969 году, а X — в 1971-м. Следующие Кубки Европы в 1970-м.

Однако после XX Олимпийских игр, учитывая огромную популярность Кубков Европы, Европейский комитет, вероятно, решит проводить их в нечетные годы, а первенства Европы в четные «неолимпийские» годы. А это значит:

1973 год VIII Европейские игры в закрытом помещении

IV Кубки Европы

1974 год IX Европейские игры в закры-

том помещении

VI Европейские игры юниоров

XI первенство Европы

1975 год X Европейские игры в закры-

том помещении

V Кубки Европы

1976 год XI Европейские игры в закры-

том помещении

VII Европейские игры юниоров

XXI Олимпийские игры

Однако на этом реорганизация и рационализация европейского календаря не должна кончиться. Напрашивается ряд предложений, осуществление которых должно сделать европейский календарь по-настоящему совершенным. Необходимо сделать первенство Европы более динамичным соревнованием, не растянутым на шесть дней, как это имеет место сегодня, а проводить его максимум в 4 дня. Как это сделать? Надо «очистить» его программу, выведя десятиборье для мужчин и пятиборье для женщин в отдельные ежегодные соревнования — первенство Европы по многоборьям. Отдельное ежегодное первенство Европы по эстафетам значительно обогатит эстафетную программу, которая в обычном первенстве Европы очень бедна (4×100 м для мужчин и женщин и 4×400 м для мужчин) и в которой трудно выступать большой массе бегунов, так как это требует совмещения участия в эстафетах с выступлением на «своей» дистанции.

Это значит, что нужны дополнительные два ежегодных первенства Европы — по многоборьям и по эстафетному бегу, куда должны войти эстафеты 4×100 м, 4×400 м, 4×800 м, 4×1500 м для мужчин, 4×100 м, 4×200 м, 4×400 м, 3×800 м и 3×1500 м для женщин.

Зимний сезон Европы традиционно



богат большим числом кроссовых соревнований. Многие средневики и стайеры Европы идут к лету не по деревянным дорожкам залов, а по сильно пересеченной дистанции кроссов. Уже давно поэтому назрел вопрос о проведении в первой неделе марта соревнования, подводящего итог кроссовому сезону — первенства Европы по кроссу на дистанциях 4, 8 и 12 км для мужчин и дистанциях 1, 2 и 3 км для женщин.

И, наконец, о первенстве мира по легкой атлетике. Споры нет, часто проводить такое соревнование трудно. Но ясно также, что один раз в четыре года на олимпиадах разыгрывать первенство мира при участии лишь трех спортсменов от каждой страны (а это значит при неучастии многих сильней-

ших атлетов мира) — явно недостаточно.

Поэтому ИААФ должна, наконец, решить вопрос о проведении первенства мира в четные неолимпийские годы, предусмотрев в положении допуск атлетов, выполнивших предвременно очень высокие нормативы (значительно выше олимпийских), ограничивая лишь этим условием число участников в каждом виде от каждой страны.

Такой календарь вполне удовлетворит потребности легкоатлетов нашего континента и в нем уже не будет места таким чисто коммерческим предприятиям, как матч Европа — Америка, в котором в 1967 году в угоду денежным расчетам телевизионных компаний был принесен в жертву настоящий спортивный интерес.

Тот факт, что трибуны стадиона в Монреале были пусты, а в составе команд как Европы, так и Америки отсутствовали наиболее выдающиеся атлеты этих двух континентов, красноречиво говорит сам за себя. Матчи интересны лишь тогда, когда в них встречаются соперники на реальной национальной, а не на мифической «континентальной» основе.

Осуществления такого международного календаря упорно добивается Федерация легкой атлетики СССР. Многие уже сделано. Предстоит завершить эту важную работу.

Гавриил КОРОБКОВ,
заслуженный тренер СССР,
вице-президент всемирной ассоциации тренеров по легкой атлетике

ОЛИМПИЙСКИЕ ХОЗЯЕВА И ИХ СОСЕДИ

Хозяева XVIII и XIX Олимпийских игр — не совсем обычные. В 1964 году Олимпиада впервые была проведена на азиатском континенте. Теперь, четыре года спустя, игры впервые пройдут в Латинской Америке. Новые олимпийские адреса — это не воля случая. За десятилетия, прошедшие со времен I игр в Афинах, благородные идеи Пьера Кубертена приобрели поистине глобальный характер. Вспомним старые олимпийские адреса: Париж, Сен-Луи, Лондон, Стокгольм, Антверпен, снова Париж, Амстердам, Лос-Анджелос, Берлин, снова Лондон, Хельсинки. Эти рамки оказались тесными для новых масштабов.

Пять колец олимпийской эмблемы — это уже не просто символ, это отражение реально существующего положения, когда все пять континентов принимают не символическое, а фактическое участие во всемирном олимпийском движении.

Международный олимпийский комитет остановил свой выбор на Мехико не только в силу географического расположения этого города. Дело в том, что до сих пор игры ни разу не проходили в стране, где говорят по-испански. А ведь этот язык распространен на территории, где проживает более ста миллионов человек. К тому же Мексика славится своей интересной и современной архитектурой, в том числе и спортивной. Не последнюю роль в выборе олимпийской столицы сыграло и то соображение, что Игры станут серьезным стимулом развития спорта в Латинской Америке, которая пока что не может похвастаться большими успехами в этой области.

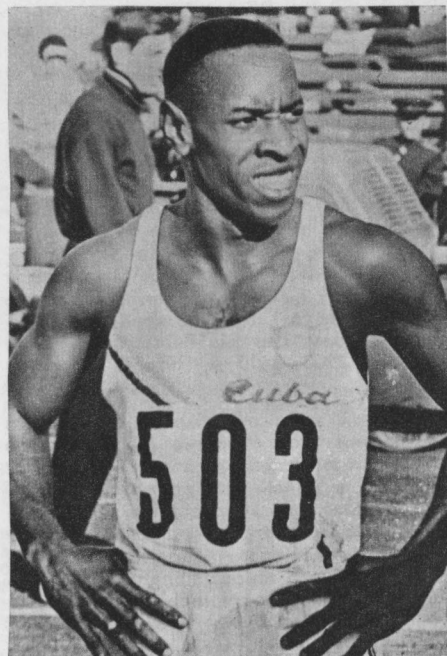
Олимпийские хозяева с большим энтузиазмом восприняли решение МОК о проведении игр в Мехико. По всей стране началась интенсивная подготовка к главным соревнованиям четырехлетия. Ясно, что основное внимание

уделялось главному олимпийскому виду спорта — легкой атлетике.

До сих пор мексиканская легкая атлетика не добивалась больших успехов на международной арене. Достаточно сказать, что мексиканцы за всю олимпийскую историю ни разу не были не только в числе чемпионов или призеров, но даже среди шести первых зачетников. Это вполне объяснимо, если учесть, что в этой стране традиционной популярностью пользуются лишь футбол, бокс и жоррида. Сторонники этих видов утверждают, что легкая атлетика не отвечает характеру мексиканцев.

Однако действительность опровергает эти утверждения. Известно, например, что в Мексике огромной популярностью пользуются пробеги по улицам городов. Так, в Монтеррее, третьем по величине мексиканском городе с населением свыше одного миллиона человек, в нынешнем году традиционный пробег прошел в сороковой раз. Ежегодно 5 февраля, в День конституции, на главной улице города проходят забеги на 800 и на 5000 м. В других городах пробеги в этот день выглядят иначе. В Леоне, например, бегуны соревнуются на кольцевой трассе протяженностью 21,095 км.

Беды мексиканской легкой атлетики заключаются отнюдь не в отсутствии популярности. Американские дельцы, долгие годы хозяйничавшие в Мексике, вкладывали деньги лишь в прибыльные предприятия. А о развитии «нерентабельных» видов спорта никто не заботился. Однако в преддверии XIX Олимпийских игр руководители мексиканского спорта предприняли целый ряд мер, направленных на подготовку лучших легкоатлетов Мексики к этим ответственным соревнованиям. В частности, было решено пригласить для подготовки команды ряд ведущих тренеров мирового легкоатлетического спорта.



Лучший спринтер Латинской Америки — кубинец Энрике Фигерола

Одним из первых приехал в Мексику знаменитый новозеландский специалист по бегу на средние и длинные дистанции Артур Лидьярд. Однако проработал он там недолго. Руководители мексиканской легкой атлетики требовали от Лидьярда немедленных результатов. Они, видимо, рассчитывали, что столь авторитетный тренер за несколько месяцев вырастит бегунов, равных по классу Снеллу и Халбергу. Но это, конечно, невозможно. Для подготовки таких бегунов требуется немало лет. Лидьярд со всей прямотой предупредил мексиканцев об этом. Такая постановка вопроса не могла понравиться хозяевам Олимпиады, и вскоре Лидьярд покинул Мексику.

В октябре 1966 года его сменил молодой польский тренер Тадеуш Кемпка. Он проявил больше терпимости и гибкости в работе с мексиканскими бегунами, хотя также не сулил хозяевам



Тренируются лучшие мексиканские стайеры. Среди них (крайние слева) бегуны индейского племени тарахумара

«золотых гор». Те, в свою очередь, поняли наконец, что легкая атлетика — дело серьезное и требует длительной и упорной работы. Мексиканские бегуны под руководством Кемпки тренируются по три раза в день. Кемпка широко применял в тренировках спортивные игры, а также пробегание отрезков с большим числом повторений. Общий километраж у многих бегунов достигает 200 км в неделю. При столь напряженной работе некоторые спортсмены вынуждены были уйти от нового тренера. Кемпка сейчас занимается с 10—12 спортсменами, выдержавшими напряжение первых месяцев. Почти все эти бегуны родом из города Толука, расположенного на 500—700 метров выше Мехико. Поэтому Кемпка нередко забирается со своими подопечными высоко в горы, где они бегают кроссы на высоте 2900—3400 м, порой достигая 4000 м.

Среди этих спортсменов выделяется 21-летний Хуан Максимо Мартинес. Его легкоатлетическая карьера началась с победы в одном из пробегов по городу. В 15-летнем возрасте он легко пробежал 15-километровую дистанцию. Артур Лидьярд сразу обратил внимание на способного юношу. Благодаря помощи знаменитого тренера Мартинес успешно выступил на предолимпийской неделе 1966 года, заняв четвертое место в беге на 5000 м и пятое — на 10 000 м. На Панамериканских играх 1967 года в Виннипеге Мартинес завоевал бронзовые медали на обеих дистанциях с личными рекордами (13.54,0 и 29.27,2). Эти результаты дали ему возможность выступить в матче Америки — Европа, где он был вторым на 10 000 м и третьим на 5000 м. Мартинес оказался единственным мексиканцем в команде Америки. На предолимпийской неделе 1967 года он занял третье место на 5000 м и четвертое на 10 000 м. Не меньшим талантом, чем Мартинес, обладает другой ученик Кемпки — Марио Перес. После одного года занятий он пробежал на стадионе в Мехико 5000 м за 14.56,8, а некоторое время спустя там же установил национальный рекорд в часовом беге — 18 700 м.

Как известно, индейцы мексиканского племени тарахумара обладают феноменальной выносливостью. По свидетельству очевидцев, они могут бежать в течение суток не останавливаясь. Попытки попробовать силы тарахумара в соревнованиях успеха не имели. Так,

на Олимпийские игры 1928 года за команду Мексики в состязаниях марафонцев выступали два тарахумара. Однако они показали весьма посредственные результаты (около 3 часов) и в число призеров не попали. Индейцы не имели ни малейшего представления о тактике бега, марафонская дистанция была для них явно коротка, они бежали очень спокойно и не выражали никакого желания бороться за победу. Не следует также забывать, что тарахумара, соревнуясь между собой в беге, обычно гонят перед собой ногами небольшой шарик. А это совсем не то же самое, что обычный бег. Кемпка решил предпринять еще одну попытку использовать тарахумара на Играх. Он выбрал трех индейцев, причем не самых быстрых, а наиболее цивилизованных. Все они могут говорить по-испански, а двое — Квирино и Сантьяго — даже читать и писать. Эти бегуны очень легко переносят беговую нагрузку на тренировках, охотно играют в мяч, но занятия на стадионе даются им с большим трудом: они плохо переносят бег по тартану и асфальту. Так что говорить о перспективах тарахумара на Олимпийских играх пока трудно.

С мексиканскими бегунами на средней дистанции работает американский тренер Джо Вилларела. Он живет в Мексике уже четыре года и начал формировать свою группу с многомесячной поездкой по стране, просмотрев и испытав тысячи юношей. Кроме того, Вилларела немало поездил по городам США, расположенным вдоль мексиканской границы, так как здесь живет много людей с двойным подданством, которые в случае нужды могли бы выступить в составе мексиканской команды. Работа Вилларелы строилась примерно по тем же принципам, что и Кемпки. Он широко использовал большие объемы (до 200 км в неделю), варьировал высоту места занятий (до 3300 м), ввел жесткую дисциплину на тренировках. Вилларела считает, что всю работу на развитие выносливости следует проводить на предельно большой высоте, а темповую — на минимальной. Интересно, что лучшие результаты учеников Вилларелы в среднегорье очень мало отличаются от результатов, показанных на равнине. Так, 19-летний Рикардо Паломарес пробегает 1500 м в Мехико за 3.49,0, а на Панамериканских играх в Виннипеге показал 3.48,4. С Паломаресом тренер связывает свои основные надежды.

В Мексике работает еще целый ряд зарубежных специалистов из разных стран. Наиболее известен из них — Билл Истон, воспитатель олимпийских чемпионов Алфреда Ортера, Уильяма Нидера, Билла Миллса, экс-рекордсменов мира Билла Элlea и Уэсли Сэнти. Однако вряд ли Истону и его коллегам удастся добиться большого успеха в Мексике. Для этого у них слишком мало времени.

Как и следовало ожидать, грядущая Олимпиада в значительной мере способствовала оживлению легкоатлетической жизни в латиноамериканских странах. Особенно серьезно отнеслись к олимпийской подготовке в Колумбии. Всем любителям легкой атлетики памятен сенсационные успехи колумбийца Альваро Мехиа на предолимпийских состязаниях в Мексике в 1966 году, где он занял первые места в беге на 5000 и 10 000 м, опередив таких мастеров, как Г. Рулантс, М. Гамуди, Л. Мечер. Мехиа умеет не только поддерживать высокий темп на всей дистанции, но и обладает отличным финишем, что особенно важно в среднегорье. В прошлом году Альваро Мехиа не выступал в Мексике из-за болезни, но теперь он здоров и уже стартовал в нескольких соревнованиях. Постоянный соперник Мехиа Виктор Мора также имеет неплохие шансы. Но в Колумбии больше рассчитывают на трех отличных спринтеров — Джаиме Урибе (10,1), Рауля Санчеса (10,2) и Джимми Сперру (10,3).

Еще более серьезные шансы у спринтеров народной Кубы. Достаточно напомнить, что серебряный призер Токийской олимпиады Энрике Фигерола в прошлом году повторил мировой рекорд в беге на 100 м — 10,0. Пример Фигеролы оказался заразительным. Сейчас в этой стране имеется несколько спринтеров очень высокого класса. Напомним, что в отсутствие мирового рекордсмена эстафетная команда кубинских спринтеров (Энгелес, Моралес, Мартинес и Монтес) с результатом 39,9 легко победила на последних предолимпийских соревнованиях в Мексике. По-прежнему очень сильна знаменитая Мигелина Кобиан. Она имеет хорошие шансы на обеих спринтерских дистанциях, а также в эстафете (вместе с Мартинес, Эхеварриа и Квесада). Не следует забывать и об отличном кубинском метателе молота Н. Самуэльесе (68,11), а также о сильной и розной эстафетной команде 4×400 м.

На Олимпийских играх традиционно сильно выступают легкоатлеты Ямайки. В 1952 году в Хельсинки приехало всего пять ямайских легкоатлетов, но домой они привезли пять медалей (из них две золотые: Д. Роден — 400 м, а также А. Уинт, Г. Маккинлей, Л. Лейнг и Д. Роден в эстафете 4×400 м). На сей раз ямайцы снова могут преподнести сюрприз. Одним из авторов его собирается стать Майк Фрей, который уже в нынешнем году пробежал 200 м за 20,1. Отличными возможностями на этой дистанции обладают также Л. Миллер (20,3 и 10,1) и У. Макнейл (20,4).

Легкоатлеты других латиноамериканских стран не имеют серьезных шансов бороться за олимпийские призы. Тем не менее работа по легкой атлетике в них начинает приобретать все более широкий размах. Сейчас уже яс-

ХАЛЬБЕРШТАДТ, СРЕДНЯЯ ШКОЛА...

В одном из номеров журнала «Легкая атлетика» я прочитал, что цель уроков физкультуры в советской средней школе состоит во всестороннем развитии физических качеств школьника, а также в привитии ему определенного минимума умений и навыков в отдельных видах спорта. Те же самые цели преследует и преподавание физкультуры в средней школе Германской Демократической Республики. Но у наших преподавателей, также как и советских коллег, не хватает времени, предусмотренного программой для выполнения этих целей. При двух или трех уроках физкультуры в неделю приходится особое внимание уделять домашним заданиям и другим формам внешкольной работы.

В школьной программе по физической культуре легкой атлетике отводится до 20 часов с I по IV, до 18 часов — в V—VI классах и до 14 часов в VII—X классах. Правда, эти цифры в разных районах страны различны. Так, в районах с длительной зимой несколько меньше времени уделяется легкой атлетике, гимнастике и спортиграм, а больше времени — лыжам.

Наши преподаватели стараются на своих уроках сочетать обе цели физкультуры. Вот, к примеру, урок, посвященный подготовке в беге на средние дистанции. Проходит он на стадионе. Длительность урока — 60 мин. Первые 10 мин. — разминка. Затем ученики преодолевают круг, разбитый на три отрезка, — в ходьбе, легком беге и прыжками. Норма — 3 мин. Следующий круг — прыжки, бег, ходьба — 3 мин. Постепенно темп увеличивается. После каждого круга ребята продвигают ряд упражнений, главным образом на развитие рук. Девятый и десятый круги они пробегают в полную силу. Норма — 1,5 мин. на круг. Такие уроки проводятся у нас весной при подготовке к кроссам и осенью при подготовке к соревнованиям в беге на 1000 м.

Расскажу о школе, где я работаю. Коллективу преподавателей физкультуры хальберштадтской школы имени К. Маркса и Ф. Энгельса в 1966 году было присвоено звание «коллектив социалистического труда» за заслуги в освоении передовых методов преподавания и успехов в легкой атлетике и гандболе. Последнее объясняется тем, что под руководством мастера спорта, бывшего игрока национальной сборной ГДР Сони Граффшак в нашей школе была создана очень сильная секция гандбола. А вообще, специализации в каком-либо виде спорта у нас нет. Мы стремимся заложить у ребят хороший фундамент общефизической подготовки и дать им навыки во многих видах. Этот принцип приносит хорошие плоды. Из 1050 учеников нашей школы 200 человек регулярно тренируются в различных секциях школьного коллектива физкультуры.

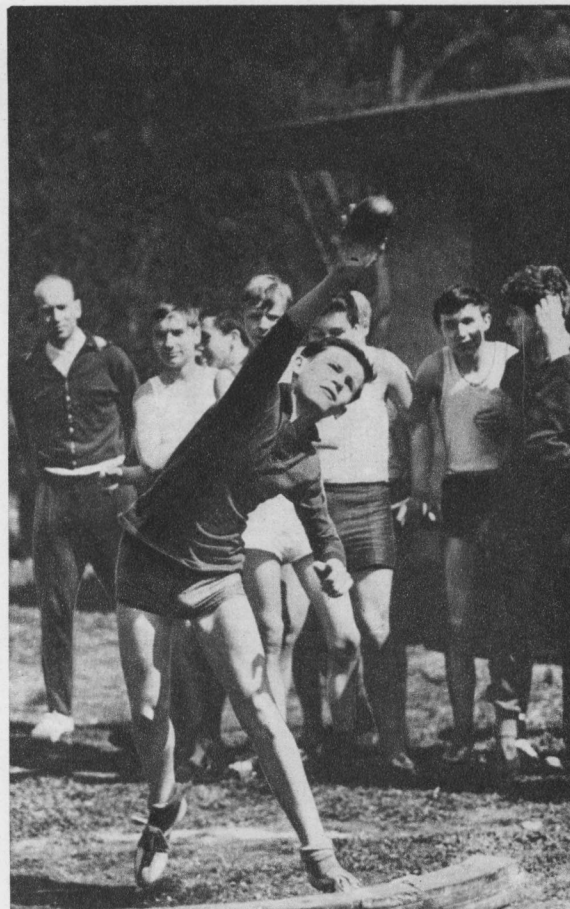
За последний год улучшено 35 из 58 школьных рекордов. Вот некоторые из этих рекордов. У мальчиков 14—16 лет: 100 м — 11,9; длина — 6,00; 1000 м — 2,55,0; у девочек того же возраста: 100 м — 13,7; 800 м — 2,42,0; у мальчиков 12—13 лет: 100 м — 12,0; высота — 1,43; 1000 м — 3,12,0; у девочек того же возраста: 100 м — 13,8; длина — 4,48; 800 м — 2,43,3; у мальчиков 10—11 лет: 60 м — 9,1; 1000 м — 3,29,4; у девочек того же возраста: 60 м — 8,8; длина — 4,00; высота — 1,20; 600 м — 2,05,5; у мальчиков 8—9 лет: 60 м — 9,2; длина — 3,65; 400 м — 1,22,0; у девочек того же возраста: 60 м — 9,8; длина — 3,26; 300 м — 57,0. Список рекордов школы висит на видном месте. Против каждого рекордного результата пишется не только фамилия его владельца, но вывешивается и фото рекордсмена. Это очень стимулирует борьбу за рекорды.

На окружной спартакиаде школьников 1967 года легкоатлеты нашей школы завоевали 22 золотые, 18 серебряных и 8 бронзовых медалей. Из 82 рекордов округа 12 принадлежит нам.

Учеников, которые проявляют большие способности в том или ином виде легкой атлетики, мы передаем в легкоатлетическую секцию местного отделения спортивного общества «Локомотив», где они совершенствуются под руководством квалифицированных тренеров. Так, года два назад мы направили в «Локомотив» очень способного мальчика Ульриха Холланда. Сейчас, в 15-летнем возрасте, он показывает такие результаты: 100 м — 11,3; 200 м — 24,2; 1000 м — 2,56,0; 400 м — 54,6; длина — 6,00; ядро (5 кг) — 8,87. Ульрих успешно выступал в окружных соревнованиях и представлял нашу школу на пионерских соревнованиях в ГДР.

Ребята 10—12 лет, проявивших способности к легкой атлетике, мы после переговоров с родителями и учителями направляем в хальберштадтскую детско-юношескую спортшколу. Эта спортшкола специализируется в легкой атлетике и плавании. 12% учеников этой ДЮСШ учатся в нашей школе. Также как и на уроках физкультуры в ДЮСШ основное внимание на первых порах уделяется общефизическому развитию и многоборной подготовке, развитию качеств быстроты, силы, выносливости, ловкости. Специализация начинается позднее.

Помню, как в ДЮСШ пришел Детлеф Энге, ученик сельской школы, расположенной неподалеку от Хальберштадта. Это был очень способный мальчик. В 14-летнем возрасте на школьной спартакиаде ГДР он прыгнул в длину на 6 м. Но вскоре тренер заметил, что Детлеф отлично играет в футбол. Стало ясно, что в футболе он сможет добиться большего, чем в легкой атлетике. Мальчик целиком переключился на футбол, сейчас он играет в сборной команде юно-



На уроке физкультуры в одной из школ ГДР

ров ГДР. Мы считаем, что в его успехах значительную роль сыграли занятия легкой атлетикой.

Отличным стимулом для занятий легкой атлетикой являются соревнования. Мы стремимся проводить их как можно больше. В нашем городе и округе легкоатлетические соревнования начинаются уже в январе многочисленными стартами в закрытом помещении. Весной их сменяет серия кроссов, а затем начинаются соревнования, предшествующие спартакиаде школьников. Наибольшее число соревнований приходится на май, июнь и июль. В этот период состязания проводятся каждую неделю.

В октябре — ноябре мы регулярно организуем кроссы. Столь большое число состязаний способствует росту результатов, заставляет ребят регулярно тренироваться и приучает их к атмосфере больших соревнований.

г. Хальберштадт.

Фриц КЮН

но, что с окончанием Олимпиады эта работа не будет свернута и даст со временем свои плоды.

Говорить об этом с такой уверенностью позволяет опыт Олимпийских игр 1964 года. В период подготовки к ним во многих азиатских странах появилось немало энтузиастов, были построены стадионы, подготовлены тренеры, создано благоприятное общественное мнение. Все это продолжает сказываться и по сей день. Правда, на фоне современных достижений сильнейших легкоатлетов Европы, Америки и

Австралии результаты азиатских спортсменов выглядят весьма бледно, но все же на кое-какие награды представители Азии могут рассчитывать с полным правом.

Прежде всего это касается марафонского бега. Здесь очень сильны японцы. Именно они составят в Мексике наиболее серьезную конкуренцию Абебе Бикиле, Гастону Руланту и австралийцу Дереку Клейтону. Можно напомнить, что Япония выиграла золотую олимпийскую медаль в этом виде в 1936 году, а сейчас занимает ровно половину мест в списке лучших марафон-

цев за все годы. Еще в апреле японцы отобрали олимпийскую команду по марафону. В нее вошел бесспорно сильнейший сейчас марафонец страны 22-летний Сейхио Сасаки (2:11.17,0), а также три призера апрельского чемпионата страны: 24-летний Акио Усами (2:13.49,0); 27-летний Кенин Кимихара (2:13.33,4) и 23-летний Морио Сигемацу (2:12.00,0—1965 г.). Прежде всего с этими именами связывает легкоатлетическая Азия свои надежды на олимпийские награды.

Семен БОРИСОВ

РОСТ РЕКОРДОВ МИРА,

официально признанных ИААФ

Мужчины

100 м

10.6	Д. Липпинкотт (США) 1912
	Д. Шольц (США) 1920
10.4	Ч. Паддок (США) 1921
	Э. Толан (США) 1929
	Э. Толан (США) 1929
10.3	П. Уильямс (Кан.) 1930
	Э. Толан (США) 1932
	Р. Меткалф (США) 1933
	Э. Пикок (США) 1934
	К. Бергер (Голл.) 1934
	Р. Меткалф (США) 1934
	Р. Меткалф (США) 1934
	Т. Йоснока (Яп.) 1935
10.2	Д. Оуэнс (США) 1936
	Х. Дэвис (США) 1941
	Л. Ла-Бич (Пан) 1948
	Г. Юэлл (США) 1948
	Э. М. Бейли (Вб.) 1951
	Х. Фюттерер (ФРГ) 1954
	Р. Морроу (США) 1956
	А. Мёрчисон (США) 1956
	Р. Морроу (США) 1956
	А. Мёрчисон (США) 1956
	Р. Морроу (США) 1956
10.1	У. Уильямс (США) 1956
	А. Мёрчисон (США) 1956
	Л. Кинг (США) 1956
	Л. Кинг (США) 1956
	Р. Нортона (США) 1959
10.0	А. Хари (ФРГ) 1960
	Х. Джером (Кан.) 1960
	Х. Эстевес (Венес) 1964
	Р. Хейес (США) 1964
	Д. Хайнс (США) 1967
	Э. Фигерола (Куба) 1967

200 м (с поворотом)

До 1951 года рекорд мира в беге на 200 м на дорожке с полным поворотом отдельно не фиксировался.

20.6	Э. Стенфилд (США) 1951
	Э. Стенфилд (США) 1952
	У. Бейкер (США) 1956
	Р. Морроу (США) 1956
	М. Гермар (ФРГ) 1958
	Р. Нортона (США) 1960
	Р. Нортона (США) 1960
20.5	П. Рэдфорд (Вб.) 1960
	С. Джонсон (США) 1960
	Р. Нортона (США) 1960
	Л. Верутти (Ит.) 1960
	Л. Верутти (Ит.) 1960
	П. Дрейтон (США) 1962
	Р. Хейес (США) 1963
20.4	Г. Карр (США) 1963
20.3	Г. Карр (США) 1963
20.2	Г. Карр (США) 1964
20.0	Т. Смит (США) 1966

400 м

48.2	Ч. Рейдпат (США) 1912
47.4	Д. Мереди (США) 1916
47.0	Э. Спенсер (США) 1928
46.4	Б. Истмен (США) 1932
46.2	У. Карр (США) 1932
46.1	А. Уильямс (США) 1936
46.0	Р. Харбиг (Герм.) 1939
	Г. Клеммер (США) 1941
	Г. Маккинлей (Ям.) 1948
45.9	Г. Маккинлей (Ям.) 1948
45.8	Д. Роден (Ям.) 1950
45.4	Л. Джонс (США) 1955
45.2	Л. Джонс (США) 1956
44.9	О. Дэвис (США) 1960
	К. Рауфман (ФРГ) 1960
	А. Пламмер (США) 1963
	М. Ларраби (США) 1964
44.5	Т. Смит (США) 1967

800 м

1.51.9	Д. Мереди (США) 1912
1.51.6	О. Пельтгер (Герм.) 1926
1.50.6	С. Мартен (Фр.) 1928
1.49.8	Т. Хэмпсон (Вб.) 1932
	Б. Истмен (США) 1934
1.49.7	Г. Каннингхэм (США) 1936
1.49.6	И. Робинсон (США) 1937
1.48.4	С. Вудерсон (Вб.) 1938
1.46.6	Р. Харбиг (Герм.) 1939
1.45.7	Р. Мунс (Бельг.) 1955
1.44.3	П. Снелл (Н. Зел.) 1962

1500 м

3.55.8	Э. Кивиа (США) 1919
3.54.7	Я. Цандер (Швец.) 1917
3.52.6	Л. Нурми (Фин.) 1924
3.51.0	О. Пельтгер (Герм.) 1926
3.49.2	Ж. Лядумер (Фр.) 1930
	Л. Беккали (Ит.) 1933
3.49.0	Л. Беккали (Ит.) 1933

3.48.8	У. Бонтрон (США) 1934
3.47.8	Д. Лавлок (Н. Зел.) 1936
3.47.6	Г. Хэгг (Швец.) 1941
3.45.8	Г. Хэгг (Швец.) 1942
3.45.0	А. Андерссон (Швец.) 1943
3.43.0	Г. Хэгг (Швец.) 1944
	Л. Странд (Швец.) 1947
	В. Люг (ФРГ) 1952
3.42.8	У. Сэнти (США) 1954
3.41.8	Д. Лэнди (Австрал.) 1954
3.40.8	Ш. Ихарош (Венгр.) 1955
	Л. Табори (Венгр.) 1955
	Г. Нильсен (Дан.) 1955
3.40.6	И. Рокавельди (Венгр.) 1956
3.40.2	О. Салсола (Фин.) 1957
	О. Салонен (Фин.) 1957
3.38.1	С. Юнгвирт (ЧССР) 1957
3.36.0	Г. Эллотт (Австрал.) 1958
3.35.6	Г. Эллотт (Австрал.) 1960
3.33.1	Д. Райан (США) 1967

5000 м

14.36.6	Х. Колехмайнен (Фин.) 1912
14.35.4	П. Нурми (Фин.) 1922
14.28.2	П. Нурми (Фин.) 1924
14.17.0	Л. Лехтинен (Фин.) 1932
14.08.0	Т. Мяки (Фин.) 1939
13.58.2	Г. Хэгг (Швец.) 1942
13.57.2	Э. Затопек (ЧССР) 1954
13.56.6	В. Куц (СССР) 1954
13.51.6	К. Чатауэй (Вб.) 1954
13.51.2	В. Куц (СССР) 1954
13.50.8	Ш. Ихарош (Венгр.) 1955
13.46.8	В. Куц (СССР) 1955
13.40.6	Ш. Ихарош (Венгр.) 1955
13.36.8	Г. Пири (Вб.) 1956
13.35.0	В. Куц (СССР) 1957
13.34.8	Р. Кларк (Австрал.) 1965
13.33.6	Р. Кларк (Австрал.) 1965
13.25.8	Р. Кларк (Австрал.) 1965
13.24.2	К. Кейно (Кен.) 1965
13.16.6	Р. Кларк (Австрал.) 1966

10 000 м

30.58.8	Ж. Буэн (Фр.) 1911
30.40.2	П. Нурми (Фин.) 1921
30.35.4	В. Риттола (Фин.) 1924
30.23.2	В. Риттола (Фин.) 1924
30.06.2	П. Нурми (Фин.) 1924
30.75.6	И. Салминен (Фин.) 1937
30.02.0	Т. Мяки (Фин.) 1938
29.52.6	Т. Мяки (Фин.) 1939
29.35.4	В. Хейно (Фин.) 1944
29.28.2	Э. Затопек (ЧССР) 1949
29.27.2	В. Хейно (Фин.) 1949
29.21.2	Э. Затопек (ЧССР) 1949
29.02.6	Э. Затопек (ЧССР) 1950
29.01.6	Э. Затопек (ЧССР) 1953
28.54.2	Э. Затопек (ЧССР) 1954
28.42.8	Ш. Ихарош (Венгр.) 1956
28.30.4	В. Куц (СССР) 1956
28.18.8	П. Болотников (СССР) 1960
28.18.2	П. Болотников (СССР) 1962
28.15.6	Р. Кларк (Австрал.) 1963
28.14.0	Р. Кларк (Австрал.) 1965
27.39.4	Р. Кларк (Австрал.) 1965

110 м с/б

15.0	Ф. Смитсон (США) 1908
14.8	И. Томсон (Кан.) 1920
	С. Петтерссон (Швец.) 1927
14.6	Д. Вейтман-Смит (ЮАС) 1928
14.4	Э. Венистрем (Швец.) 1929
	Б. Сьестедт (Фин.) 1931
	П. Бёрд (США) 1932
	Д. Келлер (США) 1932
	Д. Сайлинг (США) 1932
	Д. Моррис (США) 1933
	Д. Моррис (США) 1933
14.3	П. Бёрд (США) 1934
14.2	П. Бёрд (США) 1934
	А. Моро (США) 1935
14.1	Ф. Таунс (США) 1936
	Ф. Таунс (США) 1936
13.7	Ф. Таунс (США) 1936
	Ф. Уолкотт (США) 1941
13.6	Р. Эттлеси (США) 1950
13.5	Р. Эттлеси (США) 1950
13.4	Д. Дэвис (США) 1956
13.2	М. Лауэр (ФРГ) 1959
	Л. Кэлхаун (США) 1960
	И. Маккалох (США) 1967

400 м с/б

55.0	С. Бэкон (США) 1908
54.2	Д. Нортона (США) 1920
54.0	Ф. Лумис (США) 1920
53.8	С. Петтерссон (Швец.) 1925
52.6	Д. Гибсон (США) 1927
52.0	Ф. Тейлор (США) 1928
	Г. Хардин (США) 1932

51.8	Г. Хардин (США) 1934
50.6	Г. Хардин (США) 1934
50.4	Ю. Литувев (СССР) 1953
49.5	Г. Дэвис (США) 1956
49.2	Г. Дэвис (США) 1958
	С. Морале (Ит.) 1962
49.1	У. Коули (США) 1964

3000 м с/п

Мировые рекорды в беге на 3000 м с препятствиями начали регистрироваться с 1954 г.

8.49.6	Ш. Рожней (Венгр.) 1954
8.47.8	П. Карвонен (Фин.) 1955
8.45.4	П. Карвонен (Фин.) 1955
	В. Власенко (СССР) 1955
8.41.2	Е. Хромик (Пол.) 1955
8.40.2	Е. Хромик (Пол.) 1955
8.39.8	С. Ржищин (СССР) 1956
8.35.6	Ш. Рожней (Венгр.) 1956
	С. Ржищин (СССР) 1958
8.32.0	Е. Хромик (Пол.) 1958
8.31.4	З. Кишиковский (Пол.) 1960
8.31.3	Г. Таран (СССР) 1960
8.30.4	З. Кишиковский (Пол.) 1961
8.29.6	Г. Рулантс (Бельг.) 1963
8.26.4	Г. Рулантс (Бельг.) 1965

4×100 м

42.3	Германия (О. Рёр, М. Херрман, Э. Керн, Р. Рау) 1912
42.2	США (Ч. Паддок, Д. Шольц, Л. Мёрчисон, М. Кёрсей) 1920
42.0	Великобритания (Г. Абрахамс, У. Ренджлей, Л. Ройл, У. Никол) 1924
	Голландия (Я. Боот, Х. Броос, Я. де Фрис, М. ван ден Берге) 1924
41.0	США (Л. Кларк, Ф. Хассей, А. Леконой, Л. Мёрчисон) 1924
	«Ньюарк АК» США (К. Боумен, Д. Керри, Д. Паппес, Х. Камминг) 1927
	«Айнтрахт» Франкфурт, Германия (Э. Геерлинг, Ф. Вихман, А. Метцнер, Х. Зальц) 1928
40.8	Германия (А. Ионат, Р. Кортс, Г. Хоубен, Г. Кёрнинг) 1928
	«СК Шарлоттенбург», Германия (Г. Кёрнинг, В. Гроссер, А. Натан, Х. Шлессе) 1929
	Южно-Калифорнийский университет, США (Р. Делби, М. Маурер, М. Гайер, Ф. Уайкофф) 1933
40.0	США (Р. Кизел, Г. Дайер, Э. Топпино, Ф. Уайкофф) 1932
39.8	США (Д. Оуэнс, Р. Меткалф, Ф. Дрейпер, Ф. Уайкофф) 1936
39.5	США (А. Мёрчисон, Л. Кинг, Т. Вейкер, Р. Морроу) 1956
	ФРГ (М. Штейнбах, М. Лауэр, Х. Фюттерер, М. Гермар) 1958
	ФРГ (В. Кульман, А. Хари, В. Малендорф, М. Лауэр) 1960
	ФРГ (В. Кульман, А. Хари, В. Малендорф, М. Лауэр) 1960
39.1	США (Х. Джонс, Ф. Вадд, К. Фрезир, П. Дрейтон) 1961
39.0	США (П. Дрейтон, Д. Эшворт, Р. Стеббинс, Р. Хейес) 1964
38.6	Южно-Калифорнийский университет, США (И. Маккалох, Куллер, Симпсон, Миллер) 1967

4×400 м

3.18.2	США (Х. Шааф, М. Шеппард, Х. Гиссинг, Д. Розенбергер) 1911
3.16.6	США (М. Шеппард, Д. Мереди, Э. Линдберг, Ч. Рейдпат) 1912
3.16.0	США (С. Кохрен, А. Хелфрич, О. Макдональд, У. Стефенсон) 1924
3.14.2	США (Д. Бёрд, Ф. Олдермен, Э. Спенсер, Р. Варбутти) 1928
3.13.4	США (Д. Бёрд, Ф. Тейлор, Р. Варбутти, Э. Спенсер) 1931
3.12.6	Стэнфордский университет, США (М. Шоур, Э. Хэблис, Л. Хэблис, Б. Истмен) 1931
3.08.2	США (А. Факва, Э. Эблович, К. Уорнер, У. Карр) 1932
3.03.9	Ямайка (А. Уинт, Л. Лейнг, Г. Маккинлей, Л. Роден) 1952
3.02.2	США (Д. Иермен, Н. Янг, Г. Дэвис, О. Дэвис) 1960
3.00.7	США (О. Кассел, М. Ларраби, Ю. Уильямс, Г. Карр) 1964
2.59.6	США (Р. Фрей, Л. Эванс, Т. Смит, Т. Льюис) 1966

(Продолжение следует)

Анна Мария ТОТ

Венгерская пятиборка Анна Мария Тот, заняв пятое место на чемпионате Европы в Будапеште, вошла в число сильнейших спортсменов мира. Потом, уже в 1967 году, на предолимпийской неделе в Мехико она, набрав 4953 очка, сделала новый шаг к вершине спортивной славы. Кто же она, Анна Мария Тот?

Уже в 16 лет Анна Мария Ковач-Тот обратила на себя внимание специалистов легкой атлетики. 5,72 — это был ее первый результат в прыжках в длину. Такое достижение открывало безусловные перспективы к прыжку за 6-метровую отметку. Но Анна Мария неожиданно увлеклась бегом с барьерами и в 1963 году с результатом 11,3 становится рекордсменкой страны среди юниорок. В этом же году она все-таки достигает результата 6 м в прыжках в длину. И вот тогда-то она и открывает для себя всю прелесть пятиборья.

Первый же старт в этом виде приносит ей, 19-летней девушке, титул чемпионки и рекордсменки Венгрии среди взрослых. Ее сумма была 4379 очков. После этого выступления начинается превращение Анны Марии в закаленную для самых трудных испытаний спортсменку. «Это девушка со стальными нервами», — будут потом говорить специалисты.

Вскоре за первыми успехами во внутренних состязаниях пришли победы в международных соревнованиях. Ее достижения улучшаются с каждым годом. Она была второй на Универсиаде 1965 года, и завоевала пятое место на чемпионате континента. В конце сезона того же года Тот еще раз удивила спортивный мир. Молодая многоборка пробежала 200-метровую дистанцию за 23,6, а такой результат сделал бы честь и «чистому» спринтеру. С этим временем она стала рекордсменкой страны (а ведь в Венгрии есть такая сильная бегунья, как М. Марко-Немешхази). Это достижение говорило о резком повышении скорости у молодой пятиборки и давало неплохие надежды на предолимпийский сезон.

Олимпийские претенденты



Зима 1967 года прошла в упорных тренировках. Результаты улучшались, один личный рекорд следовал за другим. Она выступает в разных видах пятиборья и показывает отличные результаты. База для выступлений на открытом воздухе закладывалась очень солидная. Так, Тот, будучи уже студенткой института физкультуры, преодолела планку на высоте собственного роста — 165 см, толкнула ядро на 12,50 м, пробежала 100 м с отличным временем 11,5, а также два раза «выбегала» из 11 сек. на 80-метровой барьерной дистанции.

Ее умение выступать сразу в нескольких видах очень пригодилось сбор-

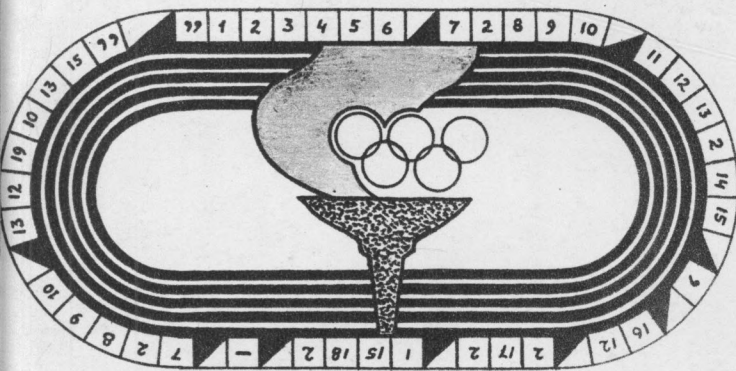
ной команде Венгрии. На разных соревнованиях Анна Мария Тот принимала старты в различных видах легкоатлетической программы: от бега на 100 м до прыжков в высоту. Так, в Киеве, в финале Кубка Европы, она выступала сразу в трех видах, причем не без успеха, а в полуфинале Кубка, в Дрездене, завоевала первые места в беге на 200 м — 23,9, в составе эстафеты 4×100 м и заняла второе место в беге на 80 м с/б — 11,1, принесла команде 14 очков из 39 набранных всей венгерской сборной. В Киеве же Тот добыла 9 очков. Большим успехом для нее было второе место вслед за рекордсменкой мира Иреной Киршенштейн в беге на 200 м — 23,4. Это время стало рекордом страны. Столь хорошие, а главное, стабильные секунды на спринтерских дистанциях и позволили ей занять место в сборной команде легкоатлетов Старого Света в межконтинентальном матче Европа—Америка. Но болезнь помешала Анне Марии выступить в Монреале так, как она могла бы. Ее возможности, безусловно, не были раскрыты на тех соревнованиях. Болезнь помешала спортсменке ровно выступать в течение всего сезона. Тем не менее она выигрывает первенство страны в беге на 200 м и пятиборье (правда, со слабым результатом — подвели ядро и высота), а также барьерный бег. Казалось, та сумма, которую она набрала на этом первенстве — 4581 очко, — дает мало надежд на олимпийский сезон. Но с начала осени ее результаты растут, а к предолимпийской неделе в Мехико спортсменка входит в хорошую форму.

Аклиматизация в высокогорном Мехико прошла быстро и незаметно. Никаких волнений из-за высоты не было, спортсменка быстро приспособилась к дорожке, спокойно тренировалась и чувствовала себя превосходно. Начала она выступать не очень хорошо, но довольно ровно и уверенно, а прекрасный бег на 200 м принес отличную сумму очков — 4953 (11,0-12,55-162-594-23,5).

Олимпийский год Тот начала отличным результатом — 4924.

Главная цель спортсменки — преодолеть рубеж 5000 очков на XIX Олимпийских играх в Мехико.

Игорь ФЕЙН.



КРИПТОГРАММА

9, 6, 3, 14, 18, 2, 1, 6 — советская прыгунья;
16, 4, 5, 12, 3, 4, 7 — чемпионка Европы;
5, 12, 11, 10, 2 — легкоатлетический снаряд;
17, 2, 19, 13, 4, 16, 6 — советский скороход;
8, 4, 14, 3, 12 — польский копьеметатель.

Разгадав криптограмму, вы прочтете высказывание основателя современных олимпийских игр Пьера де Кубертена.

Составил читатель журнала **Юрий ИВАНОВ**

г. Переяславль

Главный редактор **А. М. Абдуллаев**

Редакционная коллегия: **С. Л. Аксельрод, В. М. Дьячков, Е. Н. Кайтазова, 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, 10/7,

и телефоны: главного редактора — 28-96-72; ответственного секретаря и отделов «Техника и методика тренировки», «По Советскому Союзу», «За рубежом», «Наука и спорт», «Спорт и здоровье», «Критика и библиография» — 23-04-57; отделов «Легкая атлетика в школе» и иллюстративно-художественного — 28-82-72.

Рукописи и фотоснимки не возвращаются

Сдано в набор 29/V 1968 г. Подписано к печати 19/VI 1968 г. Издательство «Физкультура и спорт». Формат 60×90%. Учетно-изд. л. 7,4 п. л.+0,5 п. л. обложка А00829. Зак. 502. Тир. 100 000. Калининский полиграфкомбинат Главполиграфпрома Комитета по печати при Совете Министров СССР. г. Калинин, проспект Ленина, 5.

Индекс 70 482
Цена 30 коп.

70482

Цена 30 коп.

272
2 ЛАЗАРЕВСКИЙ ПЕР.
Д. 9 КВ. 45
МЕЛЬНИКОВОЙ
1 1.12 АТЛЕТ

