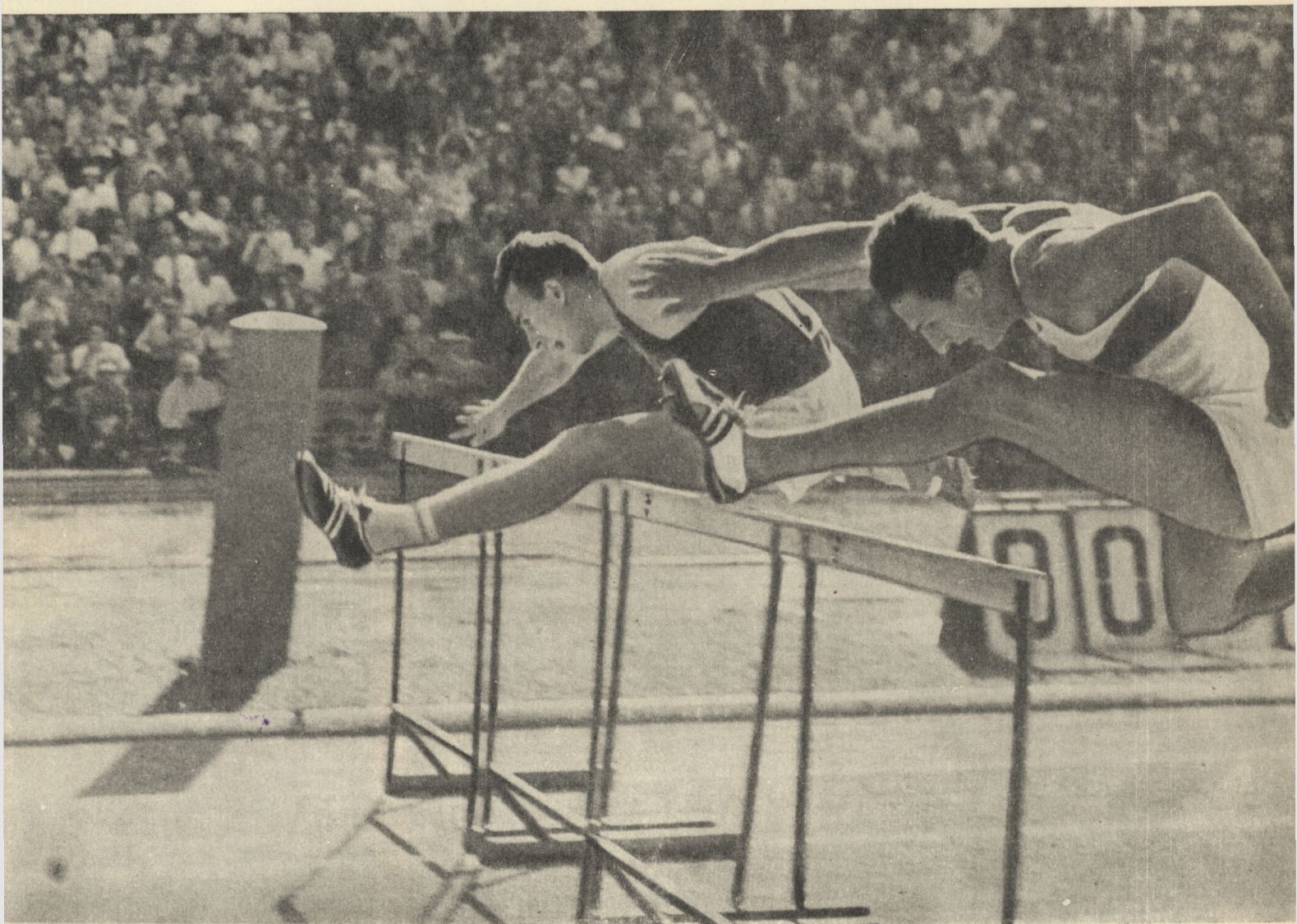
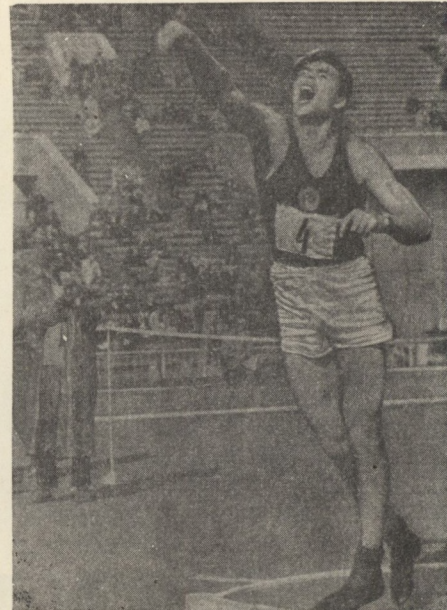
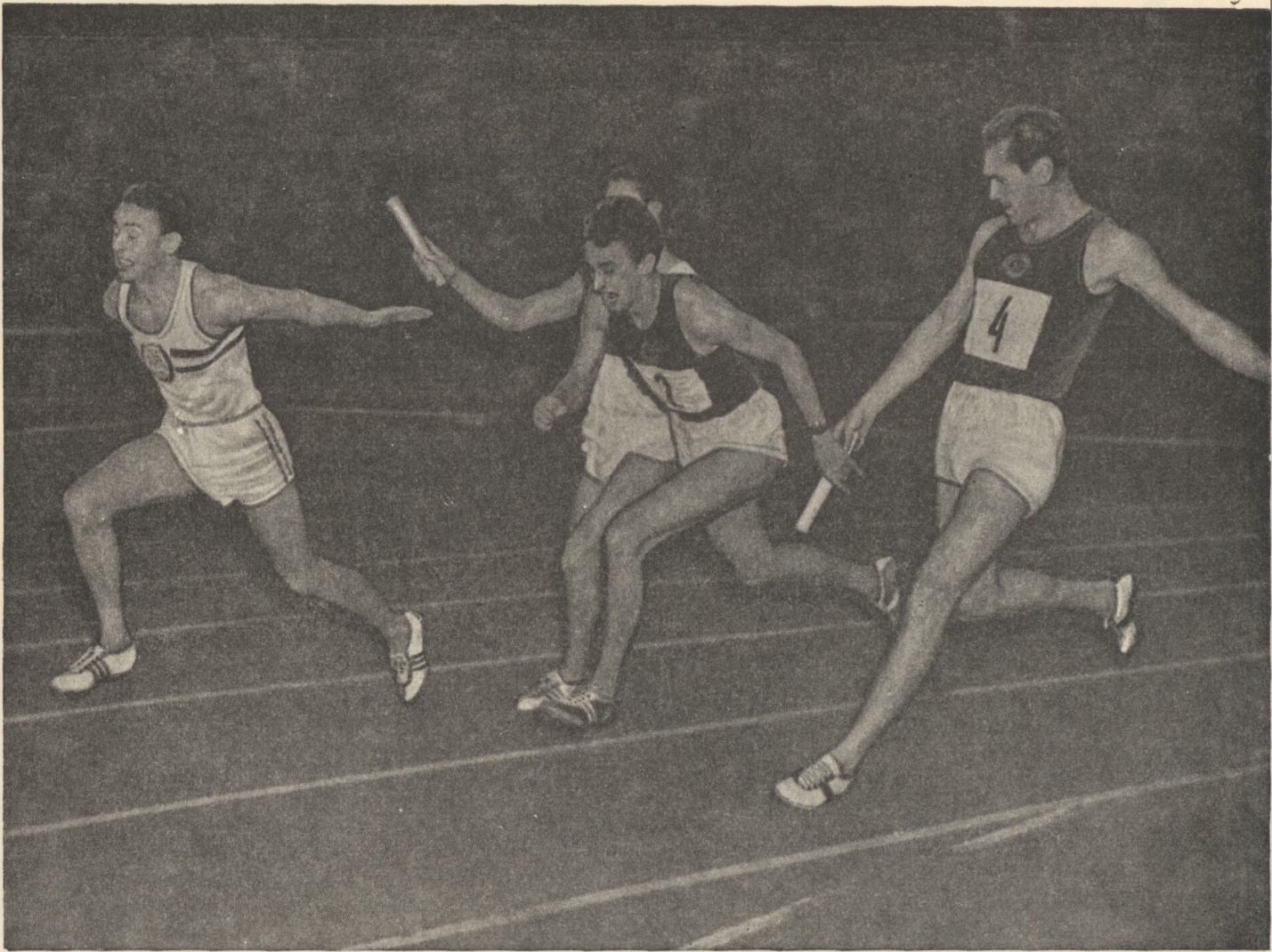


ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

11



1959



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ СПОРТИВНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

11

(54)

Ноябрь 1959 г.

ОРГАН ЦЕНТРАЛЬНОГО СОВЕТА СОЮЗА СПОРТИВНЫХ ОБЩЕСТВ И ОРГАНИЗАЦИЙ СССР

СОДЕРЖАНИЕ

Год больших международных встреч 2

К итогам II Спартакиады народов СССР

Е. Сеченова, В. Откаленко — Резервы у легкоатлетов неисчерпаемы 3
С. Кузнецов — Прыгать дальше 5
Р. Люлько — Заметки о спринте 7

Техника и методика тренировки

На старт зимних соревнований 9
В. Барышев — Соотношение средств подготовки прыгунов тройным 10

По Советскому Союзу

В. Матвеев, Е. Лутковский, И. Пожидаев — Обсуждаем проект спортивной классификации 12
И. Степанченко — Чемпионы общества «Динамо» 13
В. Ананьев — Прыгает Таисия Ченчик 15
В. Пукирев — Мастерство спартаковцев растет 16
В. Дмитриев — Двойной успех Марии Иткиной 17
А. Михайлов, Р. Прагер — Первенство Вооруженных Сил по кроссу 18
В. Волков — Шестой на континенте 19
Р. Панин — Эстафеты «Золотой осени» —
Новые мастера спорта 20
В. Павлович — Сестра мировой рекордсменки 21

Легкая атлетика в школе

А. Вайнштейн — Волевою подготовку начинать в школе 22

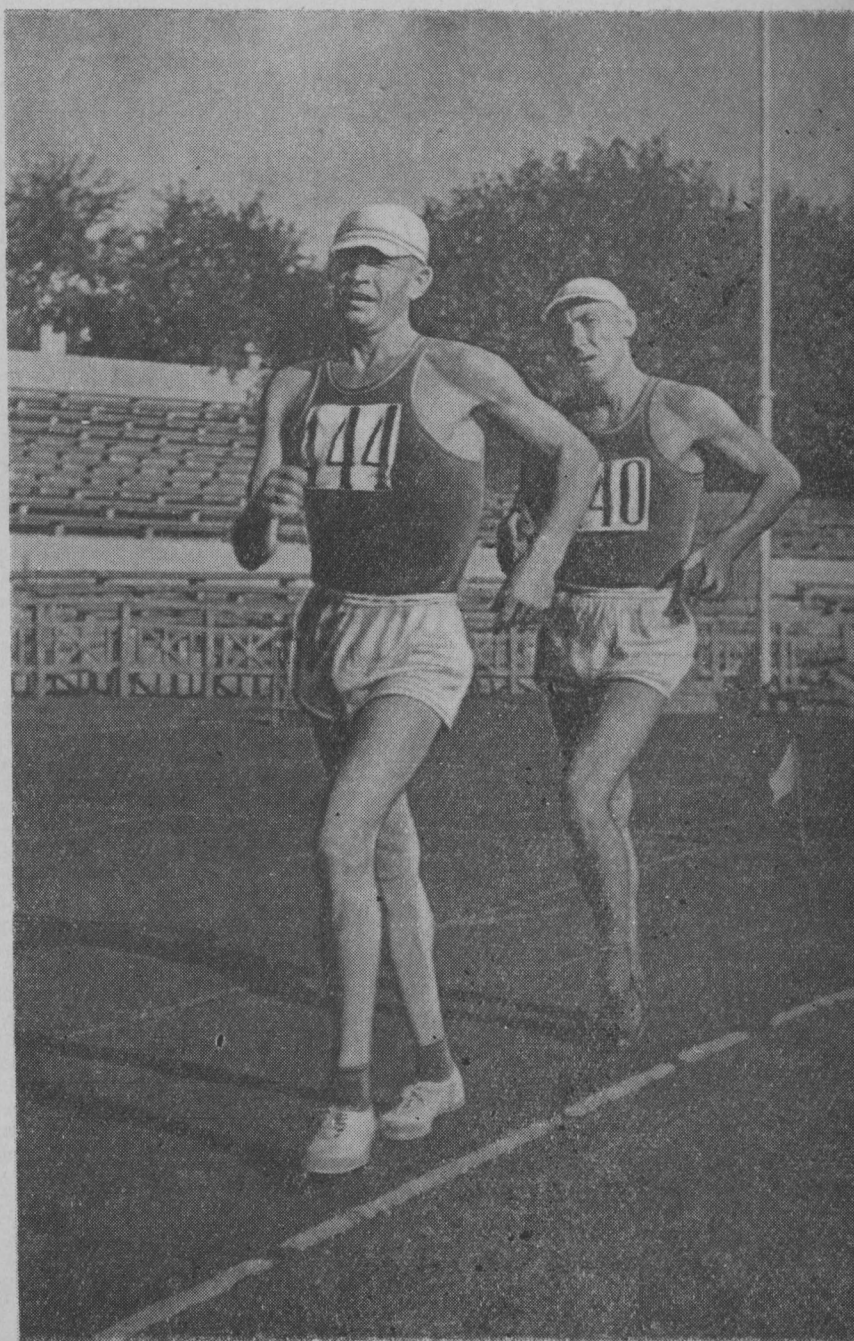
За рубежом

П. Денисенко — Вперед идет народный Китай 24
XVIII Балканские игры 26
Я. Поппер — Кросс газеты «Руде право» 27
О. Ряховский — Дружба студентов 28
В. Павлов — «Юбилей» Иоланды Балаш 30
Хроника —

Консультация

Г. Поллак — Предупреждайте травмы 31

→
Сильнейшие скороходы страны рекордсмены мира Г. Паничкин (№ 144) и В. Голубничий (№ 140)



ГОД БОЛЬШИХ МЕЖДУНАРОДНЫХ ВСТРЕЧ

Растут и крепнут международные спортивные связи советских легкоатлетов. С каждым годом расширяется круг встреч. Если в прошлые годы спортивную честь Родины преимущественно защищала сборная команда СССР, то сейчас все чаще на международную спортивную арену выходят также сборные команды союзных республик и спортивных обществ.

Так, из тридцати состоявшихся международных состязаний сборная команда Советского Союза выступила только в трех — в матче встреч с США, с ФРГ и со сборной командой Великобритании и Северной Ирландии. В шести соревнованиях, в частности в таких, как СССР — Венгрия, РСФСР — Польша, страну представляли команды республик, а в остальных — спортивные делегации или лучшие легкоатлеты спортивных обществ. Например, «Буревестник» выезжал в Турин на всемирную Универсиаду, «Динамо» — в Польшу, «Трудовые резервы» — в ГДР для участия в «Неделе Балтийского моря», сельские спортсмены — на международные соревнования в Болгарию.

Даже такой краткий перечень стран, команд и соревнований показывает, что минувший год был годом больших международных встреч. Каждое соревнование, где бы оно ни проходило, помогало крепить дружбу между спортсменами, способствовало улучшению взаимопонимания между нашим народом и народами других стран, укрепляло дело мира.

Советские легкоатлеты выступали на соревнованиях в Австрии, Болгарии, Венгрии, ГДР, Польше, Франции, Чехословакии, Италии, Норвегии, в Соединенных Штатах Америки. Добрая половина международных состязаний прошла на территории Советского Союза. В каждом из них было что-либо поучительное. Встречи с сильнейшими бегунами Великобритании, ФРГ, Польши, несомненно, окажут свое положительное влияние на рост мастерства наших бегунов на средние и длинные дистанции. Советским спринтерам и прыгунам, а также метателям многое дали встречи с легкоатлетами США. Не без нашего влияния улучшились достижения английских метателей и прыгунов.

Для советских легкоатлетов международные соревнования начались в апреле и закончились в октябре. Каков же общий итог этих выступлений? Где мы сделали шаг вперед, а где еще топчемся на месте?

Все крупнейшие матчевые встречи закончились убедительной победой наших команд. Напомним их итоги: СССР — США — 175 : 167, СССР — ФРГ — 211 : 130, СССР — Великобритания и Северная Ирландия — 205 : 136. Достигнутые результаты значительно выше, чем в предыдущих встречах с командами этих стран.

Помимо успеха в международных командных соревнованиях, наши легкоатлеты достигли высоких показателей и в личных выступлениях. Они установили 21 рекорд СССР, из которых 13 превышали рекорды Европы, а 8 — рекорды мира.

Анализ итогов международных соревнований 1959 г. говорит о том, что советская легкая атлетика выросла в комплексе 34 олимпийских видов и что наши темпы роста выше темпов роста легкоатлетов США, которые, как и в прошлом, остаются нашими самыми сильными соперниками. Наиболее слабыми звеньями нашей легкой атлетики являются мужские дистанции бега на 400, 800 и 1500 м. Нет еще у нас спринтеров-мужчин, которые могли бы рассчитывать на золотые олимпийские медали. Не можем мы пока претендовать на олимпийские лавры также в толкании ядра и беге на 400 м с барьерами у мужчин.

Международные соревнования позволили нашим легкоатлетам сойтись плечом к плечу со своими возможными соперниками на предстоящих Олимпийских играх в Риме. В ряде слу-

чаев противники превосходили советских спортсменов в волевой собранности, в умении вести борьбу. Это наиболее ярко выявило в матче РСФСР — Польша, состоявшемся в Варшаве. Наши бегуны потерпели здесь поражение на всех дистанциях, за исключением бега на 5000 м. Там же не имели оснований проигрывать прыжки с шестом Розенфельд и Беляев, которые не раз показывали в сезоне хорошие результаты, но оба они потерпели поражение от малоизвестного прыгуна Гроновского. Еще более неожиданной была победа Новаковской и Жбиковской на дистанции 800 м над Мухановой и Мных. Эти примеры говорят о том, что любого противника нужно уважать и всегда видеть в нем возможного победителя.

Кто же из советских легкоатлетов особенно хорошо проявил себя в международных встречах? Бегуны Ю. Коновалов, В. О कोरोков, А. Артынюк, П. Болотников, С. Попов, С. Ржищин, Г. Попова, В. Крепкина, Э. Озолина, Д. Левицка. Прыгуны И. Кашкаров, Р. Шавлакадзе, И. Тер-Ованесян, О. Федосеев, В. Горяев, В. Булатов, Т. Ченчик, В. Шапрунова. Барьеристы А. Михайлов, П. Седов. Метатели О. Григалька, В. Ляхов, В. Руденков, А. Варанаускас, Н. Пономарева, Б. Каледене, А. Шаститко, Т. Пресс. Многоборец Вас. Кузнецов. Ходоки А. Ведяков, В. Голубничий.

Удачный исход крупнейших международных соревнований свидетельствует о том, что советские легкоатлеты уже не те, что два года назад. Они стали опытнее, у сильнейших появились равноценные резервы. Не случайно, что сборная команда страны во всех своих выступлениях состязалась в измененных составах, с привлечением молодых сил. Такие замены вполне оправдали себя и наводят на мысль, что надо иметь два-три состава сборной команды, знающих заранее, когда и с кем они будут встречаться.

Успехи на международной арене, достигнутые в текущем году, не дают, однако, никаких оснований для самоуспокоенности, для зазнайства. Преодолимпийский год во все времена являлся годом прощупывания слабых мест у будущих соперников, годом проверки своих сил перед битвами на олимпийских полях. Для наших легкоатлетов и их тренеров международные соревнования 1959 г. и были такой проверкой.

Нам еще многое нужно сделать для того, чтобы в Риме чувствовать себя уверенно в борьбе за звание олимпийских чемпионов, за призовые места. Возможных кандидатов в олимпийскую команду необходимо готовить к длительной борьбе, к тому, чтобы показывать высокие результаты. Одна из особенностей Олимпийских игр в Риме состоит в том, что квалификационные нормы будут очень высоки. Их выполнение потребует от спортсменов больших усилий уже на предварительных соревнованиях. К этому надо быть готовым.

Участие в многочисленных международных соревнованиях в минувшем сезоне позволило проверить правильность принятой у нас системы подготовки спортсменов к достижению высоких результатов. Есть все основания говорить о рациональности существующей методики и правильности планирования подготовки сборной команды СССР к ответственным международным соревнованиям в 1959 г.

Спортсменам нужно будет с максимальной пользой использовать зиму и весну, имея в виду конечную цель подготовки — участие в олимпийских играх. В этой работе немалая роль должна быть отведена врачебному и педагогическому контролю за спортсменами. Глубокий анализ итогов минувшего сезона позволит избежать ошибок, имевших место в 1959 г., и поможет легкоатлетам еще лучше подготовиться к будущему спортивному сезону.

Резервы у легкоатлеток неисчерпаемы

Подводя итоги II Спартакиады народов СССР, и советские и зарубежные спортивные обозреватели склонны были считать, что в женской легкой атлетике дела обстоят гораздо лучше, нежели в мужской. Так ли это? Обратимся к фактам.

Ни в одном из видов программы у женщин судьям не пришлось фиксировать результаты победителей ниже нормы мастера спорта. В некоторых видах (бег 400 м, 80 м с/б и метание диска) число «мастерских» результатов превысило количество финалистов. Отрадно и то, что из 596 участниц 50 смогли выполнить норму мастера спорта, а 259 — норму первого разряда.

Первый мастер Спартакиады

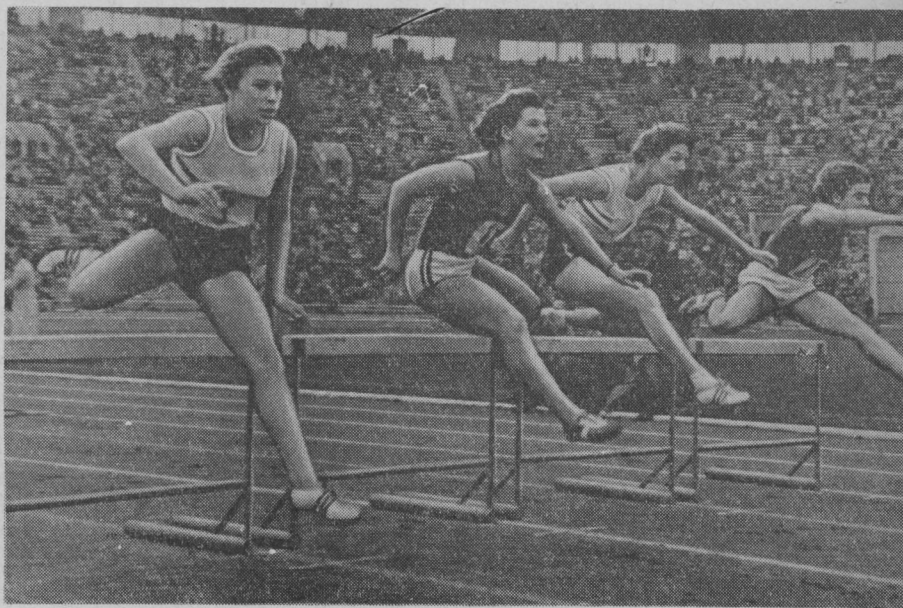
Пожалуй, не будет преувеличением утверждение, что наибольший интерес, по крайней мере в первый день состязаний Спартакиады, вызвали выступления женщин в беге на 400 м.

Уже в забегах как из рога изобилия посыпались «мастерские» результаты. Ими блеснули ленинградки Зинаида Котова и Альбина Хомутова, мищанки Татьяна Аврамова и Мария Иткина, показавшая лучшее достижение дня — 54,0, сельская спортсменка Валентина Агафонова (УССР), легкоатлетки Российской Федерации Зоя Шилова и Клавдия Кадынцева.

Успешно выступила Кадынцева, студентка Оренбургского медицинского института, воспитанница тренера Аркадия Чёмного. Пробежав дистанцию за 55,6, она была той первой ласточкой, которая, как говорится в народе, одна не делает весны. Но, тем не менее, Кадынцева «сделала погоду», первой открыв счет новым мастерам, получившим это звание в дни Спартакиады.

За последние два-три года молодую спортсменку, всегда решительно борющуюся за победу, мы видели на многих всесоюзных соревнованиях в Ленинграде, Москве, Киеве, Краснодаре. Зачастую до заветного рубежа — 56,0 — нормы мастера спорта ей не хватало считанных десятых долей секунд, тех самых трудных долей, которые являются последним препятствием на пути к получению почетного звания. И вот сразу сброшено семь десятых секунды с личного рекорда, оставлен позади до толде непреодолимый рубеж!

Хочется еще раз подчеркнуть, что молодой мастер спорта воспитан в некогда



Участницы матча СССР — Великобритания и Северная Ирландия на дистанции барьерного бега. Слева направо: победительница М. Бигнэл (Великобритания), Р. Кошелева (СССР), К. Квинтон (Великобритания), И. Пресс (СССР)

захолустном, а ныне большом областном городе Российской Федерации — Оренбурге. Приятно сознавать, что география подготовки новых мастеров спорта по легкой атлетике постоянно расширяется. Судите сами, в Оренбурге за последние два-три года воспитаны три новых мастера спорта — прыгунья в высоту Галина Доля, Людмила Набатова и Клавдия Кадынцева.

Конечно, нас не могут не радовать успехи в беге на 400 м. Они свидетельствуют о том, что наши тренеры находятся в своей работе на правильном пути, относя дистанцию 400 м для женщин больше к спринтерской, чем к средней, отдавая предпочтение в тренировках скоростной работе, разумно сочетая ее с повышением выносливости спортсменок.

Не прошло и месяца после Спартакиады, а М. Иткиной на состязаниях в Краснодаре удалось превзойти сразу два мировых рекорда — на 400 м и 440 ярдов.

Казалось бы, в беге на 400 м у женщин все обстоит благополучно. Но, тем не менее, на наш взгляд, в этом виде легкой атлетки использованы еще не

все резервы. Отдельные тренеры, ссылаясь на трудность этой дистанции, не готовят к ней молодых бегуний. Ведь сейчас, пожалуй, кроме латвийской спортсменки Лилиты Герика да Валентины Агафоновой трудно назвать перспективных юных спортсменок, в лице которых можно было бы видеть преемниц Марии Иткиной и других прославленных советских легкоатлеток.

Думается, что излишняя осторожность в специализации на 400 м вредит развитию этого вида. Для многих бегуний, специализирующихся на 200 м, большую пользу принесли бы тренировки и участие в состязаниях на более длинную, 400-метровую, дистанцию, что, несомненно, способствовало бы повышению выносливости наших женщин-спринтеров.

Подготовка должна быть разносторонней

Об этой отнюдь не новой истине мы вспомнили, наблюдая за выступлениями легкоатлеток на Спартакиаде. К сожалению, не раз приходилось убеждаться, что отдельные тренеры пренебрегают

физической подготовкой в работе со спортсменками, предпочитая «натаскивание» на результат. Так, явно недостаточной была общая физическая подготовка Лилии Соловьевой (УССР), Галины Родиченко (Москва), Аракси Овибян (Грузия), Бируте Кунците (Литва) и некоторых других спринтеров.

Высокие результаты в беге на коротких дистанциях у нас пока показывают немногие спортсменки. Отрадно, конечно, наблюдать восстановление отличной спортивной формы у ленинградки Галины Поповой. Но, вместе с тем, хотелось бы видеть на старте достойных молдских соперниц этой замечательной спортсменки.

Ведь не секрет, что высокая и стабильная спортивная форма на протяжении всего сезона не такое уж частое явление у нас. Достаточно взглянуть на списки лучших в сезоне. В беге на 100 м, например, 13 легкоатлеток показали в 1959 г. результаты 11,7 и лучше. Но только четверым из них — Г. Поповой, М. Иткиной, Н. Поляковой и В. Крепкиной — удавалось добиться этих высоких результатов по несколько раз. А остальные? Однажды показывали отличное достижение, а затем так и не могли повторить свой успех. За этим кроется недостаточное внимание к общей физической подготовке, позволяющей не только достигать высоких результатов, но и длительно поддерживать отличную спортивную форму.



Копье метает А. Шаститко (Ленинград)

Этот недостаток мы наблюдали не только в спринте. Сказывается он и на выступлениях прыгуньи в длину и в высоту.

Многих удивляет стабильность отличной спортивной формы чемпионки и рекордсменки страны по прыжкам в высоту Таисии Ченчик. А ведь эта замечательная спортсменка — разносторонняя легкоатлетка. Ее можно увидеть на старте соревнований по бегу, прыжкам и метаниям. Именно это позволяет ей добиться побед в избранном виде — прыжках в высоту.

Или другой пример. Имя Ирины Пресс сейчас широко известно любителям легкой атлетики. Но мало кто знает, что к одной из своих легкоатлетических специальностей — бегу на 80 м с барьерами — эта девушка пришла ст

бега на 400 м, дистанции, больше других требующей выносливости и разносторонней подготовки.

Опыт участия в двух последних олимпиадах, четырех чемпионатах Европы и многих международных соревнованиях многому должен был научить наших тренеров и спортсменов, и в частности умению тщательно готовиться ко всем стадиям того или иного первенства, рационально распределять силы, тактически правильно выступать в забеге, полуфинале или финале. На Спартакиаде этому способствовала умело составленная программа легкоатлетических соревнований, известная спортсменам задолго до их приезда в Москву, разумное распределение видов по дням.

К сожалению, многие участницы Спартакиады не сумели полностью проявить свои возможности и успешно выступить и в квалификационных и в основных соревнованиях. Высокий взлет, достижение отличных результатов утром и неудачи вечером характерны для выступления многих легкоатлеток. Порой случалось и так, что у отдельных спортсменок утренние результаты не уступали достижениям, показанным финалистками, а иногда и призерами состязаний. Почему это происходило? Почему в квалификационных соревнованиях по метанию диска Бирута Томсоне смогла установить новый рекорд Латвии, метнув снаряд на 50,38, а в основных соревнованиях едва подошла к рубежу 49 м? Усталость? Вряд ли. На наш взгляд, это также недооценка общей физической подготовки, снижение в основной период тренировки качества занятий.

Через три года

Все познается в сравнении. И сегодня хочется сравнить итоги двух спартакиад, разделенных немалым сроком — тремя годами напряженной спортивной жизни.

На обеих спартакиадах, как известно, разыгрывалось первенство в одиннадцать видов легкой атлетики у женщин (не считая эстафет). Результаты чемпионки II Спартакиады в шести видах превышают достижения победительниц I Спартакиады (бег на 400 м, прыжки в длину и высоту, метание диска, копья и толкание ядра), в одном виде (бег на 100 м) равнозначны и в четырех — ниже уровня достижений 1956 г. (бег на 200 и 800 м, 80 м с/б и пятиборье). Правда, в пятиборье победительниц двух спартакиад Н. Виноградову и И. Пресс разделяет лишь одно очко.

Но ведь не только уровень показателей чемпионок определяет успех того или иного соревнования. Сравнение достижений, показанных на обеих спартакиадах десятой и двадцатой участницей, говорит в пользу II Спартакиады. У десятых участниц лишь в трех видах (в беге на 100, 200 м и 80 м с/б) можно отметить снижение результатов в этом году, а в остальных восьми — повышение. Еще более разительная картина наблюдается при сравнении достижений двадцатых участниц. Здесь только в двух видах (бег на 200 м и 80 м с/б) результаты 1959 г. уступают достижениям 1956 г.

Значительно повысилось мастерство

большинства спортсменок, многие из них демонстрировали в дни II Спартакиады рациональную технику бега, прыжков и метаний.

Все ли, однако, сделано, чтобы передать опыт, накопленный в женской



Одна из сильнейших бегуний страны на 400 м Е. Парлюк (Ленинград)

легкой атлетике, стал достоянием всех советских тренеров? К сожалению, на этот вопрос приходится ответить отрицательно.

Опыт тренировки Галины Поповой, Веры Крепкиной, Марии Иткиной, Полины Лазаревой, Альбины Хомутовой, Екатерины Парлюк, Людмилы Лысенко и многих других известных советских бегуний пока еще недостаточно обобщен, мало еще изучается и исследуется вообще методика тренировки женщин в беге, прыжках и метаниях. Женская комиссия Федерации легкой атлетики СССР и институты физической культуры еще недостаточно уделяют внимания вопросам особенностей тренировки женщин. Зачастую в практику работы с женщинами механически переносятся методы учебно-тренировочных занятий с мужчинами. Почти отсутствует специальная литература по тренировке женщин в большинстве видов легкой атлетики.

У советских легкоатлеток — неисчерпаемые резервы и возможности для повышения уровня спортивного мастерства, для завоевания новых высот на международной арене.

Не секрет, что успехи наших спортсменок создают у некоторых тренеров благодушное настроение. А ведь за последнее время во многих зарубежных странах легкая атлетика среди женщин быстро двинулась вперед. Мы не случайно подняли вопрос о беге на 400 м. Внешне здесь, может быть, даже больше, чем в других видах легкой атле-

тики, у советских спортсменов все обстоит благополучно. Но даже почти два десятка «мастерских» результатов в беге на 400 м в этом году не дают нам повода для успокоения. Перенимая опыт советских легкоатлетов, зарубежные тренеры и спортсменки быстрыми шагами наступают на нас. Об этом свидетельствуют результаты австралийки Б. Катберт, новозеландки М. Чемберлен, англичанки М. Хискок и других.

Анализ результатов советских и зарубежных легкоатлетов в нынешнем сезоне показывает, что и в ряде других видов мастерство иностранных спортсменов повышается довольно быстро и что они сокращают имевшийся ранее разрыв с нашими достижениями. В частности, к такому выводу можно прийти, анализируя результаты в метании

диска, прыжках в длину, беге на 80 м с барьерами.

В то же время снижается, на наш взгляд, за последнее время уровень мастерства советских легкоатлетов в беге на 800 м. Ведь кроме Л. Терлигоревой, Н. Мных и В. Гилевой в дни подготовки ко II Спартакиаде народов СССР мы не увидели новых молодых бегуний, штурмующих высоты мастерства на этой дистанции.

Советским спортсменкам не пристало зазнаваться. Ныне нас не могут удовлетворить вчерашние темпы роста спортивного мастерства, а завтра мы не станем довольствоваться сегодняшними достижениями.

Одной из причин относительного снижения темпов роста мастерства советских легкоатлетов в отдельных видах,

по нашему мнению, следует считать недостаточное еще количество опытных женщин-тренеров, занимающихся со спортсменками, а также то обстоятельство, что женская комиссия Федерации легкой атлетики СССР недостаточно занимается вопросами развития легкой атлетики среди девушек и женщин в стране, не способствует распространению передового опыта сильнейших легкоатлетов в союзных республиках. В этом можно упрекнуть и Всесоюзный тренерский совет по легкой атлетике, работа которого страдает теми же недостатками.

Е. СЕЧЕНОВА,
заслуженный мастер спорта,

В. ОТКАЛЕНКО

ПРЫГАТЬ ДАЛЬШЕ

Анализ развития отдельных видов легкой атлетики в послевоенные годы показывает, что в первые ряды постепенно вышли наши прыгуны. Почти сделали «тройники». Усилиями Щербакова, вступившего в борьбу за мировое первенство на Олимпийских играх 1952 г., а также других прыгунов тройным повышались наши результаты, а благодаря этому возрастал и интерес молодежи к данному виду прыжков. Сейчас в тройном прыжке мы имеем наибольшее в мире количество спортсменов, преодолевших рубеж 16 м. Из 18 человек, сумевших сделать это за все годы, 10 — советские легкоатлеты.

Несколько позже завоевали ведущее место на международной арене советские прыгуны в высоту и с шестом.

Сейчас начинают укреплять свои позиции и прыгуны в длину. В прошлом году в этом виде впервые стал чемпионом Европы советский легкоатлет Игорь Тер-Ованесян. В текущем году способный спортсмен первым среди европейцев преодолел 8-метровый рубеж.

В связи с окончанием сезона полезно проанализировать, что произошло в этом виде прыжков за минувшие лето и осень, как показали себя спортсмены в крупнейших соревнованиях.

Наиболее полно были представлены наши прыгуны в длину на Спартакиаде народов СССР. Сравнительно с 1956 г., при равенстве количества участников (в 1959 г. — 63, в 1956 г. — 60), за 7 м в этом году прыгнуло вдвое больше. О качестве выступлений говорит и сравнение результатов финалистов.

1956 г.

1. О. Федосеев (Москва)	7,50
2. Э. Кехрис (Латвия)	7,35
3. А. Стефанович (УССР)	7,20
4. Л. Григорьев (Ленинград)	7,20
5. О. Ряховский (Узбекистан)	7,15
6. В. Лысенко (РСФСР)	7,14

1959 г.

1. И. Тер-Ованесян (УССР)	7,87
2. Д. Бондаренко (Ленинград)	7,82
3. О. Федосеев (Москва)	7,72
4. О. Югай (Казахстан)	7,56

5. В. Попов (Москва)	7,56
6. В. Гайдай (РСФСР)	7,28

Следует напомнить, что пятеро финалистов II Спартакиады выступали также в 1956 г. и показали тогда следующие результаты: Д. Бондаренко — 6,91 (13-е место), В. Попов — 6,84 (16-е место), И. Тер-Ованесян — 6,84 (19-е место), О. Югай — 6,83 (20-е место), и лишь О. Федосеев имел тогда прыжок дальше 7 м (1-е место). Однако три года назад ни один из призеров не показал результата мастера спорта, а сейчас их было три. Средний результат финалистов повысился с 7,26 на I Спартакиаде до 7,63 на II.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ТЕХНИКА

Наибольшее мастерство в течение всего сезона продемонстрировал чемпион и рекордсмен страны И. Тер-Ованесян. Изменение им скорости разбега повлекло за собой изменения и в технике прыжка — он перешел от способа «прогнувшись» к «ножницам». Кроме Тер-Ованесяна, «ножницами» прыгают сейчас Бондаренко, Югай. Часть прыгунов еще осваивает этот способ (Еремин, Ляскин, Запорожский, Чен, Гайдай).

Главный недостаток большинства прыгунов в длину — заступы за брусок. Они особенно часты у способных В. Горяева, Е. Михайлова, А. Зирко, А. Любешкина, А. Ляскина. Между тем, при соответствующей работе можно добиться безукоризненного попадания на брусок. В этом отношении образцово выступал О. Югай. При хорошем ритме разбега он ни разу не заступил за брусок. Однако имеющиеся у Югая погрешности в технике — он отклоняется назад перед подходом к месту толчка — и недостаточная скорость разбега мешают ему показывать более высокие результаты.

Наиболее действенное средство борьбы с заступами — многократное пробегание по месту разбега с последующим толчком. Такие пробежки особенно полезны для спортсменов, не владеющих ритмом разбега. Кроме того, рекомен-

дуется временно устанавливать контрольную отметку за 6 беговых шагов до бруска.

В ходе крупнейших соревнований сезона, и особенно на Спартакиаде, обнаружилось недочеты в силовой подготовке прыгунов. Это наиболее ярко сказалось на постоянстве результатов — от попытки к попытке спортсмены как бы выдыхались, и их показатели ухудшались. Происходит это потому, что прыгуны, занимаясь зимой со штангой, гирями, гантелями, с переходом на стадион выключали упражнения для развития силы из тренировочных планов и теряли то, что они приобретали за осень, зиму и первые месяцы весны.

Естественный вывод отсюда — силовые качества нужно развивать в тече-

Чемпионка СССР В. Шапрунова



ние всего года. Так и поступают Тер-Ованесян, Федосеев, Ряховский, Бондаренко, Попов.

ГЕОГРАФИЯ И ЛЮДИ

Рассмотрим теперь, как шла в союзных республиках подготовка прыгунов в длину, как работали тренеры.

Чемпионом и рекордсменом страны стал представитель Украины Тер-Ованесян. Казалось бы, за ним должен был стоять еще не один хороший прыгун, а в действительности? На Спартакиаде команду республики по прыжкам в длину представляли В. Ситкин — прыгун в высоту, А. Алябьев, прыгающий тройным, и В. Брумель, еще не определивший своей спортивной специализации. Где же новые силы, где партнеры Тер-Ованесяна? Их нет. Меж-

бешкиным. Однако из первой тройки хороший результат показал один Федосеев, а из выступавших в личном первенстве — только Попов. Если учесть, что четверем из шести прыгунов уже более 25 лет, то и о москвичах можно сказать, что у них работа по прыжкам в длину ведется плохо.

Заслуживает внимания узбекский тренер В. Барышев, который сумел в течение ряда лет подготовить в Ташкенте не только О. Ряховского, но и перспективных молодых прыгунов Ю. Мусташкина, О. Сорокина.

В Таджикистане, Туркмении, Киргизии, Азербайджане, Молдавии условия для подготовки прыгунов в длину не хуже, чем в Узбекистане, однако там в этом направлении сдвигов незаметно.

Большого можно было ожидать от белорусских спортсменов. В начале года

Б. Самойленко уверенно выполнили норматив первого разряда. Близок к этому был и Р. Квачикадзе. При систематической работе над техникой и развитием физических качеств эти молодые атлеты смогут уже в ближайшее время бороться за призовые места на любых соревнованиях.

Больше способных прыгунов в длину хотелось бы видеть в команде областей и краев РСФСР. За последние годы в ней не появилось ни одного прыгуна, который мог бы бороться за призовое место на матчевых встречах или первенстве страны. В республике много молодых спринтеров и при желании из их рядов можно было бы выбрать и воспитать способных прыгунов.

МАСТЕРА ОКАЗАЛИСЬ ЗРИТЕЛЯМИ

Повышение мастерства в прыжках в длину заметно не только у мужчин.

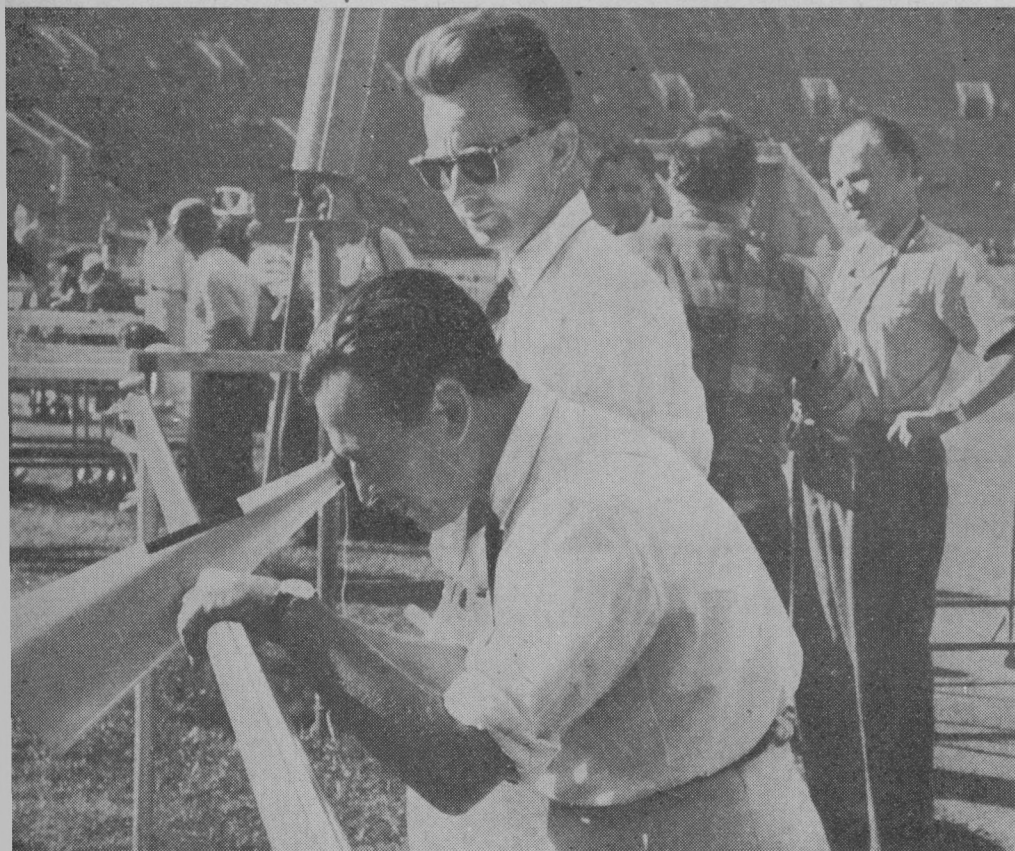
В 1958 г. наши лучшие прыгуньи успешно выступали не только у себя, но и за рубежом. Крепкина победила в матче СССР — США, Шапрунова в Варшаве показала 6,38 (при попутном ветре). Появились новые атлетки, способные совершать прыжки за 6 м, — Тальшева, Агре, Непайте.

В соревнованиях Спартакиады еще в квалификационных прыжках неудача постигла Крепкину, Попову, Литуву. Они не смогли выполнить норматива (5,70) и выбыли из дальнейшего конкурса. Им пришлось наблюдать за соревнованием с трибун уже в качестве зрительниц. Неудача этих спортсменок не была случайной. Имея не раз прыжки за 6 м, они, сочтя норматив для себя легким, не провели достаточной разминки перед выполнением прыжков и были за это наказаны. Данный пример поучителен — тщательная настройка перед стартом для показа хорошего результата, безусловно, имеет большое значение, придавая спортсмену уверенность в своих силах.

Звание чемпионки СССР, как известно, завоевала В. Шапрунова с результатом 6,21. Только на 1 см меньше показала Т. Фролова. Еще две участницы прыгнули за 6 м — В. Маремяэ 6,06 и Т. Тальшева 6,02. Общий уровень результатов был значительно выше, чем в 1956 г., когда из 57 участниц за 6 м прыгнула лишь одна Г. Быстрова и были показаны 3 результата мастера спорта (при норме 5,90), 18 результатов первого разряда, 16 — второго и 11 — третьего. На этой Спартакиаде из 54 участниц результаты мастера спорта при норме 6,00 показали 4 спортсменки, первого разряда — 16, второго — 29 и третьего — только 4. Средний результат финалисток с 5,92 в 1956 г. повысился до 6,04 в этом году.

В становлении мастерства у женщин решающую роль играют те же факторы, что и у мужчин. Так, на росте результатов Шапруновой очень сказался переход в выполнении прыжка от способа «в шаг» к способу «ножницы». Слабым местом для большинства прыгунь остается неумение сочетать разбег с тслчком. Было заметно, как спортсменки, набрав большую скорость в первой половине разбега, снижали ее к концу из боязни не попасть на брусок.

Как и мужчинам, нашим спортсменкам следовало бы больше внимания



Судьи у прибора для измерения прыжков в длину

ду тем, трудно поверить, чтобы среди молодых легкоатлетов в республике не нашлось способных прыгунов в длину.

Заслуженные аплодисменты выпали на долю Дмитрия Бондаренко, который не только занял второе место, но и установил новый рекорд Ленинграда. Вторым в команде был А. Ляскин (11-е место). Оба спортсмена — ученики заслуженного мастера спорта Э. Рохлина. А где же воспитанники других тренеров, которых в Ленинграде достаточно?

Москва была представлена сильными прыгунами — О. Федосеевым, К. Цыганковым, Ю. Ереминым и в личных состязаниях В. Поповым, Е. Ченом, А. Лю-

подавали надежды А. Зирко, В. Горяев. К сожалению, технические недостатки (у Зирко с ритмом разбега, а у Горяева с заступами за брусок) помешали им занять более высокие места. Следует заметить, что, кроме этих двух легкоатлетов, в Белоруссии высококвалифицированных прыгунов пока нет. Видимо, республиканскую федерацию легкой атлетики вполне удовлетворяет то, что в команде есть два спортсмена, могущих дать зачет в командных соревнованиях!

Впервые за многие годы появились хорошие прыгуны в длину в Грузии. Молодые спортсмены А. Бедукадзе и

уделять силовой подготовке. Это могло бы им лучше вытаскиваться от бруска, а также сохранить стабильность в результатах, которой большинству не хватает.

Участниками финальных соревнований оказались уже известные спортсменки А где же молодежь? Ее не видно. От Украины по-прежнему выступали Радченко, Крепкина, Слива (Сегень). В команде Москвы тоже не заметно новых имен. Литва выставила по прыжкам в длину пятиборку Непайте, Латвия — барьеристку Тралле. Все те же

атлетки защищают спортивную честь команды РСФСР. Ни одной спортсменки, могущей прыгнуть за 5,70, не выставила Белоруссия.

Несколько лучше выглядела команда Ленинграда. В ее составе были две финалистки соревнований — Шапрунова и Агре. Обе они ученицы тренера Н. Большакова из общества «Труд».

* * *

Сейчас советские прыгуны в длину, как мужчины, так и женщины, имеют реальные шансы бороться за призовые

места на Олимпийских играх в Риме. Но к этому нужно основательно подготовиться. Соревнования минувшего сезона ясно показали основные недостатки в технике и методике подготовки наших прыгунов. Устранению этих недостатков и нужно посвятить время, остающееся до первых летних соревнований 1960 г. Зимой должна быть создана база для достижения высоких и стабильных результатов в будущем году.

С. КУЗНЕЦОВ,
заслуженный тренер СССР

Заметки о СПРИНТЕ

Отзвучали последние выстрелы II Спартакиады народов СССР, и вновь опустели трибуны. Мастера больших скоростей на время убрали «боевые» шиповки и вернулись к повседневной тренировочной работе.

А потрудиться есть над чем. Даже ведущая группа спринтеров, в особенности мужчин, не порадовала любителей легкой атлетики результатами высокого класса.

10,5 Э. Озолина, 21,7 Л. Бартенева и 47,6 А. Игнатъева — это лишь посредственно для столь грандиозных соревнований, как спартакиада.

В финалах еще много «ветеранов», и это говорится не в укор нашим долговечным спринтерам; понятно, настоящий спортсмен уступит дорожку только в борьбе. В предварительных забегах мы увидели все лучшее, чем располагает на сегодня советский спринт. И надо сказать, что, несмотря на относительно невысокие результаты, показанные сильнейшими в финалах, мы обладаем значительным резервом, способным решать большие задачи в деле дальнейшего развития советского спринта.

Немного статистики

Раскройте № 6 и 7 журнала «Легкая атлетика» и взгляните на списки 100 лучших спринтеров СССР за все годы по 1958 г. включительно. Весьма поучительная картина. В 1957 г. три спортсмена пробежали 100 м за 10,4, в 1958 г. к ним прибавилось еще пять, 13 показали результат 10,5 и 14 — 10,6. Это ли не убедительное доказательство массового продвижения советского спринта к вершинам высоких скоростей в беге на самую короткую дистанцию!

Примерно то же можно сказать и о двух других коротких дистанциях — 200 и 400 м. За 21,0—21,5 200 м пробежали в 1958 г. восемь человек и десятки молодых бегунов добились результата много лучше нормы первого разряда. Заметные сдвиги произошли в беге на 400 м. В пределах 47,7—48,5 эту дистанцию (за 1957—1958 гг.) пробежало около 20 человек. Текущий год дал ряд новых спортсменов с высокими показателями на всех трех спринтерских дистанциях.

Однако уже в течение ряда лет нормы мастера спорта в беге на короткие дистанции выполняются исключительно на 100-метровой дистанции. На подступах к результату мастера спорта — 10,4 — здесь сейчас стоят десятки спринтеров, в то время как в беге на 200 м количество претендентов на это звание резко сокращается, а в беге на 400 м — сводится к нулю.

Цена истинной спринтерской скорости точнее проявляется в беге на 200 м. Элемент случайности в показе высокого результата здесь минимален, в то время как в беге на 100 м этому способствуют многие обстоятельства, например благоприятный попутный ветер, преждевременный уход со старта, невысокая квалификация секундометристов и т. д. Бегунам на 200 м эти явления могут сопутствовать лишь отчасти (например, ветер не будет дуть бегунам в спину всю дистанцию).

Создается впечатление, что многие легкоатлеты, выполнившие норматив мастера спорта на 100-метровой дистанции, сделали это случайно, так как в дальнейшем они зачастую не проявляют себя. Настало время по-новому квалифицировать мастерство бегунов на короткие дистанции, и особенно на 100 м. Очевидно, имеет смысл присваивать звание мастера спорта лишь после показа в течение одного сезона не менее 5—6 результатов в пределах 10,4—10,5. При этом следует, конечно, учитывать и значимость соревнований.

Против всплеск и угасаний

Итак, по данным статистики, с бегом на короткие дистанции у нас как будто все обстоит благополучно. Имеется большая группа спортсменов, пробегающих стометровку быстрее 11,0, 200 м — лучше 22,0 и 400 м — лучше 49,0. В отдельных случаях результаты наших спринтеров приближаются к показателям сильнейших бегунов Европы и США.

Уже в апреле текущего года четыре спринтера показали на 100 м — 10,4, несколько человек пробежали эту дистанцию за 10,5—10,6. Закономерно было ожидать значительного улучшения результатов у наших спринтеров в дни больших стартов на II Спартакиаде народов СССР. Но этого не случилось.

Причиной этого неприятного явления, по нашему мнению, является форсированная тренировка, которая нарушает плавность физиологически обоснованного процесса втягивания спринтера в устойчивую спортивную форму. Предельно быстрый бег на всевозможных отрезках — вот что часто становится доминирующим в тренировке спринтеров зимой. Недостаточна работа над выносливостью (кроссы), над силой (исключаются упражнения для развития силы), над гибкостью. Мало в подготовительном периоде уделяется внимания технике бега. Вне поля зрения остаются вопросы постановки дыхания спринтера. Между тем, в этот период задача каждого легкоатлета, а тем более бегуна на короткие дистанции — создание базы для показа достигнутых в период наиболее ответственных состязаний.

Не может способствовать успехам спринтеров и лишь тормозит дальнейший рост их показателей резкое разграничение коротких дистанций и узкая специализация бегунов на 100, 200 или 400 м. К сожалению, сегодня еще можно назвать немало спринтеров, как огня боящихся дистанций больше основной.

Практика мирового спринта (Д. Роден, Г. Мак-Кинлей, Э. Стенфилд, Б. Морроу, Т. Бейкер, Э. Коллимур, Э. Саутерн, Д. Девис, А. Игнатъев и другие) показывает, что подобная тесная связь в тренировочном и соревновательном процессе может быть лишь полезной. Однако наши спринтеры предпочитают специализироваться главным образом в беге на 100 м, в меньшей степени на 200 м и стараются быть как можно дальше от 400-метровой дистанции. В свою очередь, бегуны на 400 м

не совершенствуют своих скоростных возможностей в соревнованиях на 100 и 200 м и лишь в исключительных случаях стартуют в коротком спринте.

Трудно определить, когда и кем было установлено это резкое разграничение, положившее начало узкой специализации в пределах одной спринтерской дистанции. Сейчас должно быть признано, что оно не в пользу нашему спринту, а, наоборот, мешает приобретению высоких стабильных результатов в беге на любую короткую дистанцию. Современная прогрессивная методика тренировки должна потребовать от наших спринтеров умения преодолевать не только одну стометровку за 10,4, но показывать результаты, близкие к мастерским, на 200 м и высокие на 400 м.

Ошибочной, на наш взгляд, является установка «беречь» такую дистанцию, как ленинградец Э. Озолин, от участия в соревнованиях на 400 м. Разумное применение этой дистанции может быть полезным для него.

Или почему бы специалистам в коротком спринте не попробовать свои силы в эстафете 4×400 м. Подготовка к участию в соревнованиях на эту дистанцию и сами соревнования вырабатывают важные психологические качества и многое дадут для совершенствования техники бега. Молодым спринтерам, стремящимся к высоким и «долговечным» результатам, хочется порекомендовать чаще бегать 400-метровую дистанцию в тренировках и на соревнованиях.

С другой стороны, бегуны на 400 м должны возможно чаще «атаковать» дистанции 100 и 200 м. Длительное топтание большинства наших бегунов на 400 м вокруг 48,0 является следствием того, что они редко выступают в соревнованиях на 100 и 200 м. А это необходимо, так как только в беге на 100 и 200 м в условиях соревнований могут быть оценены главнейшие компоненты скоростных усилий в беге на 400 м.

Все сказанное выше позволит рассматривать дистанции спринта как единое целое по форме и содержанию. Широкое совмещение спринтерами всех трех коротких дистанций особенно важно на первоначальной стадии обучения и тренировки. Лишь впоследствии, когда в полном объеме выявляются индивидуальные способности спринтера к той или иной дистанции, необходима определенная специализация.

Спринтер не может быть универсалом и выигрывать на олимпиаде бег на 100, 200 и 400 м. Но в тренировочной и соревновательной практике необходимо использовать все три дистанции в полном объеме и во всей широте. Это даст возможность бегуну на 100 и 200 м показывать устойчивые высокие результаты, а бегуну на 400 м иметь нужную скорость в продолжение всего бега от старта до финиша.

Тот, кто внимательно следит за развитием советского спринта, не может не заметить известного пренебрежения к эстафетному бегу. Эстафеты проводятся у нас крайне редко и только 4×100 и 4×400 м. Потеряли свое значение весьма популярные раньше эстафеты 400+300+200+100 м, 10×100 м, 3×500 м, 800+400+200+100 м и другие. Трудно переоценить значение эстафетного бега в легкой атлетике. Он многое даст и молодым и опытным спортсменам, позволит с большим эффектом выявлять способную молодежь, будет отличным средством популяризации легкой атлетики. Эстафетным бегом можно и нужно заниматься не только от одного состязания к другому, но и возможно чаще применять его на тренировках.

С молодежью нужно работать

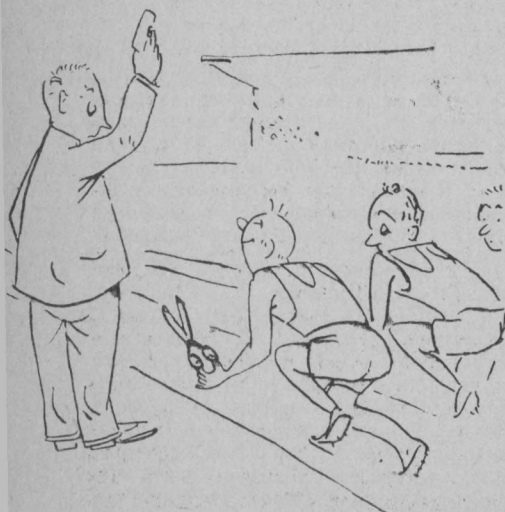
Анализируя состояние спринта в стране, и в частности результаты, показанные на Спартакиаде народов СССР, нельзя не сказать о резервах. Из 86 спортсменов, стартовавших в беге на

100 м, почти половина — молодежь в возрасте от 19 до 21 года. Среди нее мы видим чемпионов Спартакиады и призеров многих состязаний: Э. Озолина, Е. Гетмана, А. Любешкина, А. Мацко, С. Солнцева, В. Заварзина. Возраст и скоростные данные молодых атлетов говорят о том, что у них может быть большое будущее. Тот факт, что способные спринтеры появились в Молдавии, Белоруссии, в республиках Средней Азии, — яркое свидетельство неиссякаемых резервов для большого спорта. Но молодежи нужно помогать, ее нужно учить технике, ей нужно дать правильную методику подготовки. С этим не всегда успешно справляются тренеры, работающие в окраинных центрах.

Для оказания помощи тренерскому составу необходимо проводить сборы, семинары, но будет еще лучше, если каждый занимающийся с легкоатлетами по бегу на короткие дистанции будет иметь монографию об опыте работы не только с мастерами, но и с молодыми легкоатлетами, монографию, где рассказывалось бы, как лучше знакомить с навыками спринтерского бега не только юношей, но и подростков, детей школьного возраста. Такое пособие поможет не только тренеру, но и школьному учителю, подчас не знающему, как ему правильно подойти к тому, чтобы познакомить своих питомцев с легкой атлетикой и ее основой — спринтерским бегом.

Если будет создана преемственность в подборе контингента бегунов на короткие дистанции, начиная со школьного возраста, а также преемственность в обучении спринтерскому бегу, то можно быть уверенным, что проблема спринта, так волнующая всех любителей легкоатлетического спорта, будет решена. Нет сомнений, что тогда и взгляды на крупных международных состязаниях наши спринтеры будут значительно лучше, чем сейчас.

Р. ЛЮЛЬКО,
заслуженный мастер спорта



Без слов
«Чехословацкий спорт»

В НЕСКОЛЬКО

СТРОК

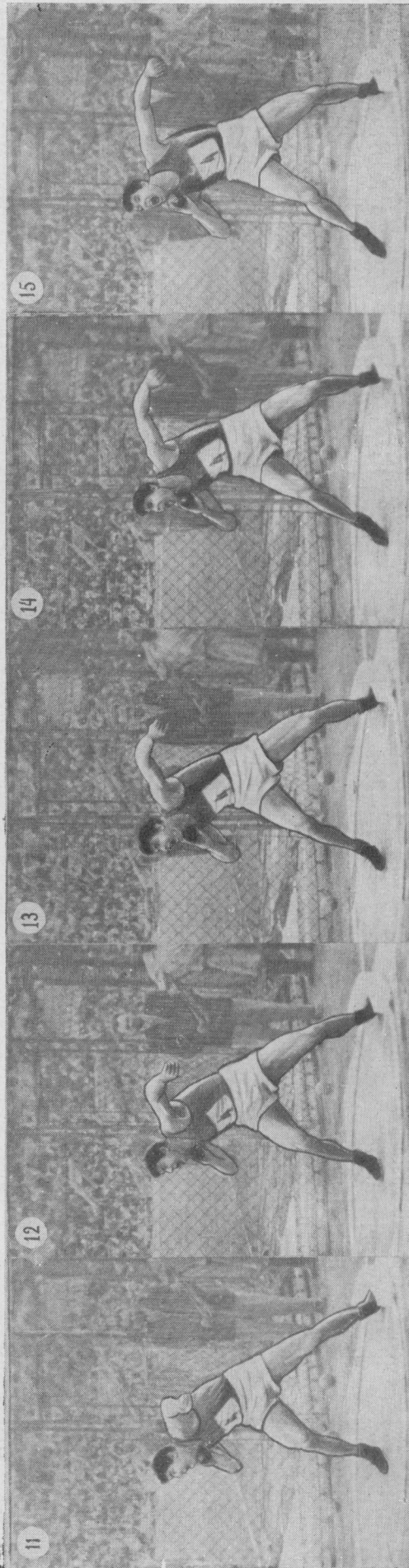
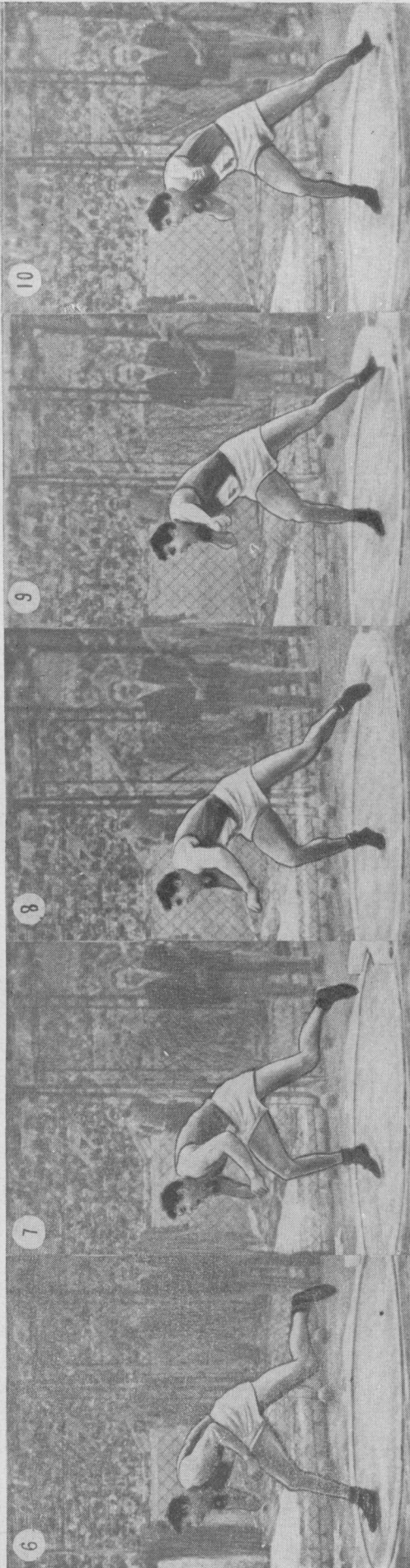
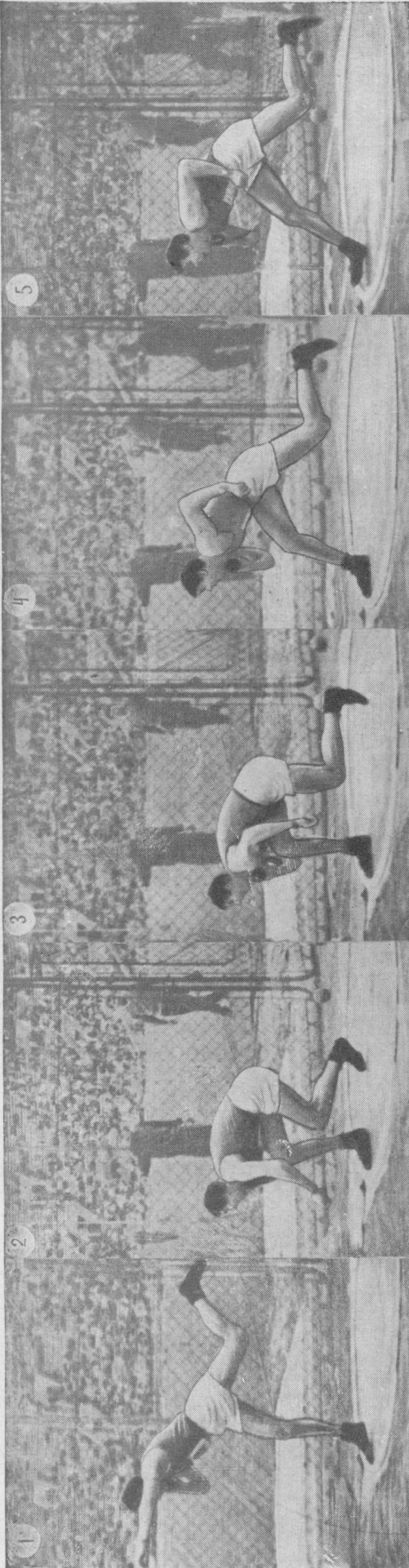
Соревнования сельских легкоатлетов. В ряде республик состоялась спартакиада физкультурников села.

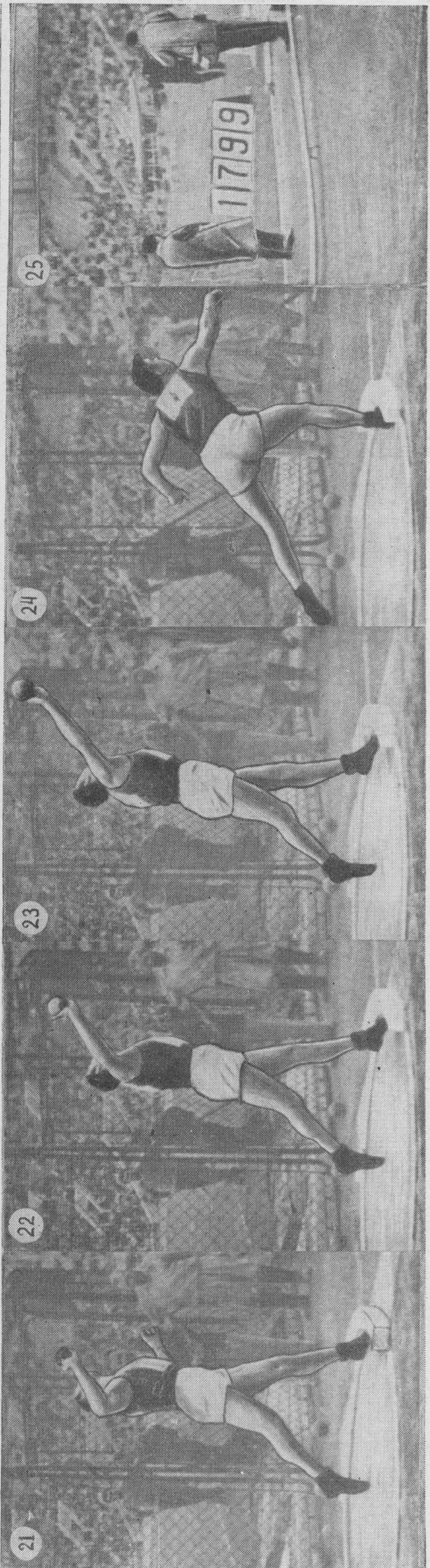
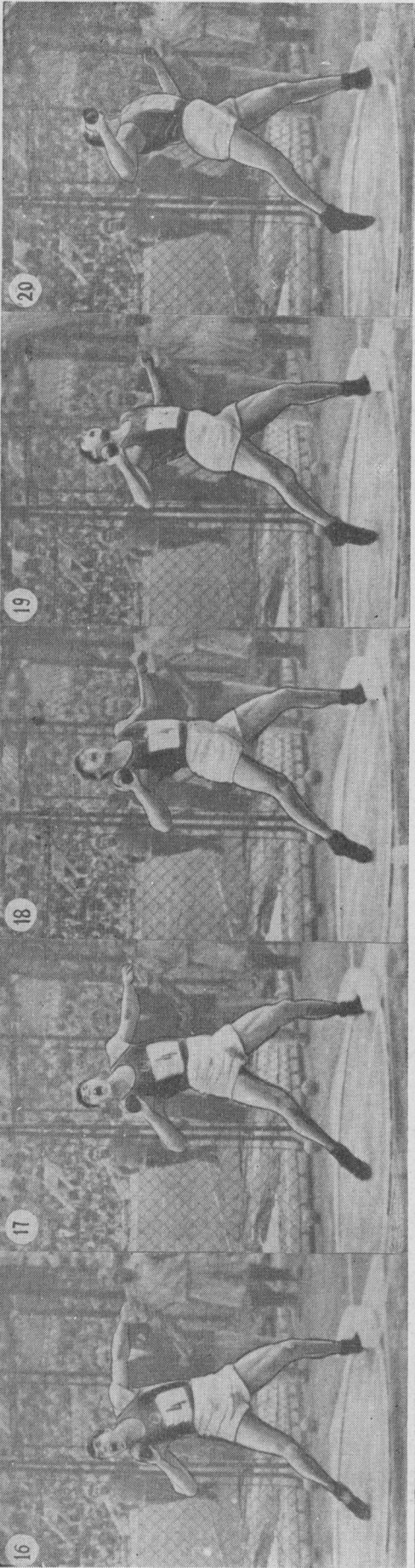
Ежегодно организуемые в Латвии республиканские состязания сельских спортсменов прошли в этом году особенно успешно. В городе Салдусе выступили сборные коллективы всех 45 районов Латвии, а также гости — спортсмены Эстонии. Видное место на соревнованиях заняла легкая атлетика. Установлен ряд новых рекордов сельского спортивного общества «Варпа». Библиотекарь из Цесисского района Л. Кивлениек послал гранату на 73,13, студентка Саулайнского сельхозозьяственного техникума А. Дубulte метнула диск на 39,86. Первенство по лег-

кой атлетике завоевала команда Валкского района.

В столице Белоруссии Минске проведена первая спартакиада крупнейших колхозов, совхозов и РТС. 49 сборных коллективов оспаривали первенство по легкой атлетике, велоспорту, волейболу и поднятию тяжестей. Победу одержали физкультурники совхоза «Брестский».

Около 200 юношей и девушек участвовало в финале второй спартакиады сельских физкультурников Карелии. Победителями по легкой атлетике вышли физкультурники совхоза «Вперед». Механик этого совхоза Н. Коробов первенствовал в беге на 1500 м, учительница Н. Полева — в беге на 100 м.





В толкании ядра Варанаускас придерживается общепринятой техники. Однако судя по рекордному толчку, можно сказать, что он овладел техникой лучше других наших спортсменов.

В исходном положении Варанаускас становится спиной к направлению толкания (кадр 1) и, готовясь к разбегу-скачку, отводит левую ногу назад-вверх, стараясь при этом перенести опору больше на носок правой ноги.

Следующий кадр (2) показывает движение метателя непосредственно перед скачком. С этого момента начинается наиболее ответственная часть движения спортсмена, требующая от него отличного владения своим телом, правильного расположения центра тяжести и предельной быстроты.

Надо отдать должное Варанаускасу — он неплохо овладел техникой движений в этой фазе толкания. Скорости продвижения по кругу он добивается за счет быстрого разгибания и отведения левой ноги назад (кадры 2—5) при котором распрямление туловища (в пределах 12—15°). Этому же способствует и распрямление напряженной правой ноги.

Техника Варанаускаса в фазе скачка имеет и свои особенности. Он не сохраняет обычное стартовое положение левой руки в момент отведения назад левой ноги, а выводит ее в том же направлении, как бы помогая отталкиванию. По окончании отталкивания он снова выводит руку вперед (кадр 8).

Следует обратить внимание на выполнение Варанаускасом отдельных приемов во время скачка, являющихся чрезвычайно важными элементами техники толкания ядра. К ним относятся: контакт правой ноги с грунтом в начале скачка, продвижение ОЦТ без резкого подъема вверх и почти полное сохранение во время скачка стартового положения верхней части туловища и головы (кадры 1—8).

Не меньшее значение имеет и некоторый поворот правой ноги внутрь к моменту постановки ее на грунт после скачка и быстрое опускание вслед за этим левой ноги. Как видно на киноснимке, правая нога становится на землю после скачка, не достигая середины круга. Носок ее находится в этот момент в пределах 90 см от внутренней части обода.

С этого момента усиливается давление правой ноги на таз, причем в это время правая нога несколько поворачивается внутрь. Это движение сочетается с распрямлением туловища и поворотом плечевого пояса (кадры 9—18). Движение таза вперед продолжается до момента, зафиксированного на кадре 20. В этот момент туловище перешло уже 90°, а положение левой ноги приближается к прямому углу (около 81°). На киноснимках других толчков Варанаускаса заметно меньшее движение туловища и тазовой части вперед, чем это имело место в данном толчке.

Отрыв правой ноги начинается до момента полного распрямления левой ноги (кадр 18), которое заканчивается в момент, показанный на кадре 20. Значительное выпрямление левой ноги выполняется в виде обычного разгибания, при котором колено выводится назад, на одну линию с тазобедренным и голеностопным суставами.

Активный поворот плечевого пояса Варанаускас начинает с момента, зафиксированного на кадре 16, т. е. вслед за начинающимся давлением на таз правой ноги (кадры 16—18). Если до момента, показанного на кадре 18, фактически усилие проводилось при относительно постепенном повышении ОЦТ, то с начала отрыва правой ноги кривая ОЦТ направляется почти по вертикали. Следует отметить, что Варанаускас избегает ошибки многих толкателей ядра, заключающейся в активном распрямлении ног после скачка без сочтения этого движения с постепенным давлением на ядро.

В заключительной фазе обращает на себя внимание удачное расположение предплечья правой руки, почти совпадающее с направлением толкания ядра. Положительным является и рациональное проведение ядра перед телом и активная смена ног.

Таким образом, в технике толкания ядра Варанаускаса есть много положительного, достойного изучения нашими молодыми метателями.

НА СТАРТ ЗИМНИХ СОРЕВНОВАНИЙ



19—21 марта 1960 г. в Ленинграде, Каунасе, Тбилиси и Сталинабаде состоятся зимние зональные соревнования сборных команд союзных республик, Москвы и Ленинграда. Как и в прошлом году, программа и положение этих соревнований будут подчинены задачам подготовительного периода тренировки, в разгаре которого они состоятся.

Прошедшей зимой по предложению Всесоюзного тренерского совета в программу зимних соревнований были включены легкоатлетические двоеборья, а также обязательное для каждого участника дополнительное четырехборье из упражнений, характеризующих разностороннюю физическую подготовку.

Изучив и обсудив итоги этих соревнований, Всесоюзный тренерский совет отметил, что принципиально новая программа сыграла положительную роль в подготовке наших спортсменов к лету 1959 г. и определила основное направление зимней тренировки легкоатлетов. Тренерский совет решил, что подобные соревнования необходимо совместить внедряя в практику учебно-тренировочной работы.

В программу зимних зональных соревнований 1960 г., так же как и в прошлом году, введены многоборья по основным видам легкой атлетики и обязательные для каждого участника дополнительные четырехборья из упражнений, способствующих разностороннему физическому развитию.

Личное первенство в каждом основном виде программы будет определяться с учетом результатов, показанных в дополнительном многоборье и оцениваемых по специальной таблице в очках. В основу таблицы положены результаты, показанные на подобных соревнованиях в марте этого года. Результаты в толкании штанги определяются по соотношению поднятого веса к собственному весу спортсмена.

Программа зимних соревнований значительно расширена. Основными считаются следующие виды программы (различные виды многоборий предназначены для легкоатлетов той или иной специальности):

Мужчины

1. Троеборье: бег 60 м, прыжки в длину, бег 300 м. 2. Двоеборья: бег 100 и 500 м; бег 300 и 600 м. 3. Двоеборья: бег 600 и 1000 м; бег 1000 и 3000 м. 4. Эстафеты: 4×250 м; 4×500 м. 5. Эстафета 4×1000 м. 6. Троеборье: бег 40 м с/б (106 см), 110 м с/б (106 см), 110 м с/б (91,4 см). 7. Двоеборье: ходьба 10 км, лыжная гонка 15 км (или пробег 15 км, если нет снега). 8. Прыжки в высоту. 9. Двоеборья: прыжки в длину, бег 60 м; прыжки с шестом и в длину (допускаются спортсмены, имеющие в прыжках с шестом результат не менее 4 м). 10. Десятикратный прыжок с разбега не более чем в 5 беговых шагов («скачок-шаг», как в тройном прыжке, в третьем прыжке приземление на толчковую ногу,

затем опять «скачок-шаг» и т. д.; десятый прыжок завершается приземлением на обе ноги в яму с песком; допускаются спортсмены, имеющие 1-й разряд в тройном прыжке). 11. Двоеборья: толкание ядра с места и со скачка; метание диска с места и с поворотом; метание веса (16 кг, длина 40 см) и молота. 12. Двоеборье: метание ядра (4 кг) двумя руками из-за головы вперед с места (одна нога впереди) и метание копья (допускаются копьеметатели 1-го разряда, а для зоны Москва—Ленинград — РСФСР — СССР с результатом не менее 70 м). 13. Шестиборье: бег 100 м, прыжки в длину, толкание ядра, прыжки в высоту, бег 110 м с/б, прыжки с шестом (проводится в один день).

Женщины

1. Троеборье: бег 60 м, прыжки в длину, бег 300 м. 2. Двоеборье: прыжки в длину, бег 60 м. 3. Двоеборье: бег 300 и 500 м. 4. Эстафеты: 4×250 м; 4×500 м. 5. Троеборье: бег 40 м с/б, 80 м с/б, 100 м. 6. Прыжки в высоту. 7. Двоеборья: толкание ядра с места и со скачка, метание диска с места и с поворотом; метание ядра двумя руками из-за головы вперед с места (одна нога впереди) и метание копья (допускаются копьеметательницы 1-го разряда, а для зоны Москва—Ленинград — РСФСР — СССР с результатом не менее 50 м). 8. Пятиборье — обычное.

Победители в двоеборьях и троеборьях определяются по сумме занятых мест, а в шестиборье и пятиборье — по обычным таблицам подсчета очков.

В программу упражнений, характеризующих физическую подготовленность легкоатлетов, введены следующие четырехборья:

Мужчины

Для участников беговых, прыжковых многоборий и эстафет (№ 1, 2, 4, 6, 8, 9, 10, 13): 1. Бег 30 м. 2. Толкание штанги. 3. Тройной прыжок с места. 4. Лазание по канату на руках (без помощи ног) на высоту 5 м от пола из положения сидя на полу.

Для участников многоборий, включающих бег от 1000 до 3000 м и спортивную ходьбу (№ 3, 5, 7): 1. Бег 100 м (300 м для ходоков). 2. Десятикратный

(с ноги на ногу) прыжок с места. 3. Лазание по канату на руках (без помощи ног) на высоту 5 м от пола из положения сидя на полу. 4. Поднимание штанги весом 40 кг на количество раз от касания ею пола до вы-



Призер II Спартакиады народов СССР в прыжках с шестом Я. Красовские

тянутых вверх рук через взятие на грудь (толчок) без задержки движения.

Для участников многоборий в метаниях (№ 11 и 12): 1. Бег 30 м. 2. Тройной прыжок с места. 3. Толкание штанги. 4. Метание ядра (7,257 кг) из круга через голову назад двумя руками или двумя руками снизу вперед (для участников двоеборья копьеметателей).

Женщины

Для участниц беговых и прыжковых многоборий (№ 1, 2, 3, 4, 5, 6): 1. Бег 30 м. 2. Тройной прыжок с места. 3. Подтягивание на перекладине на количество раз. 4. Метание мяча весом 2 кг двумя руками через голову назад.

Для участниц многоборий в метаниях (№ 7): 1. Бег 30 м. 2. Тройной прыжок с места. 3. Отжимание на количество раз из положения в упоре (локти в

сторону, тело прямое). 4. Метание ядра (4 кг) из круга через голову назад двумя руками или двумя руками снизу вперед (для участниц двоеборья копье-метателей).

Каждый соревнующийся имеет право выступать только в одном виде основной программы, считая и эстафеты. Это будет способствовать более углублен-

ной и целенаправленной подготовке участников, а также заставит готовить большее количество бегунов.

Новая программа зимних соревнований сборных команд союзных республик, Москвы и Ленинграда потребует изменения программы всех соревнований, предшествующих матчевым зональным встречам. Это решающим образом

повлияет на содержание зимней тренировки всей массы наших легкоатлетов, которая должна быть направлена как на разностороннюю физическую подготовку спортсменов и развитие нужных им физических качеств, так и на совершенствование в избранном виде легкой атлетики.

СООТНОШЕНИЕ СРЕДСТВ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ ТРОЙНЫМ

Развитие физических качеств спортсмена является основой тренировочного процесса. Однако каждый вид легкой атлетики в силу своей специфики требует предпочтительного развития некоторых ведущих для данного вида качеств.

Вопрос о том, в каком соотношении должны развиваться необходимые спортсмену физические качества по видам легкой атлетики, в современной литературе почти не освещен.

Работая с группой легкоатлетов, специализировавшихся в тройном прыжке,

мы поставили своей целью определить, каким должен быть объем упражнений, развивающих основные физические качества прыгунов, и какое место в тренировке данные упражнения должны занимать сравнительно с другими средствами.

Нами были исследованы дневники тренировки за последние три года ведущих прыгунов: О. Ряховского (Ташкент), К. Цыганкова и Е. Чена (Москва) и В. Кобелева (Ленинград), а также дневники группы ташкентских прыгунов (один мастер спорта, два спортсмена первого разряда и шесть — второго).

При сопоставлении средств тренировки по времени мы не считали необходимым особо учитывать интенсивность выполнения упражнений, так как квалифицированный спортсмен в основном тренируется с оптимальной интенсивностью во всех упражнениях.

ТАБЛИЦА 1

Фамилия	Год	Лучший результат	Средства тренировки (в %)		
			общая физическая подготовка	развитие быстроты	развитие прыгучести
О. Ряховский	1957	16,29	41	27	32
	1958	16,59	54	22	24
К. Цыганков	1957	16,04	58	18	24
	1958	16,19	50	20	30
Е. Чен	1958	16,00	52	24	24
В. Кобелев	1956	15,92	53	21	26

ТАБЛИЦА 2

Направленность тренировки	Виды упражнений	Месяцы	
		Декабрь*	Январь
		Количество занятий	Количество соревнований
Общая физическая подготовка	Медленный бег, кроссы	50 мин.	1 час. 45 мин.
	Разминка	3 час. 20 мин.	7 час.
	Игры	2 час.	2 час.
	Гимнастика, акробатика	2 час.	3 час. 40 мин.
	Упражнения со штангой	4 час.	8 час.
	Упражнения с гириями различных весов	2 час.	4 час. 30 мин.
	Упражнения в метаниях	3 час.	6 час. 30 мин.
Развитие быстроты	Ускорения	2000 м	6000 м
	Бег со старта до 100 м	—	700 м
	Бег со старта 100—200 м	—	600 м
	Бег с хода	—	—
	Переменный бег	—	—
	Пробегание „по разбегу“	—	—
	Беговые упражнения	2000 м	5000 м
Развитие прыгучести	Тройной прыжок с разбега	20 раз	60 раз
	Прыжки в высоту с разбега, толкаясь правой и левой ногой	50 раз	80 раз
	Прыжки в длину с разбега, толкаясь правой и левой ногой	50 раз	80 раз
	Двойной прыжок (связка „скачок-шаг“ и „шаг-прыжок“)	20 раз	60 раз
	Прыжковые упражнения (на одной ноге, с ноги на ногу, в ритме тройного)	3000 м	5000 м
	Прыжки на трибунах наискось-вверх или в гору	500 м	500 м
	Выпрыгивания вверх, наступая одной ногой на скамью, с продвижением вперед	250 м	500 м
	Прыжки с места и с тумбы высотой 80—100 см	100 раз	150 раз
	Покачивания на стопе, выпрыгивания из различных положений, поскоки	30 мин.	40 мин.
	Контрольные нормативы	Бег 30 м с хода	—
Бег 60 м со старта		—	—
Бег 150 м со старта		—	—
Прыжки в длину с разбега		—	—
Тройной прыжок с разбега		—	—
Тройной прыжок с места		—	—
Штанга-рывок**		—	—
Штанга-толчок	—	—	

* Подготовительный период в условиях Узбекской ССР начинается с середины декабря.

Что же касается изменений объема тренировочной работы в течение года, то, как показал анализ дневников, нагрузка в соревновательном периоде снижается примерно на 20% по сравнению с подготовительным. Это снижение происходит за счет уменьшения частоты и длительности занятий перед соревнованиями, а также в конце соревновательного периода (сентябрь — октябрь).

Средства тренировочной работы были распределены нами на три группы: упражнения общей физической подготовки; упражнения для развития преимущественно быстроты; упражнения для развития преимущественно прыгучести. При этом в первой группе мы особо выделили упражнения силового характера, вторую группу разделили на бег и беговые упражнения и третью — на прыжки и прыжковые упражнения.

Что же показал проведенный нами анализ? Прежде всего удалось установить, что в последние годы прыгуны значительно повысили свою силовую подготовку за счет других средств общего физического развития. Так, О. Ряховский затратил в 1956 г. на силовую подготовку 49 час. из общего количества 161 час, посвященных упражнениям первой группы, а в 1958 г. — 81 час из 106; К. Цыганков в 1956 г. — 42 из 118, а в 1958 г. — 71 из 154; В. Кобелев в 1956 г. — 26 час. из 122 час., а в 1958 г. — 43 час. из 117 час.

Таким образом, упражнения силового характера стали занимать 40—50% времени, отводимого прыгунами на общую физическую подготовку. Это объясняется тем, что для мощного отталкивания

и для правильного приземления в отдельных частях тройного прыжка необходимо прежде всего сила.

При анализе средств второй группы выяснилось, что в последнее время объем беговых упражнений у прыгунов сильно сократился. Так, О. Ряховский затратил в 1956 г. на бег 100 час. и на беговые упражнения 40 час., а в 1958 г. соответственно 73 и 14 час., Е. Чен в 1958 г. — 84 и 15 час. Это объясняется тем, что интенсивность беговых упражнений невысока, и поэтому они не приносят ощутимого эффекта в развитии быстроты. Наиболее распространенным беговым упражнением является бег с высоким подниманием бедра.

В третьей группе средств вопрос о рациональном соотношении прыжков и прыжковых упражнений решается спортсменами по-разному. Л. Щербаков, В. Креер, О. Ряховский уделяют прыжковым упражнениям 40—60% времени, а К. Цыганков, Е. Чен — 20—30%. Мы считаем более правильным первое направление. Выполнение большого количества прыжковых упражнений помогает совершенствованию техники прыжка и развитию физических качеств, позволяет успешно бороться с травматизмом.

Итак, мы установили соотношение различных упражнений внутри трех групп, на которые были разбиты нами тренировочные средства, применяемые прыгунами тройным.

Вторая задача, стоявшая перед нами, — определить соотношение средств между группами. Анализ изученных нами дневников дал следующую картину.

Как видно из табл. 1, в течение все-

го тренировочного года сохраняется большой объем упражнений общей физической подготовки. На развитие прыгучести затрачивается больше времени, чем на развитие быстроты, и это позволяет добиваться улучшения результата в тройном прыжке.

Из анализа дневников и опыта работы с прыгунами обнаружилась и другая интересная закономерность: увеличение в тренировке удельного веса упражнений на развитие быстроты, как правило, приводило к росту результатов в прыжках в длину при некотором ухудшении достижений в тройном прыжке. Так, у О. Ряховского в период установления им личного рекорда в прыжках в длину (7,38, 1958 г.) удельный вес упражнений на быстроту вырос до 27%, а упражнений на прыгучесть понизился до 23%. У Е. Чена (7,68, 1958 г.) это соотношение равнялось 30 и 24%, у К. Цыганкова (7,47, 1957 г.) — 25 и 23%.

В итоге анализа соотношения различных средств тренировки, а также на основе опыта нашей работы с группой прыгунов мы создали годовое планирование для прыгунов тройным, достигших результатов первого разряда (табл. 2). Приводим в таблице также контрольные нормативы, которые спортсмен должен выполнять в течение всего года.

Работа по такому плану позволила нам подготовить в прошлом году рекордсмена мира в тройном прыжке О. Ряховского, мастера спорта Ю. Мушташкина и группу прыгунов первого и второго разрядов.

г. Ташкент

В. БАРЫШЕВ

Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь
20	23	22	15	20	20	17	18	10
	2	3	3	3	2	3	4	2
1 час 40 мин. 6 час. 40 мин. 2 час. 5 час. 9 час. 3 час. 4 час. 30 мин.	2 час. 7 час. 40 мин. — 4 час. 7 час. 2 час. 4 час.	1 час 50 мин. 7 час. 20 мин. — 4 час. 7 час. 2 час. 4 час.	1 час 15 мин. 5 час. — 2 час. 4 час. 30 мин. — 2 час.	1 час 50 мин. 6 час. 40 мин. — 1 час 40 мин. 6 час. — 1 час 40 мин.	1 час 50 мин. 6 час. 40 мин. — 1 час 40 мин. 6 час. — 1 час 40 мин.	1 час 40 мин. 6 час. 40 мин. — 1 час 25 мин. 3 час. — 1 час	1 час 50 мин. 7 час. 20 мин. — 1 час 30 мин. 6 час. — 3 час.	50 мин. 3 час. 20 мин. — 50 мин. 1 час 30 мин. — 1 час 40 мин.
6000 м 1000 м 1200 м — 1000 м — 5000 м	4500 м 800 м 750 м 750 м 750 м 30 раз 4000 м	5500 м 800 м 900 м 900 м 1000 м 60 раз 4000 м	3750 м 1800 м 1350 м 1800 м 750 м 60 раз 3750 м	5000 м 1800 м 1500 м 3000 м 1000 м 100 раз 5000 м	5000 м 1800 м 1500 м 3000 м 1000 м 100 раз 5000 м	4250 м 2550 м 450 м 2000 м 750 м 65 раз 2500 м	5500 м 3300 м 1200 м 1800 м 1000 м 75 раз 5200 м	2500 м 1500 м 450 м 1500 м 500 м 60 раз 2000 м
150 раз 50 раз 100 раз 20 раз 7000 м 4000 м 2000 м 80 раз 1 час	100 раз 40 раз 70 раз 15 раз 5000 м 4500 м 750 м 50 раз 45 мин.	80 раз 120 раз — 4000 м 5000 м — — 20 мин.	60 раз 120 раз — 3600 м 2500 м — — —	60 раз 120 раз — 3600 м 3200 м — — —	60 раз 120 раз — 7500 м — — — —	60 раз — 40 раз — 2500 м — — — —	80 раз 80 раз 160 раз — 7200 м 4000 м — — —	50 раз — 100 раз — 4000 м — — — —
— — — — — 8,80 +5 кг +20 кг	3,0—2,8 7,2—7,1 17,5—17,2 — — 14,50 9,00 +7,5 кг +25 кг	2,9—2,8 7,2—7,0 17,2—17,0 7,00 14,80 9,10 +10 кг +30 кг	2,8—2,7 7,0—6,9 17,1—17,0 7,10—7,20 15,30 9,00 +10 кг +30 кг	2,8—2,7 7,0—6,8 17,0—16,9 7,10—7,20 15,50 9,00 +10 кг +30 кг	2,7 6,9—6,8 16,9—16,8 7,20 15,50 9,00 +10 кг +30 кг	2,7 6,9—6,8 16,9—16,8 7,25 15,70 9,00 +10 кг +30 кг	2,7 6,9 16,9 7,20 15,50 9,00 +10 кг +30 кг	2,8 7,0 17,0 7,10 15,50 9,00 +10 кг +30 кг

** В рывке или толчке показано, насколько поднимаемый вес превышает собственный вес спортсмена.



ОБСУЖДАЕМ ПРОЕКТ СПОРТИВНОЙ КЛАССИФИКАЦИИ

Единая всесоюзная спортивная классификация оказывает значительное влияние на развитие советской системы физического воспитания. Классификация призвана способствовать вовлечению в спорт широких слоев населения, улучшению результатов советских спортсменов и всестороннему развитию занимающихся спортом.

Единая всесоюзная классификация по легкой атлетике, введенная в 1934 г., пересматривалась 4 раза — в 1937, 1943, 1953 и 1957 гг.

Современная классификация по легкой атлетике (1957 г.) более совершенна по сравнению с предыдущими, но и она не лишена существенных недостатков.

Нормативы юношеского спортивного разряда не имеют в классификации достаточного стимулирующего значения. Для юношей младшего возраста эти нормативы трудно доступны, а для старшего возраста — легко выполнимы. Введение двух юношеских разрядов позволило бы устранить этот недостаток. Юноши и девушки будут иметь перспективу постепенного достижения определенных ступеней в процессе занятий легкой атлетикой — сначала второго юношеского разряда, более близкого для начинающих, а в дальнейшем, при систематических занятиях — первого юношеского разряда, более близкого к следующей ступени — третьему разряду взрослых.

Высокий исходный норматив (третий разряд) является в большинстве легкоатлетических упражнений трудно доступным для начинающих заниматься легкой атлетикой. Например, для выполнения нормы третьего разряда в беге на 800 м женщинам надо показать результат 2 мин. 30 сек., а это могут сделать лишь квалифицированные спортсменки.

Объективным показателем трудности норм третьего разряда служат цифровые данные о количестве спортсменов, выполнивших эти нормы в 1952 и 1957 гг. Так, в 1952 г. было 267 250 спортсменов третьего разряда, а в 1957 г. их стало всего 179 550, т. е. на 87 700 меньше. Если учесть, что спортсменов второго и первого разрядов к 1957 г. стало на 1065 больше за счет перехода из третьего разряда, то все же недостает 86 635 человек. Куда же они девались? Ответ не труден. В 1953 и 1957 гг. нормативные требования в третьем разряде настолько повысились, что спортсмены, выполнившие в прошлом этот разряд по более низким нормам, не смогли его подтвердить по нормам новой классификации и оказались вне разряда. Это убеждает в том, что нормы третьего разряда следует пересмотреть.

Серьезным упущением современной

классификации являются недостаточные требования к высшему разряду (мастер спорта). Ни для кого не секрет, что некоторые спортсмены при благоприятных условиях показывают результат, равный норме мастера, а иногда и превосходят ее. Это дает им право на получение высокого звания мастера спорта СССР. Однако, участвуя в других соревнованиях, в обычных условиях, они не только не подтверждают полученное звание, но имеют показатели значительно ниже, чем норма мастера. Получается, что звание мастера спорта присвоено спортсмену не по заслугам.

Мы считаем, что в этот разряд следует внести дополнительное требование — 2—5 раз показать результат если не равный, то очень близкий к норме мастера спорта (например, в беге на 100 м для мужчин — 3—5 раз по 10,5 сек.). Выполнение этого дополнительного требования исключит случай-

ное присвоение звания мастера спорта недостаточно подготовленному спортсмену.

С другой стороны, у нас наряду со многими мастерами спорта, значительно превышающими нормативные требования, есть и такие мастера, которые не особенно стремятся подняться выше установленной нормы. И первые и вторые удостоены одного звания — мастера спорта СССР. Юридически это правильно. Но классификация не поощряет первых за их выдающиеся результаты и не стимулирует вторых.

Решить этот вопрос надо введением в классификацию повышенных нормативных требований, близких к результатам высших мировых достижений. Выполнение этих требований даст право спортсмену на получение еще более высокого звания — атлета международного класса.

Виды	Атлет международного класса	Мастер спорта	I разряд	II разряд	III разряд
Мужчины					
100 м	10,2	10,4 (5×10,5)	10,8	11,4	12,2
200 м	20,7	21,1 (5×21,5)	22,2	23,6	25,5
400 м	46,0	47,5 (5×48,2)	49,5	52,0	55,0
800 м	1.47,0	1.49,0 (5×1.51,0)	1.54,0	2.02,0	2.12,0
1500 м	3.41,5	3.46,0 (5×3.49,0)	3.55,0	4.13,0	4.40,0
5000 м	13.56,0	14.05 (4×14.15,0)	14.50,0	15.50,0	17.05,0
10000 м	29.20,0	29.40,0 (3×30.00,0)	31.10,0	33.10,0	36.10,0
110 м с/б	13,7	14,2 (5×14,4)	15,2	16,3	17,5
200 м с/б	23,0	23,5	24,5	26,0	28,0
400 м с/б	51,0	52,0 (4×52,5)	55,0	59,0	61,0
3000 м с/п	8.46,0	8.50,0 (3×9.10,0)	9.20,0	9.55,0	10.35,0
Марафон	2:21.00,0	2:25.00,0 (1×2:30.00,0)	2:40.00,0	3:10.00,0	3:55.00,0
Бег на 30 км по шоссе	—	—	1:45.00,0	1:55.00,0	2:15.00,0
Высота	2,10	2,02 (5×1,95)	1,90	1,75	1,55
Длина	7,90	7,60 (5×7,40)	7,00	6,45	5,75
Тройной	16,20	15,60 (5×15,30)	14,70	13,70	12,60
Шест	4,60	4,40 (5×4,30)	4,00	3,55	3,05
Диск	57,00	54,00 (5×52,00)	48,00	41,00	33,00
Копье	80,00	74,00 (5×70,00)	65,00	55,00	44,00
Молот	66,00	62,00 (5×59,00)	54,00	45,00	35,00
Ядро	17,80	17,00 (5×16,80)	15,10	13,10	11,00
Десятиборье	7500	6800	5800	4800	3800
Пятиборье	4000	3500	3000	2500	2000
Ходьба 10 км	—	43.30,0 (3×44.00,0)	47.30,0	52.30,0	58.30,0
Ходьба 20 км	1:28.00,0	1:32.00,0	1:38.00,0	1:50.00,0	2:08.00,0
Ходьба 50 км	4:10.00,0	4:20.00,0	4:40.00,0	5:05.00,0	5:35.00,0
Кросс 5 км	—	Занять не ниже	15.00,0	17.20,0	18.50,0
Кросс 8 км	—	третьего места на всесоюзном кроссе	24.30,0	28.50,0	31.55,0
Женщины					
100 м	11,4	11,7 (5×11,9)	12,2	12,9	13,8
200 м	23,8	24,2 (5×24,6)	25,2	26,7	28,7
400 м	55,0	56,0 (5×56,8)	58,5	1.02,0	1.06,5
800 м	2.06,0	2.09,0 (5×2.11,0)	2.15,0	2.24,0	2.36,0
80 м с/б	10,7	11,0 (5×11,2)	11,6	12,4	13,4
Высота	1,73	1,66 (5×1,63)	1,55	1,43	1,30
Длина	6,25	6,05 (5×5,90)	5,60	5,10	4,55
Диск	54,00	49,00 (5×47,00)	43,00	36,00	28,00
Копье	55,00	51,00 (5×48,00)	45,00	38,00	30,00
Ядро	16,40	15,20 (5×15,00)	13,50	12,00	10,30
Пятиборье	4750	4500 (2×4300)	4000	3500	3000
Троеборье	—	2800 (2×2700)	2500	2200	1900
Кросс 1 км	—	Занять не ниже	3.00,0	3.15,0	3.50,0
Кросс 2 км	—	третьего места на всесоюзном кроссе	6.40,0	7.30,0	8.10,0

Большим недостатком современной спортивной классификации является необоснованный разрыв между разрядными нормативами. Повышение требований в связи с переходом из одного разряда в другой не имеет единой системы и определено по-разному. Так, в барьерном беге на 110 м, прыжке с шестом и толкании ядра у мужчин разрыв между разрядами одинаков. В барьерном беге на 400 м, беге с препятствиями на 3000 м и прыжке в высоту разрыв пропорционально уменьшается. В остальных же видах легкоатлетических упражнений разрыв между разрядами определен «на глазок». В метании диска, например, спортсмену для перехода из третьего разряда во второй надо улуч-

шить свой результат всего на 5 м, для перехода же из второго разряда в первый — уже на 8 м. Подобный разницей снижает значение классификации, так как ставит спортсменов, специализирующихся по отдельным видам легкой атлетики, в далеко неравные условия в смысле достижения следующего разряда. Для ликвидации такого произвола разница должна уменьшаться от разряда к разряду пропорционально возрастающей трудности.

Наконец в классификации не определена норма для спортсменов старшего возраста. Этот недостаток также необходимо исправить.

Внесение указанных изменений в

классификацию по легкой атлетике повысило бы ее роль как стимулирующего фактора, а это, в свою очередь, способствовало бы росту массовости и повышению спортивного мастерства. Приводим проект разрядных нормативных требований на 1961—1964 гг., составленный нами с учетом высказанных соображений (приведенные нормативы атлета международного класса соответствуют результатам первой десятки мира, мастера спорта — результатам первой десятки СССР, первого разряда — результатам 5—10-го десятка СССР).

**В. МАТВЕЕВ, Е. ЛУТКОВСКИЙ,
И. ПОЖИДАЕВ, преподаватели
ГДОИФК имени Лесгафта**



Чемпионы общества „ДИНАМО“

Всесоюзное первенство «Динамо» было одним из последних крупных соревнований сезона. Проведенное в Краснодаре 10—11 сентября, оно ознаменовалось установлением трех мировых рекордов.

После бега М. Иткиной на 100 м (в полуфинале — 11,5) и на 200 м (дважды по 23,7) судьи деловито подготовились к финальному забегу на 400 м, который спортсменки должны были окончить на отметке 440 ярдов. Ожидания зрителей оправдались — Иткина закончила бег с новыми мировыми рекордами — на 400 м 53,4 и на 440 ярдов 53,7.

Успешное начало пятиборья (ядро — 14,20, высота — 1,58) настроило на рекорд Ирину Пресс. До этого она показала отличную спринтерскую форму, опередив на последнем этапе эстафеты 4 × 100 м Светлану Ветрову, а в забеге на 80 м с барьерами добилась высокого результата — 10,8. Ей удалось хорошо выступить в беге также в пятиборье. В итоге она набрала 4880 очков, на 8 очков превывсив мировой рекорд Бростровой.

Вечерние соревнования по тройному прыжку могли принести большой успех Владимиру Горяеву и Витольду Крееру. Однако им не удалось сделать того, на что они были способны. В первой незасчитанной (с небольшим заступом) попытке В. Горяев достиг 17-метровой отметки, но последующие его прыжки были менее удачны, а в финале оказалась давнишняя травма. Креер оказался не очень стабилен в подходе к бруску и неустойчив в «скачке».

Р. Шавлакадзе, несмотря на недомо-

гание, сделал все возможное, чтобы закончить соревнование победителем. Ему помогла в этом отличная техника перехода планки. Последнего явно не хватало А. Саенко, хорошо выталкивающемуся и с большим запасом выходящему на высоту 2,07.

Лучшими могли быть результаты и у шестовиков, но соревнования были прерваны из-за дождя. Отлично подготовленный И. Чувилин, а также менее опытные А. Семичев и Г. Блинецов после перерыва уже не смогли «собраться» и преодолеть высоту 4,40.

Тепло был встречен успех юной Аракси Овивян, дважды прыгнувшей за 6 м. Новый мастер спорта — отлично! Возможность прыгнуть за 6 м имела и способная свердловчанка Татьяна Талышева.

Вяло проходили соревнования по толканию ядра у мужчин. Вардан Овсепян на сей раз был излишне самоуверен. Имея лучший результат 16,60, он пустился тут же на поле в громкие рассуждения о достоинствах приза за первое место. Шестая попытка начинается удачным толчком молодого москвича Е. Биткова — 16,59. Вызов подхватывает В. Шагин — 16,62. Со своим обычным невозмутимым спокойствием опытный Отто Григалка достигает 17,17. Тщетны усилия Овсепяна — только 16,96. Поучительное поражение!.. К сожалению, поучение не пошло в прок — «обиженный» Овсепян позволил себе не выйти на церемонию награждения.

Спокойное, безоблачное утро 11 сентября. На центральном поле — квалификационные соревнования по метаниям у



Победитель II Спартакиады народов СССР динамовец А. Ведьяков (Москва)

женщин. В отличном стиле Ламара Тугуши делает единственный бросок диска — 54,21. По-боевому использовали в метании копыя все три попытки москвичка Майя Макарова и краснодарка Ольга Зуева. У обеих в третьих попытках



Бег на 3000 м с препятствиями. Впереди призер состязания В. Харитонов (Москва)

соответственно 54,46 и 53,80 — новые рекорды Москвы и РСФСР. На запасном поле — квалификация у метателей молота. Спокойно и уверенно В. Руденков посылает снаряд на 63,30.

К вечерним соревнованиям над стадионом нависают мрачные тучи, предгрозовой, шквальный ветер взметает вихри пыли, срывая все старания метателей. Лишь М. Макарова в тяжелых условиях непогоды показала высокий результат в метании копья — 53,05.

Не обошлось и без досадных «накладок», особенно в беговых номерах программы. Их виновниками были организаторы соревнований.

Так, сильнейшие бегуны на 400 м В. Марков, И. Мер, А. Жубряков соревновались друг с другом дважды — и в забеге, и в финале. С лучшими результатами прошел забег. К финалу силы были уже растрчены, да и состояние дорожки не позволило добиться лучшего.

В забеге сильнейших на 900 м после падения выбывает из строя способный москвич Э. Терновский. Упорную борьбу ведут опытный В. О कोरोков и молодой белорусский бегун Ю. Кучанов. Побеждает молодость. Но борьба за первенство не закончена. В одном из забегов стартует финалист II Спартакиады народов СССР Ю. Захаров. Остро и уверенно лидируя, он выигрывает забег и соревнование — 1,50,6.

Это был не единственный случай разведения сильнейших бегунов по разным финальным забегам. Так, победитель забега сильнейших на 5000 м В. Кривошеин показал результат лишь на 0,2 сек. лучше, чем победитель «слабого» забега Г. Репин. Видимо, при более разумной расстановке сил результаты были бы лучше.

Репин бежал и 3000 м с препятствиями. Его лидерство закончилось на середине дистанции трагично — удар о перекладину барьера и падение. Забег остался без лидера. С пятого-шестого места выбегает вперед соискатель звания мастера спорта В. Харитонов. Темп выравнивается, но время упущено. Забег выиграл В. Евдокимов.

Итак, какие же выводы позволяют сделать прошедшие соревнования?

Всесоюзное первенство «Динамо» 1959 г. — это первый большой успех динамовских легкоатлетов за последние несколько лет. Дело не только в уста-

новлении мировых и всесоюзных рекордов, рекордов общества и ряда союзных республик. Самым крупным успехом является высокий уровень результатов массы участников.

Вот некоторые сравнительные данные. На юбилейной спартакиаде в 1958 г. участники соревнований по легкой атлетике показали лишь 14 результатов мастера спорта и 126 — первого разряда, а на прошедших соревнованиях — 34 результата мастера спорта и 207 — первого разряда.

Пять молодых спортсменов впервые выполнили норму мастера спорта. Это С. Ветрова (Москва) в беге на 100 м — 11,7, А. Оввян (Грузия) в прыжках в длину — 6,01, Б. Федоров (БССР) в тройном прыжке — 15,55, А. Котов (БССР) в ходьбе на 20 км — 1:31,46,8, О. Холодок (Грузия) в десятиборье — 6887 очков.

Победители соревнований в большинстве видов показали очень высокие результаты. Лишь в двух видах (метании копья у мужчин и в беге на 400 м с/б) результаты победителей в 1959 г. хуже, чем в 1958 г., в четырех видах — на уровне 1958 г., а в остальных двадцати девяти видах программы намного лучше.

Характерным для этих соревнований была смена чемпионов. Лишь четырнадцать прошлогодним чемпионам удалось сохранить за собой почетное звание. К ним относятся такие выдающиеся мастера, как М. Иткина, И. Пресс, А. Веляков, В. Руденков, О. Григалка, Р. Шавлакадзе. Чемпионам остальных восемнадцати видов пришлось уступить место более достойным и, что особенно отраднo, более молодым. Среди новых чемпионов необходимо отметить С. Прохоровского — бег на 100 м, В. Горяев — прыжки в длину и тройным, О. Холодка — десятиборье, А. Оввян — прыжки в длину, Л. Тугуши — метание диска.

Значительно выше оказались результаты не только победителей, но и десятого участника. Лишь в пяти видах программы результат десятого в 1959 г. несколько уступает результату десятого в 1958 г. Во всех же остальных видах — ошутимый рост.

Каковы же причины успешного проведения первенства? Их немало, и, конечно, они прежде всего связаны с общим ростом результатов советских легкоатлетов в этом году. «Внутренние» же причины заключаются также в том, что в этом году у динамовцев, как никогда раньше, успехи ведущих мастеров — членов сборной команды СССР, прошедших серию ответственных международных соревнований (М. Иткина, О. Григалка, В. Руденков, А. Веляков, В. О कोरोков и др.), сопровождаются успехами молодежи, тех, кто совсем недавно вышел из среды юных динамовцев (И. Пресс, В. Горяев, Ю. Бакаринов, А. Оввян, С. Прохоровский, С. Ветрова, С. Солнцева, Г. Алексеева, Л. Хитрина, Т. Талышева, А. Саенко, Л. Тугуши и многие другие). Их успехи особенно ценны для общества, потому что все это — собственные кадры. Пожалуй, именно в этом, в способности выращивать собственные кадры, и кроется сейчас сила общества «Динамо».

Вторая особенность — это бурный рост периферийных динамовских спортивных кадров. Свидетельство тому — упорная командная борьба на прошедших соревнованиях и большая плотность итоговых командных результатов.

За прошедший год значительно окрепли коллективы легкоатлетов «Динамо» в Ленинграде, на Украине, в Грузии, Белоруссии и Казахской республике, в отдельных городах и областях РСФСР (Свердловск, Уфа, Горький, Краснодар, Пермь и др.).

Динамовцам следует с еще большим напряжением сил работать на благо советского легкоатлетического спорта, закрепить успехи, достигнутые на прошедших всесоюзных соревнованиях общества.

И. СТЕПАНЧЕНОК,
заслуженный мастер спорта

Технические результаты

Мужчины

100 м. С. Прохоровский (М) 10,6.
200 м. М. Бондаренко (УССР) 21,3.
400 м. И. Мер (УССР) 48,2. 800 м. Ю. Захаров (М) 1,50,6. 1500 м. В. О कोरोков (М) 3,48,7. 5000 м. В. Кривошеин (Л) 14,35,6. 10 000 м. Н. Румянцев (Л) 30,31,2. Эстафета 4×100 м. УССР 41,8; Москва 41,9; Эстонская ССР 43,6.

110 м с/б. Н. Батрух (УССР) 14,6.
200 м с/б. Н. Батрух 24,1 (в забеге 24,0). 400 м с/б. В. Редькин (М) 54,1.
3000 м с/п. В. Евдокимов (Л) 8,53,4.

Высота. Р. Шавлакадзе (Груз. ССР) 2,07; А. Саенко (Л) 2,04. Длина. В. Горяев (БССР) 7,56. Тройной. В. Горяев 16,51; В. Креер (РСФСР) 16,46; Е. Михайлов 15,87. Шест. А. Альбов (М) 4,40.

Диск. О. Григалка (М) 52,50. Копье. В. Овчинник (РСФСР) 77,60; Ч. Валлман (ЭССР) 74,95. Молот. В. Руденков (М) 65,65; Ю. Бакаринов (М) 62,73. Ядро. О. Григалка (М) 17,17.

Десятиборье. О. Холодок (Груз. ССР) 6887 очков (11,3; 7,02; 12,44; 1,71; 51,0; 15,3; 39,53; 4,00; 56,54; 4,32,6).

Ходьба. 10 км. А. Веляков (М) 44,01,4. 20 км. А. Веляков 1:29,10,2; А. Котов (БССР) 1:31,46,8.

Женщины

100 м. М. Иткина (БССР) 11,6 (в полуфинале 11,5); С. Ветрова (М) 11,7.
200 м. М. Иткина 23,7. 400 м. М. Иткина 53,4 (рекорд мира, Европы и СССР).
800 м. Д. Левицка (Лат. ССР) 2,08,1.
80 м с/б. З. Сафронова 10,9; И. Пресс 11,0 (в забеге 10,8). Эстафета 4×100 м. Ленинград 46,8; Москва 46,8; БССР 48,5.

Высота. Р. Некундэ (М) 1,65. Длина. А. Оввян (Груз. ССР) 6,01.

Диск. Л. Тугуши (Груз. ССР) 52,04 (в квалифик. 54,61); А. Желобкович (БССР) 50,25. Копье. М. Макарова (М) 53,05 (в квалифик. 54,64); О. Зуева (РСФСР) 48,51 (в квалифик. 53,80). Ядро. М. Кузнецова (УССР) 15,21.

Пятиборье. И. Пресс (Л) 4880 очков (рекорд мира, Европы и СССР) (14,20; 1,58; 24,8; 10,9; 5,82); Л. Шмакова (РСФСР) 4611 очков (12,57; 1,61; 25,8; 11,4; 5,74); Л. Васильева (Л) 4516 очков (10,12; 1,61; 25,9; 11,1; 5,88).

Командное первенство. По первой группе коллективов: 1. Москва. 2. Ленинград. 3. УССР.

Первая запись в таблицу рекордов страны по легкой атлетике в графу «прыжки в высоту» для женщин была сделана 37 лет назад. Тогда, на первенстве РСФСР 1922 г. спортсменка из команды Приволжья Квасникова прыгнула на 1,30. Среди тех, кто за эти долгие годы по сантиметрам поднимал планку все выше и выше, мы видим имена Е. Голдобиной (Пермь), Е. Егоровой-Ивановой (Москва), Н. Янушковской (Ленинград), М. Шамановой (Москва). Это их усилиями в период с 1923 по 1928 г. планка поднялась до отметки 1,55.

Рекордный результат Марии Шамановой — 1,55, установленный 15 мая 1928 г., выдержал испытание временем до сентября 1937 г., когда на штурм рекорда СССР пошла бакинская спортсменка Галина Ганекер. Четырежды по одному сантиметру добавляла она к рекорду страны, доведя его в октябре 1945 г. до 1,59.

Дальнейший рост рекорда связан с именем москвички Александры Чудиной. 5 августа 1945 г. на первенстве Москвы в очном поединке с Ганекер Чудина отобрала у нее всесоюзный рекорд, превысив прежнее достижение на 3 сантиметра. А затем Чудина с 1946 по 1953 г. еще шесть раз улучшала рекорд, добавляя к нему каждый раз, как и Ганекер, по одному сантиметру, доведя высший результат страны до 1,69.

Это было в дни традиционного весеннего матча легкоатлетов Москвы и Ленинграда, Российской Федерации, Украины и Белоруссии. Выступая 22 мая 1954 г. на киевском стадионе имени Н. С. Хрущева, Александра Чудина установила свой восьмой всесоюзный рекорд, превзошла и мировой, добившись отличного результата — 1,73. Это достижение ошеломило многих любителей легкой атлетике, а некоторые специалисты даже сочли его за «венец» возможностей женской легкой атлетике, предсказывая долгие годы незыблемого существования этого рекорда.

Но какими скоропалительными оказались эти утверждения! Вспомните, как в 1956 г. мировой рекорд был поднят англичанкой Т. Хопкинс еще на один сантиметр, а затем с помощью американки М. Макданиэль, китайки Чжэн Фэн-жун и румынки И. Балаш доведен до 1,84.

А всесоюзный рекорд? Он оставался незыблемым в течение трех лет, пока его не улучшила челябинская студентка Таисия Ченчик. В те дни, когда Чудина достигла своего лучшего результата, Ченчик делала лишь первые шаги в спорте. Так, в 1953 г. с результатом 1,50 она занимала лишь 39-е место в стране. Прибавив на следующий год еще пять сантиметров, она вышла на 25-е место. И вряд ли кто пять лет назад мог видеть в этой девушке будущую преемницу рекордсменки страны. Минув еще год, и еще пять сантиметров добавилось к результату, а это дало Таисии в 1955 г. 9—10-е место в стране и 32-е — в мире. А дальше пошли сплошные успехи: в 1956 г. — 1,66 (4—5-е место в СССР, 11—12-е в мире), 1957 г. — 1,75 — дважды превзойден рекорд страны (1-е — в СССР, 3-е — в мире), 1958 г. — 1,765 (1-е — в СССР,

2-е — в мире), 1959 г. — 1,78 — дважды снова превзойден рекорд страны.

Ныне инженер-энергетик из Челябинска, Таисия Ченчик обладает не только лучшим результатом в стране, но и наиболее стабильной спортивной формой. Об этом убедительно свидетельствует приводимая таблица:

1,78 (1) Москва 22/VIII 1959 г.
1,778 (1) Филадельфия 18/VII 1959 г.



ПРЫГАЕТ ТАИСИЯ ЧЕНЧИК

1,765 (1)	Челябинск	14/VI 1958 г.	1,78	Таисия Ченчик (СССР)	1959
7,755 (1) *	Ленинград	3/II 1958 г.	1,77	Чжэн Фэн-жун (КНР)	1957
1,75 (1)	Бухарест	17/IX 1957 г.	1,76	Милдред Макданиэль (США)	1956
1,75 (1)	Москва	6/VII 1958 г.	1,741	Тельма Хопкинс (Великобритания)	1956
1,75 (1)	Москва	6/IX 1959 г.	1,73	Александра Чудина (СССР)	1954
1,74 (1)	Москва	2/IX 1957 г.	1,73	Валентина Баллод (СССР)	1959
1,74 (1)	Нальчик	10/IV 1958 г.	1,727	Мишель Мэсон (Австралия)	1956
1,74 (1)	Краснодар	8/IX 1958 г.	1,718	Шейла Леруилл (Великобритания)	1951
1,74 (1)	Тбилиси	2/II 1958 г.	1,71	Франсина Бланкерс-Козн (Нидерланды)	1943
1,74 (1)	Москва	10/VIII 1959 г.	1,71	Галина Доля (СССР)	1959
			1,71	Галина Акимова (СССР)	1959

Двенадцать раз за три года превзошла Ченчик прежний всесоюзный рекорд. Ныне она уступает лишь мировой рекордсменке бухарестской легкоатлетке Иоланде Балаш (Румыния). Вот как выглядит таблица десяти лучших в мире достижений в прыжках в высоту за все годы:

1,84 Иоланда Балаш (Румыния) 1959

* В закрытом помещении, в скобках указано занятое на соревновании место.

Рекордсменка страны Т. Ченчик (Челябинск)



В. АНАНЬЕВ

МАСТЕРСТВО СПАРТАКОВЦЕВ РАСТЕТ

Позади жаркие поединки на II Спартакиаде народов СССР. Подведены итоги, видны отчетливо успехи и неудачи каждого коллектива.

В легкоатлетическом первенстве Спартакиады участвовало из общества «Спартак» 153 спортсмена. Они завоевали 23 медали: 5 золотых, 10 серебряных и 8 бронзовых. В командном зачете между спортивными организациями страны спартаковцы заняли третье место, обыграв сильные коллективы Советской Армии, «Труда» и др.

Среди большой группы молодых, еще малоизвестных легкоатлетов, успешно соревновавшихся на Спартакиаде с известными мастерами спорта, было немало спартаковцев.

Впервые был назван чемпионом страны в беге на 800 м 26-летний спортсмен из украинского города Черновцы преподаватель Абрам Кривошеев. Еще в прошлом году он считал своей коронной дистанцией 400 м. Но вот тренерский совет осенью, после первенства СССР в Тбилиси, решил его судьбу по-другому: «из Кривошеева должен выйти хороший средневик».

Прошел год, и совместная упорная работа с тренером С. А. Вакуровым принесла первые успехи. Кривошеев пробежал на Спартакиаде 800 м за 1.50,5. Однако это только начало борьбы за высокие результаты. Кривошеев поставил перед собой цель — оказать конкуренцию на Олимпийских играх в Риме сильнейшим бегунам на 800 м.

Серебряной медалью за второе место в беге на 110 м с барьерами был награжден 20-летний студент из Ростова-на-Дону Валентин Чистяков. Он начал заниматься легкой атлетикой в детской спортивной школе у Т. В. Прохорова. Большие данные юного спортсмена позволили тренеру поставить перед Валентином и большую задачу — пробежать 110 м с барьерами за 13,9 (на Спартакиаде его результат был 14,2).

В компанию очень сильных соперниц по толканию ядра — Тамары Пресс, Тамары Тышкевич, Зинаиды Дойниковой, Марии Кузнецовой — попала на Спартакиаде спортсменка из Московской области Людмила Жданова. Упорная тренировка, проведенная под руководством Л. В. Вакуровой, позволила Ждановой занять, вслед за Тамарой Пресс, второе место. Следует отметить, что еще до Спартакиады она выполнила олимпийскую норму, послав ядро на 16,19.

В дни соревнований много раз прозвучала фамилия киевского спринтера 22-летнего Вадима Архипчука. Готовясь к Спартакиаде, Архипчук выполнил впервые норму мастера спорта, пробежав 100 м за 10,4. На Спартакиаде он стартовал в финальных забегах на 100 и 200 м и был награжден золотой медалью чемпиона за участие в эстафетном беге 4 × 100 м в команде Украины. Архипчука тренирует В. Г. Луньков.

Большого успеха добилась на Спартакиаде москвичка Татьяна Фролова. Ее прыжок в длину на 6,20 зрители приветствовали дружными аплодисментами. Она стала второй спортсменкой в мире в этом году, после Валентины Шапруновой. Фролова проиграла победительнице лишь один сантиметр и была награждена серебряной медалью. Татьяне 24 года. Она начала тренироваться в детской спортивной школе «Спартак» у С. В. Савдунина, который и помог ей стать мастером спорта.

В первый ряд советских легкоатлетов встал и молодой бегун из Киева Арнольд Мацулевич. Он занял второе место в беге на 400 м и участвовал в финальном забеге на 400 м с барьерами.

Из легкоатлетов-спартаковцев старшего поколения наибольшего успеха на Спартакиаде добился Петр Болотников, награжденный двумя золотыми медалями за победы в беге на 5000 и 10 000 м.

После триумфального выступления в Филадельфии не повезло Владимиру Булатову, занявшему в прыжках с шестом второе место (4,50).

Лишь на третьих местах остались рекордсмен страны по метанию копья Владимир Кузнецов с посредственным для него результатом — 74,21 — и экс-рекордсмен СССР по толканию ядра Виктор Липснис, пославший снаряд на 17,05. Григорий Паничкин был третьим в соревнованиях по ходьбе на 20 км — 1:28.09,0. Успешно выступила Галина Гринвальд, набравшая в пятиборье 4593 очка и проигравшая лишь Ирине Пресс. На третьем месте в метании молота был Федор Ткачев — 62,29.

Несмотря на эти успехи, в выступлениях легкоатлетов «Спартак» на Спартакиаде народов СССР были и большие недостатки. Достаточно посмотреть на количество участников в отдельных видах легкой атлетики, чтобы убедиться в неравномерном их развитии в организациях общества.

В среднем в каждом виде программы Спартакиады участвовало по 6 легкоатлетов «Спартак». У женщин в беге на 100, 400, 800 м, 80 м с/б, прыжках в высоту, длину, пятиборье было по 7—11 спартаковок; однако в метании диска их оказалось всего 4. Если в беге на 200, 800 м, марафонском беге, ходьбе на 20, 50 км, тройном прыжке у мужчин количество участников колебалось от 7 до 12, то в десятиборье, метании молота, диска, беге на 1500 м участвовало только по 3 спартаковца.

В десятки лучших на Спартакиаде вошли 42 результата спортсменов общества, однако и здесь выявилось отставание спартаковцев в ряде видов легкой атлетики.

В ходьбе на 20 км в числе десяти лучших было 4 спартаковца, в прыжках в длину у женщин, в беге на 400 м у мужчин — по 3, в беге на 5000, 10 000 м, марафонском беге, на 110 и 400 м с/б, метании копья у мужчин и женщин —

по 2, в 18 других видах программы — по одному. А вот в беге на 1500 м, 200 м с/б, прыжках в длину, тройным, метании диска у мужчин в десятках лучших спартаковцев не было совсем.

Многим легкоатлетам общества «Спартак» вообще не удалось дать зачетных очков своим командам. Слабо были подготовлены спортсмены Литвы, показавшие 15 результатов ниже норм первого разряда, Армении — 12, Белоруссии и Грузии — по 11, Узбекистана — 9 незачетных результатов.

Для того чтобы продлить сезон соревнований, дать спортсменам возможность повысить результаты, Всесоюзный Совет «Спартак» провел в Одессе 12—16 сентября личное первенство по легкой атлетике. В соревнованиях на звание чемпиона общества участвовало 200 спортсменов, среди них — 26 в возрасте до 19 лет и 100 в возрасте 19—25 лет.

Несмотря на отсутствие многих мастеров спорта и неблагоприятную погоду, на этих соревнованиях было показано 16 результатов мастера спорта и 90 первого разряда (на Спартакиаде спартаковцы показали 72 результата первого разряда).

Большого успеха добились скороходы. Г. Паничкин установил новый рекорд СССР на дистанции 10 км — 41.35,0, В. Голубничий улучшил свой мировой рекорд на 20 км — 1:26.13,2. Впервые выполнил норму мастера спорта украинский скороход В. Авраменко — 1:30.49,0.

В острой борьбе разыгрался бег на 400, 800 м и 400 м с/б. На всех дистанциях победил А. Мацулевич. Его соперником был чемпион СССР в беге на 800 м А. Кривошеев, занявший вторые места.

Увлекательный поединок происходил в прыжках в длину между украинской спортсменкой Л. Радченко и москвичкой Т. Фроловой. Звание чемпионки общества завоевала Радченко — 6,12, результат Фроловой — 6,05. Однако уже через три дня, на состоявшихся вслед за первенством соревнованиях сильнейших спортсменов общества, Фролова взяла реванш, прыгнув на 6,15 и обыграв Радченко на один сантиметр.

На первенстве выявилась группа способной молодежи. Высокие результаты показал ряд совсем молодых спортсменов: Г. Быкова (Ташкент) метнула копьё на 48,61, А. Редько (Ужгород) пробежал 100 м за 10,7, Л. Бровка (Севастополь) прыгнула в высоту на 1,60.

В дни соревнований проходил пленум секции легкой атлетики общества «Спартак», обсудивший итоги выступления на II Спартакиаде народов СССР. Пленум наметил ряд мер по улучшению работы организаций общества по легкой атлетике.

В. ПУКИРЕВ,
судья всесоюзной категории

Технические результаты

Мужчины

100 м. В. Архипчук (УССР) 10,5. 200 м. В. Архипчук 22,4 (в забеге 22,1), 400 м. А. Мацулевич (УССР) 48,0. 800 м. А. Мацулевич 1,50,5. 1500 м. П. Болотников (М) 3,50,6. 5000 м. П. Болотников 14,10,8. 10 000 м. П. Болотников 29,06,8. 110 м с/б. В. Полянов (РСФСР) 14,9. 200 м с/б. А. Мацулевич 25,0. 400 м с/б. А. Мацулевич 52,8. 3000 м с/п. Ю. Карташов (М) 9,02,4. **Высота.** В. Попов (УССР) 2,00. **Длина.** Ю. Еремин (М) 7,61. **Тройной.** Ю. Еремин 15,71; В. Чхеидзе (Груз. ССР) 15,68. **Шест.** В. Булатов (БССР) 4,40.

Диск. В. Гринвальд (Л) 47,33. **Копье.** А. Забловские (Лит. ССР) 67,15. **Молот.** К. Павлов (РСФСР) 58,42. **Ядро.** В. Липнис (Л) 17,23.

Пятиборье. Е. Ефимцев (УССР) 2761 очко (6,27; 58,76; 24,0; 41,90; 5,12,3). **Десятиборье.** И. Булавкин (БССР) 6649 очков (11,3; 6,66; 13,65; 1,87; 51,0; 15,5; 37,95; 3,30; 58,75; 4,42,6).

Ходьба. 10 км. Г. Паничкин (Тадж. ССР) 41,35,0; В. Голубничий (УССР) 41,49,6; А. Микенас (Лит. ССР) 41,59,8. 20 км. В. Голубничий 1:26,13,2 (рекорд мира, Европы и СССР); А. Микенас 1:28,22,2; В. Авраменко (УССР) 1:30,49,0.

Женщины

100 м. Н. Полякова (РСФСР) 11,8. 200 м. Н. Полякова 25,3 (в забеге 25,2). 400 м. П. Калинина (РСФСР) 58,4. 800 м. П. Калинина 2,15,0. 80 м с/б. Г. Макаркина (М) 11,4.

Высота. Л. Бровко (УССР) 1,60. **Длина.** Л. Ращенко (УССР) 6,12; Т. Фрлова (М) 6,05.

Диск. Р. Карпова (РСФСР) 45,37. **Копье.** Г. Быкова (Уз. ССР) 48,61. **Ядро.** Л. Фадеевская (М) 14,90.

Пятиборье. Л. Слабожанина (Л) 4227 очков (11,47; 1,63; 28,3; 11,6; 5,27).

Имя минской легкоатлетки мастера спорта Марии Иткиной («Динамо») хорошо известно любителям спорта. Это ей удалось завоевать впервые разыгравшееся в Стокгольме в минувшем году звание чемпионки континента в беге на 400 м. Это она вот уже ряд лет является мировой и европейской рекордсменкой на этой дистанции.

Являясь обладательницей мирового рекорда на 400 м, она, тем не менее, ни разу не стартовала на дистанцию 440 ярдов (402,34 м). И вот 12 сентября 1959 г. на краснодарском стадионе «Динамо» во время всесоюзного первенства динамовцев она попробовала свои силы и на этой дистанции. По ходу бега на 440 ярдов судьи фиксировали результаты и на промежуточную 400-метровую дистанцию.

Успех М. Иткиной превзошел все ожидания. В одном забеге она установила два мировых и европейских рекорда, превзойдя прежние официальные достижения в беге на 440 ярдов на 1,8 сек. и на 400 м на 0,2 сек. В судейских протоколах появились результаты соответственно 53,7 и 53,4.

Небезынтересно проследить хронологию этих рекордов, фиксируемых Международной любительской легкоатлетической федерацией с 4 декабря 1956 г.

Хронология мирового рекорда в беге на 400 м

57,0 *	М. Мэтьюс (Австралия)	6/I 1957
57,0 *	М. Чемберлен (Новая Зеландия)	16/II 1957
56,3 *	Н. Бойль (Австралия)	24/II 1957
55,2	П. Лазарева (СССР)	10/V 1957
54,0	М. Иткина (СССР)	8/VI 1957
53,6	М. Иткина (СССР)	6/VII 1957
53,6	М. Иткина (СССР)	14/VI 1958
53,4 **	М. Иткина (СССР)	12/IX 1959

Хронология мирового рекорда в беге на 440 ярдов

57,0	М. Мэтьюс (Австралия)	6/I 1957
57,0	М. Чемберлен (Новая Зеландия)	16/II 1957
56,3	Н. Бойль (Австралия)	24/II 1957
56,1	М. Чемберлен (Новая Зеландия)	8/III 1958
55,6	М. Хискокс (Великобритания)	2/VIII 1958
55,6	Б. Катберт (Австралия)	17/I 1959
55,6	М. Чемберлен (Новая Зеландия)	14/III 1959
54,3	Б. Катберт (Австралия)	21/III 1959
53,7	М. Иткина (СССР)	12/IX 1959

Примечания: 1) светлым шрифтом выделены достижения, подлежащие утверждению Международной любительской легкоатлетической федерацией (ИААФ) в качестве официальных мировых рекордов;

2) одной звездочкой отмечены результаты, достигнутые при беге на 440 ярдов;

3) двумя звездочками отмечены результаты, зафиксированные на промежуточном финише при беге на 440 ярдов.

В связи с тем, что мировые и европейские рекорды в беге на 400 м фиксируются лишь с 4 декабря 1956 г., особый интерес представляет хронология всесоюзного рекорда, являвшегося до этой даты по сути дела предысторией рекорда мира. Поэтому приводим таблицу роста всесоюзного рекорда на 400 м. Лишь в нескольких случаях результаты советских спортсменов (они выделены жирным шрифтом) были ниже результатов зарубежных легкоатлетов.

1.10,4	В. Постникова (Москва)	7/IX 1922
1.03,7	Л. Былева (Москва)	10/VII 1927
1.01,2	Е. Кузнецова (Ленинград)	22/VIII 1928
1.00,7	Е. Карпович (Москва)	28/VIII 1934
59,5	Т. Быкова (Москва)	11/IX 1935
59,0	Е. Васильева (Москва)	17/VI 1937

ДВОЙНОЙ УСПЕХ МАРИИ ИТКИНОЙ

58,3	В. Пижурина (Киев)	8/VII 1938
57,7	В. Пижурина (Киев)	7/VIII 1938
57,6	Я. Блинкова (Москва)	11/IX 1948
57,3	Я. Блинкова (Москва)	8/IX 1949
57,2	В. Помогаева (Москва)	26/VII 1950
57,1	З. Петрова (Ленинград)	10/IX 1950
56,7	З. Петрова (Ленинград)	19/IX 1950
56,0	З. Петрова (Ленинград)	15/VII 1951
55,8	М. Иткина (Иваново)	2/X 1953
55,7	П. Солопова-Лазарева (Ленинград)	12/VI 1954
55,5	Н. Откаленко (Москва)	25/VII 1954
55,1	П. Солопова-Лазарева (Ленинград)	13/IX 1954
54,8	З. Сафронова (Москва)	21/VII 1955
54,5	М. Иткина (Минск)	13/IX 1955
53,9	М. Иткина (Минск)	1/X 1955
53,6	М. Иткина (Минск)	6/VII 1957
53,4	М. Иткина (Минск)	12/IX 1959

Рубеж международного класса — 56,0 — первой в мире достигла 15 июля 1951 г. в Москве ленинградка Зоя Петрова. Однако 25 июня 1953 г. ее результат был превзойден на 0,3 сек. в Берлине Урсолой Донат-Юревич (ГДР).

Затем высшее мировое достижение перешло к москвичке Нине Откаленко — 55,5. Оно было установлено 25 июля 1954 г. в Киеве, но уже через двенадцать дней вновь было улучшено У. Донат до 55,0. После этого москвичке З. Сафроновой 21 июля 1955 г. на московском стадионе «Динамо» удалось «сбросить» с этого результата еще 0,2 сек.

6 августа 1955 г. Донат, выступая на II Дружеских спортивных играх молодежи в Варшаве, пробежала дистанцию за 54,4. В ответ на это Иткина в Бухаресте на международном чемпионате Румынии улучшила высшее достижение до 53,9. Такова история роста высшего достижения в мире на дистанцию 400 м.



Финиширует М. Иткина

Конгресс ИААФ в Мельбурне в 1956 г. принял решение фиксировать рекорды и на эту дистанцию, что обусловило повышенный интерес к бегу на 400 м и 440 ярдов среди зарубежных спортсменов. Начался новый этап в развитии мастерства легкоатлетов, специализирующихся в беге на эти дистанции. И большая заслуга в быстром прогрессе данного вида легкой атлетики принадлежит М. Иткиной и ее тренеру В. Левинсону.

Мировую рекордсменку отличают высокая стабильность результатов и умение длительно сохранять высокую спортивную форму.

В. ДМИТРИЕВ

ЧИТАТЕЛИ ПИШУТ

смены — рабочие и работницы Швейной фабрики, Меланжевого комбината и фабрики «Вождь пролетариата». Кроме того, организована секция на заводе «Комсомолец», где занятия ведет тренер-общественник т. Артемьев.

Надеемся добиться дальнейших успехов в развитии легкой атлетики среди рабочей молодежи.

Н. Горбаков,
председатель легкоатлетической секции г. Егорьевска

КРИТИКА ПОМОГЛА

Уважаемая редакция! Очень благодарны за помещение в журнале «Легкая атлетика» № 2 этого года статьи «А где же легкоатлеты производственных коллективов?», в которой рассказывалось о спортивной жизни легкоатлетов Егорьевска. Справедливо в статье отмечалось, что наряду с успешным развитием легкой атлетики среди учащихся этот вид спорта почти совсем не культивировался в производственных коллективах.

Мы обсудили статью на собрании городской секции и приняли ряд мер по развитию легкой атлетики среди рабочей молодежи предприятий. При обществе «Труд» создана объединенная секция для производственников. Ею руководит наш лучший тренер, воспитанник Смоленского института физкультуры, А. Г. Саввин. Тренировки проводятся систематически три раза в неделю. Занимаются в секции молодые спорт-

ПЕРВЕНСТВО ВООРУЖЕННЫХ СИЛ ПО КРОССУ



Участники первенства Вооруженных Сил на дистанции кросса.

Впереди Г. Арефьев (Ставропольское суворовское училище)

Осенний кросс! Пора неповторимой красоты леса, опавших листьев и пожелтой травы, пора... дождей!

В день розыгрыша первенства Вооруженных Сил по кроссу, в воскресенье 20 сентября, дождь шел беспрерывно с самого утра. Он залил дорожки в Сокольниках, размыл глинистые места, превратил все впадинки, выбоины в лужи.

Но истинный любитель кросса не страшится и такой погоды. А офицер Иван Семенов как раз и является таким кроссменом. «Чем сложнее и труднее дистанция,— говорит он,— тем больше она мне нравится, тем мне интереснее. Надо только хорошо подготовиться к бегу в любых условиях».

До выступления в кроссе на первенство Вооруженных Сил Семенов много раз тренировался в парке, где предполагалось разметить дистанцию. Он изучил здесь каждый подъем и спуск, продумал, как их пробегать. Его противниками будут стайеры, а он, в основном, марафонец, и, следовательно, на ровных участках у них — преимущество в скорости. Отыгрывать потерянное он должен на подъемах. И Семенов десятки раз бегал на тренировках в гору.

Но, как бы хорошо ни была им изучена местность, в день соревнований, Семенов в порядке разминки пробежал еще раз по уже размеченной трассе. Теперь он был полностью готов к бегу.

В кроссе на 8 км рядом с Семеновым выступали лучшие спортсмены страны: стайеры А. Десятчиков (Москва) и Ю. Захаров (Ленинград), рекордсмен СССР в беге на 3000 м с препятствиями С. Ржищин (Москва) и десятки других отличных бегунов. Со старта бег повел Захаров. Десятчиков, Ржищин и Семенов следовали за ним по пятам. Завязывается упорная борьба. Лидеры неоднократно меняются. Семенов бежит то вторым, то третьим, несколько раз лидирует, изматывая силы противников на подъемах. К отметке 7 км вновь впереди Захаров, но за ним неотступно частым, «накатистым» шагом бежит Се-

менов. На последней прямой Семенов находит в себе силы на длинный финиш и в самом конце дистанции опережает на 0,6 сек. Захарова. Время победителя — 24.38,4, занявший третье место Десятчиков отстал на целых 5,6 сек. (24.44,0). Так хорошая подготовка обеспечила успех!

А вот противоположный случай. Опытная бегунья мастер спорта Зоя Петрова (ЦСК МО) выступала в беге на 500 м на проводившихся здесь же одновременно с первенством Вооруженных Сил кроссовых соревнованиях армейцев Москвы. Петрова не потрудилась ознакомиться предварительно с трассой. В результате она, единственная среди участниц, несмотря на хорошую разметку, сбилась с пути и на одном из поворотов побежала вдруг в противоположную сторону. Затем Петрова вернулась на трассу, но потеряла на этом несколько драгоценных секунд и оказалась на втором месте.

Хорошо подготовилась к бегу на 2000 м для женщин рекордсменка мира в беге на 800 м, неоднократная чемпионка Вооруженных Сил Нина Откаленко (Москва). Ее соперницами были мастера спорта Е. Парлюк (Ленинград), М. Кондратьева (Одесса) и другие. Вначале лидером забега была А. Радзюкевич (Петрозаводск), непосредственно за ней бежали основные претендентки. Но вот к отметке 1400 м, на отлогом подъеме, Откаленко усиливает темп и выходит вперед. Легко, непринужденно заканчивает она дистанцию, значительно опередив бежавшую с предельным напряжением сил Е. Парлюк. По тяжелой трассе Откаленко показала отличное время — 6.38,8, Парлюк проиграла ей 7,2 сек., на третьем месте М. Кондратьева — 6.47,0.

Досадно, что на таком массовом соревновании, как первенство Вооруженных Сил по кроссу, не было тренеров сборной СССР (не считая, конечно, армейских тренеров). Ведь в этот день в Сокольниках выступало много молодежи, и из ее среды опытный тренер мог бы отобрать ряд способных спортсменов. В этом отношении наибольший интерес представляло выступление воспитанников суворовских военных училищ. Рассказом о двух представителях этой молодежи, занявших в кроссе на 1000 м первое и второе места.

Валерий Фролов, выпускник Московского суворовского училища (тренер П. С. Степанов), уже приобрел в этом году известность как рекордсмен СССР среди юношей в беге на 400 м — 49,0.

Он имеет хорошие результаты также на дистанциях 100 м — 10,9 и 200 м — 22,3. Однако через 2—3 года Фролов намерен специализироваться в беге на 800 м. И он считает, что в подготовке к этой дистанции, требующей большой скоростной выносливости, важнейшую роль играют кроссы. Поэтому уже в прошлом и в этом году Фролов не раз выступал в кроссовых соревнованиях. Но во Всеармейском кроссе он участвовал впервые.

Готовился Фролов к ответственному состязанию очень тщательно. Много бегал на местности, а за неделю до кросса, в порядке подготовки к нему, впервые в жизни соревновался в беге на 800 м по дорожке стадиона. Все это позволило Фролову отлично выступить в кроссе: несмотря на падение на повороте, он показал свой лучший результат на кроссовой дистанции 1000 м — 2.41,0.

Николай Ермаков, воспитанник Ставропольского суворовского училища (тренер П. М. Чернов), — пока еще спортсмен второго разряда. Участвуя в кроссе, он упал на том же повороте, что и Фролов, но потерял на этом значительно больше — секунды 2—3. Все же он нашел в себе силы обойти после падения четырех участников и прийти вторым, лишь на секунду отстав от победителя.

В командном зачете среди юношей победили отлично подготовленные спортсмены Минского суворовского училища (тренер М. Салтыков) — Валерий Пузанов (III место) и Борис Клементьев (V место). Характерным для соревнований юношей была высокая плотность результатов — время десятого лишь на 7 сек. хуже времени победителя. Все 38 участников выполнили норму юношеского разряда.

В личных соревнованиях девушек на 500 м выступало мало участниц. Первой здесь была М. Зайцева (ЦСК МО), пробежавшая дистанцию за 1.27,0.

В общекомандном зачете победили спортсмены Московского военного округа.

Проведение финалов армейских кроссов вновь становится традиционным. В будущем году состоится два массовых кросса — весной и осенью. Они начнутся в каждом подразделении и части и завершатся финальными соревнованиями в Москве.

А. МИХАЙЛОВ,
судья всесоюзной категории,
Р. ПРАГЕР

Вардан Овсепян и Адольфас Варанаускас — старые соперники. Вспомните, как осенью прошлого года на командном первенстве СССР в Тбилиси между этими двумя метателями шел острый спор за обладание рекордом страны в толкании ядра. Тогда в предварительных соревнованиях литовский спортсмен имел лучшее достижение 17,35, опережая на 10 см Овсепяна. Отличный результат — 17,81 имел Варанаускас и в финале. Этот показатель мог бы быть зарегистрирован в качестве всесоюзного рекорда, если бы не более высокое достижение, которого добился также в финале Овсепян — 17,93.

Не раз встречались соперники и в нынешнем году, но, как правило, победителем называли атлета из Армении. Правда, и достижения Варанаускаса были отличными. В июне на матче прибалтийских советских союзных республик и БССР в Риге он послал снаряд на 17,46, на первенстве Литвы достиг 17,64, а на Спартакиаде народов СССР завоевал серебряную медаль — 17,17.

И вот снова друзья-соперники встретились, защищая спортивную честь страны во время международного матча СССР — Великобритания и Северная Ирландия. На этот раз чемпиону II Спартакиады народов СССР В. Овсепяну пришлось уступить первенство преподавателю Литовской сельскохозяйственной академии А. Варанаускасу. Пятая попытка принесла ему не только победу, но и долгожданное звание рекордсмена страны — 17,99. Только один сантиметр отделяет литовского метателя от рубежа международного класса в толкании ядра — отметки 18 метров. Серия, в которой был достигнут рекорд, выглядела так: 17,48; 17,46; 17,20; 17,76; 17,99; 17,64.

В этом виде легкой атлетики Варанаускас стал совершенствоваться с 1955 г. Тогда ядро, посланное его рукой, полетело на расстояние 14,90. За четыре года его личное достижение возросло

на 3 метра 9 сантиметров, став рекордом Советского Союза и Литовской ССР. Интересно проследить ступени, по которым шел Варанаускас к званию сильнейшего в стране толкателя ядра: 1955 г. — 14,90; 15,21; 15,24 (19-е место в СССР)

1956 г. — 15,27; 15,30; 15,38; 15,51 (18-е место в СССР)

1957 г. — 15,54; 15,74; 16,08; 16,40; 16,43 (5-е место в СССР)

1958 г. — 16,87; 16,98; 17,06; 17,08; 17,15; 17,52; 17,58; 17,81 (2-е место в СССР)

1959 г. — 17,99 (1-е место в СССР, 6-е в Европе)

Ныне Варанаускас занимает шестое место не только в «десятке» Европы за нынешний сезон, но и в таблице лучших на континенте за все годы:

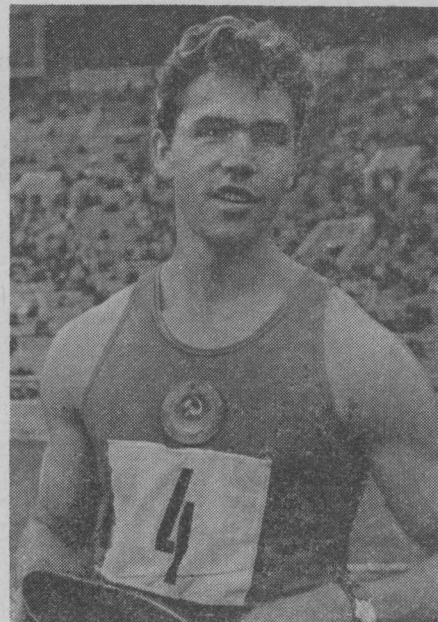
18,59	А. Роу (Великобритания)	1959
18,48	С. Мекони (Италия)	1959
18,20	В. Варью (Венгрия)	1959
18,16	Ж. Надь (Венгрия)	1959
18,11	И. Скобла (Чехословакия)	1959
17,99	А. Варанаускас (СССР)	1959
17,93	В. Овсепян (СССР)	1958
17,79	М. Линдсей (Великобритания)	1959
17,72	В. Липснис (СССР)	1958
17,68	В. Лоцилов (СССР)	1958

За всю историю легкой атлетики лишь 10 спортсменам (5 американским и 5 европейским) удалось превзойти 18-метровый рубеж в толкании ядра. Можно надеяться, что вскоре перешагнет его и лучший советский метатель Адольфас Варанаускас.

Он обладает хорошими физическими данными (рост 192,5 см, вес 101 кг). Новому рекордсмену страны, члену спортивного общества «Жальгирис»



ШЕСТОЙ НА КОНТИНЕНТЕ



А. Варанаускас

25 лет. Он родился 2 апреля 1934 г. в Палетисе, Кайшадорского района (Литва).

В. ВОЛКОВ



Легкоатлеты спортивного общества «Водник» (Москва) проводят эстафеты

ЭСТАФЕТЫ „ЗОЛОТОЙ ОСЕНИ“

Наиболее характерная черта в развитии советского физкультурного движения за последний год — это небывалый подъем народной инициативы, инициативы самых широких масс физкультурников и спортсменов.

Ярким выражением этой инициативы

явилось повсеместное строительство спортивных сооружений силами самой молодежи. Недавно вся страна подхватила почин спортсменов «Иркутскалюминстроя» — инициаторов движения «1 + 2».

А в самое последнее время огромную

популярность приобрела идея проведения эстафет «Золотой осени». Это начинание родилось на Горьковском заводе-гиганте «Красное Сормово», хорошо известном далеко за пределами этого индустриального города. В коллективе физкультуры завода — большой самостоятельной организации — живет постоянная забота об увеличении числа физкультурников, о вовлечении в спорт всё большего количества молодых рабочих. Здесь хорошо знают, что лучше всего этому способствуют соревнования, в которых наряду с разрядниками выходят на старт и те, кто впервые приобщается к спорту.

Так родился почин организовать на заводе день легкоатлетических эстафет, так получили начало эстафеты «Золотой осени». Первые же заводские эстафеты были проведены как большие массовые спортивные мероприятия. Победитель эстафеты, команда сварочного цеха, получила две награды — не только за луч-



У инициаторов эстафет «Золотой осени» — легкоатлетов Горького. Участники приняли старт

шие результаты, но и за массовость. Сормовичи обратились с призывом к физкультурникам всех коллективов Советского Союза последовать их примеру. В своем обращении они писали: «Сколько новых молодых талантов может появиться в нашей легкой атлетике, если самые разнообразные эстафеты состоятся повсеместно. Пусть осенние эстафеты станут одним из самых массовых соревнований в сезоне».

И почин сормовичей был подхвачен всей страной. Заводские, районные и городские эстафеты были проведены в Москве, Ленинграде, Киеве, на берегах Балтики, в Ужгороде и Кишиневе, в Воронежской и Минске, на Урале и в Средней Азии...

Повсюду на старты эстафет «Золотой осени» выходили тысячи юношей и девушек. Отличный пример массовости показали инициаторы этого замечательного движения. В Горьковской области в эстафетах участвовало 40 тыс. физкультурников. В соревнованиях наряду с новичками выступали мастера, и это было большой спортивной школой для начинающих спортсменов. В этой обстановке

новке рождались и новые рекорды. Областное достижение было установлено в эстафетах 400+300+200+100 м для женщин и 800+400+200+100 м для мужчин.

В Харькове в эстафетном беге на первенство факультетов университета приняло участие более тысячи студентов. Такие же массовые соревнования прошли в педагогическом, горном, автотранспортном институтах, на многих фабриках и заводах города.

Стремление последовать примеру сормовичей побудило активистов ряда коллективов физкультуры оборудовать места для проведения эстафет. Молодые колхозники села Великая Добронь (Ужгородский район) в течение недели, взявшись дружно за работу, сумели проложить вокруг футбольного поля 400-метровую дорожку. В эстафете на новой дорожке выступило в первый же день 150 человек, большинство из них впервые участвовало в соревнованиях.

Считаясь с осенними условиями погоды, во многих местах эстафеты проводили не только по воскресеньям, но и в середине недели, используя погожие дни. Программы состязаний не ограничивались так называемыми классическими эстафетами, а состояли зачастую и из эстафет на различных других дистанциях, с большим количеством участни-

ков. В них выступали не только бегуны, но также прыгуны и метатели, представители других видов спорта.

Новички — участники эстафет сейчас вступают в секции легкой атлетики. Вот один из характерных примеров. На Перечинском лесохимзаводе в Закарпатье первые же старты участников эстафеты позволили выявить около 50 новичков, которые показали способности в беге и сейчас начали регулярно заниматься в секции легкой атлетики заводского коллектива физкультуры.

В этом вовлечении новичков в секции — главные итоги проведения эстафет. Физкультурные организации, активисты коллективов, спортсмены-разрядники обязаны с особым вниманием отнестись к новичкам, создать им товарищескую обстановку, помочь сделать

Эстафеты в Ленинграде. Соревнуются спортсмены Балтийского завода



первые шаги в спорте.

Осенние легкоатлетические эстафеты должны стать традиционными. Они помогут ежегодно вовлекать в занятия легкой атлетикой новые массы молодежи, позволят выявить много новых талантливых спортсменов.

Р. ПАНИН

НОВЫЕ МАСТЕРА СПОРТА

РСФСР (области, края, АССР)

Романова Мария (Иваново, «Буревестник») 80 м с/б — 11,1
Павлов Константин (Сталинград, «Спартак») молот — 60,37

РСФСР (Москва)

Ветрова Светлана («Динамо») 100 м — 11,7

Ушакова Лидия («Труд») 800 м — 2,08,9

Украинская ССР

Авраменко Владимир (Сталино, «Спартак»)

спортивная ходьба 20 км — 1:30.49,0

Белорусская ССР

Федоров Борис (Минск, «Динамо») тройной — 15,55

Котов Анатолий (Минск, «Динамо») ходьба 20 км — 1:31.46,8

Эстонская ССР

Поляков Вамбола (Таллин, «Трудовые резервы») копье — 73,51

Спренк Рейн (Таллин, «Калев») ядро — 17,22

Грузинская ССР

Овивян Аракс (Тбилиси, «Динамо») длина — 6,01

Холодок Олег (Тбилиси, «Динамо») десятиборье — 6887 очков

Армянская ССР

Восканян Эра (Ереван, «Спартак») длина — 6,00

Кочарян Маржунни (Ереван, «Спартак») высота — 2,005

Как и в предыдущих номерах журнала, подводим итоги подготовки новых мастеров спорта по легкой атлетике в союзных республиках, спортивных обществах и ведомствах.

По союзным республикам

РСФСР (области, края, АССР)	29
Украинская ССР	13
РСФСР (Ленинград)	12
РСФСР (Москва)	11
Латвийская ССР	9
Белорусская ССР	7
Грузинская ССР	4
Эстонская ССР	3
Узбекская ССР	2
Азербайджанская ССР	2
Таджикская ССР	2
Армянская ССР	2
Казахская ССР	1

Туркменская ССР	1
Литовская ССР	0
Молдавская ССР	0
Киргизская ССР	0

По спортивным обществам
и ведомствам

«Динамо»	25
«Буревестник»	22
«Спартак»	13
«Труд»	10
«Трудовые резервы»	8

Советская Армия	3
«Локомотив»	3
«Даугава»	3
«Авангард»	2
«Таджикистан»	2
«Колхозник»	2
«Водник»	1
«Захмет»	1
«Енбек»	1
«Урожай»	1
«Калев»	1

Таким образом, за девять месяцев 1959 г. всего по стране 98 легкоатлетов впервые выполнили нормативы, которые дают им право на присвоение звания «Мастер спорта СССР».

Когда началась война и отец ушел на фронт, мать с девочками переехала из Харькова в Самарканд. В этом шумном южном городе и прошли детство и юность Ирины и Тамары Пресс.

Девочки жили дружно. Вместе с мальчиками играли в лапту и «казаки-разбойники», учились в одной школе,

студентка первого курса Ленинградского института инженеров железнодорожного транспорта. Кроме того, она, как ей тогда казалось, опытная спортсменка. Ведь до поступления в институт ей удалось улучшить свой результат в пятиборье до 4288 очков и стать победительницей Всесоюзной спартакиады уча-



СЕСТРА МИРОВОЙ РЕКОРДСМЕНКИ

вместе начали заниматься и легкой атлетикой. Правда, Тамара была на год старше и первой пришла на занятия к тренеру Владимиру Пантелеймоновичу Бессемерных, но через год начала заниматься и Ирина — у Константина Иосифовича Капустянского.

В 1955 г., когда Тамара выиграла первенство Узбекистана для девушек по метанию диска и толканию ядра, Ира делала еще только первые шаги на беговой дорожке. Вначале все решили, что она должна выступать в беге на 400 м. На соревнованиях школьников Самарканда Ира пробежала эту дистанцию за 1.08,0, а в Ташкенте, где проводились юношеские соревнования республики, улучшила свой результат до 1.05,5 и впервые выполнила норму третьего разряда.

И вот обе сестры защищают честь Узбекистана на Всесоюзной спартакиаде учащихся в Киеве. Вместе со зрителями аплодирует Ирина, когда Тамаре удастся установить два всесоюзных юношеских рекорда — в толкании ядра и троеборье. Ее собственные успехи куда скромнее: она выполнила лишь второй разряд в беге на 400 м.

Так прошел первый год жизни Ирины в спорте. А в 1956 г. тренеру стало ясно, что для нее нужно выбрать другую дорогу: она может стать выдающейся спортсменкой, но только не в беге на 400 м, а в многоборье.

И, действительно, уже на первом соревновании Ирина Пресс показала в пятиборье хороший результат — 3700 очков. Через месяц она улучшила его до 3801, на первенстве республики победила с суммой 3900, а на I Спартакиаде народов СССР, куда ее послали, как лучшую многоборку Узбекистана, установила свой личный рекорд — 3973 очка.

В 1957 г. Ирина Пресс вступила в большую самостоятельную жизнь. Позади — детские игры, школа. Теперь она

щихся по толканию ядра.

Но когда она пришла на первое занятие к своему новому тренеру Виктору Ильичу Алексееву, то оказалось, что у нее множество ошибок и недостатков. Например, в толкании ядра она начинала скачок боком, в высоту прыгала невыгодными «ножницами». Немало погрешностей было и в барьерном беге и прыжках в длину.

С Виктором Ильичом они наметили большую программу действий. Тут было и разучивание рационального старта спиной в толкании ядра, и переход к перекидному способу прыжка, и повышенные скорости, и развитие силы, и многое другое.

Началась кропотливая работа, которая принесла свои результаты уже в следующем, 1958 г. В Москве, на юбилейной спартакиаде «Динамо», Ирина выполнила норму мастера спорта в барьерном беге, пробежав 80 м за 11,1. На этих же соревнованиях она улучшила свое достижение в пятиборье до 4477 очков.

Наступил 1959 г. — год II Спартакиады народов СССР. Ирина встретила его отличными результатами в пятиборье. На весеннем матче республик в Москве она показала лучший результат сезона в мире — 4598 очков, выполнив и здесь норму мастера спорта, а на спартакиаде Ленинграда увеличила эту сумму до 4675 и пробежала 80 м с барьерами за 10,8.

В августе, на II Спартакиаде народов СССР, мы увидели Ирину Пресс на старте первого вида пятиборья — толкание ядра. На этот раз вместе с ней выступали такие грозные противники, как Галина Гринвальд, Мария Романова, Лидия Васильева, Лидия Шмакова.

Ядро Ирина толкнула на 14,40. Это было отлично для девушки, рост которой 167 см и вес всего 63 кг. В судебных протоколах выросла колонка цифр:

ядро — 14,40; высота — 1,50; 200 м — 25,0; барьеры — 11,1; длина — 5,88. Эти результаты дали ей 4766 очков, звание победителя Спартакиады и чемпиона первенства страны по легкой атлетике.

Раньше Ирина отставала от сестры и в учебе и в спорте примерно на год — училась на класс ниже, позднее выполняла разрядные нормативы. Теперь обе они учатся на третьем курсе двух ленинградских институтов, и та и другая стали мастерами спорта и чемпионками страны. Лишь в одном Ирине оставалось догнать Тамару: старшей сестре принадлежал мировой рекорд в толкании ядра, а младшую пока называли только «сестрой мировой рекордсменки».

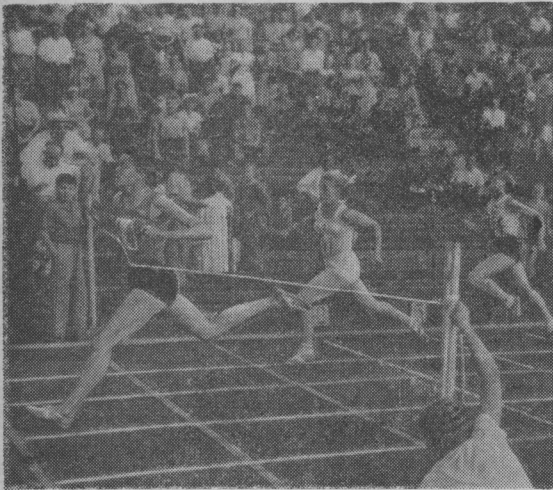
Но Ирина и в этом решила догнать сестру. Ведь от мирового рекорда Быстровой в пятиборье ее отделяло всего 106 очков.

Не прошло и месяца со дня окончания Спартакиады, а она вновь вышла на старт пятиборья — на этот раз на всесоюзных соревнованиях общества «Динамо» в Краснодаре. Заочный поединок с Быстровой закончился победой Ирины. Уже после первого дня состязаний в ее активе было 32 «лишних» очка. Она толкнула ядро на 14,20, прыгнула в высоту на 1,58, пробежала 200 м за 24,8. Во второй день состязаний в барьерном беге на 80 м судьи зафиксировали у нее отличное время — 10,9. Теперь для улучшения мирового рекорда достаточно было прыгнуть в длину на 5,79. И один из прыжков Ирины оказался на 3 сантиметра лучше. В итоге — 4880 очков! На восемь очков превышено прежнее достижение Галины Быстровой.

Теперь Ирину уже больше не назовут сестрой мировой рекордсменки. Как и старшая сестра она вписала свое имя в таблицу высших достижений мира.

В. ПАВЛОВИЧ

ВОЛЕВУЮ ПОДГОТОВКУ НАЧИНАТЬ В ШКОЛЕ



На Всесоюзной спартакиаде учащийся. На дистанции 200 м первой финиширует В. Кабреньюк (РСФСР)

В настоящее время, когда идет перестройка советской школы и ставится задача максимально связать обучение с жизнью, с практикой, роль физического воспитания в системе народного образования значительно возрастает. Выработка трудовых умений и навыков у школьников не может успешно осуществляться без разностороннего физического воспитания. Труд на производстве прежде всего предъявляет серьезные требования к физической подготовке учащихся.

Именно школа должна воспитать у будущих молодых рабочих трудовую спорность, быстроту и ловкость движений, умение выполнять работу двумя руками, настойчивость в преодолении препятствий и уверенность в своих силах, высокую дисциплинированность и организованность. Во всем этом большая роль принадлежит физическому воспитанию. Отсюда понятно, какое значение приобретает воспитательная работа учителя на уроках физической культуры, и в частности морально-волевая подготовка учащихся.

Воспитание воли у учащихся требует такой же специальной организации учебного процесса, как и развитие физических качеств, двигательных навыков и умений. Поэтому волевая подготовка должна составлять одну из неотъемлемых сторон урока по физическому воспитанию.

Исходной позицией здесь для нас является положение советской психологии спорта о том, что «...учитель физической культуры всегда должен иметь в виду две стороны в решении любой

задачи урока. Например, учить школьников технике прыжка в высоту с разбега определенным способом и в то же время развивать качества решительно-

сти, настойчивости: ...учить технике и тактике игры в баскетбол и в то же время развивать такие качества, как целеустремленность, инициативность, самостоятельность и т. д.» (проф. А. Ц. Пуни «О развитии воли учащихся в процессе физического воспитания», «Физическая культура в школе», 1958, № 10, стр. 13).

Волевые усилия характеризуются двумя особенностями: во-первых, они носят сознательный характер и, во-вторых, всегда связаны с преодолением больших или меньших трудностей. В процессе выполнения детьми физических упражнений волевые усилия могут быть самыми разнообразными по своему характеру и степени, однако их можно подразделить на несколько групп.

В первую группу можно отнести **волевые усилия при мышечных напряжениях**. Выполняя те или иные физические упражнения, например, прыгая в высоту и длину, учащиеся совершают большие мышечные напряжения, чем обычно. При этом учитель старается пробудить у ребят уверенность в своих силах, обращает внимание на то, что у многих рекордсменов физические данные самые обычные и успеха они достигли главным образом благодаря своей настойчивости и воли.

Вторая группа — **волевые усилия при преодолении недостатков техники**. Анализируя выполнение учеником тех или иных упражнений, учитель указывает на его недостатки и требует, чтобы при повторном выполнении, например прыжка в длину, он сконцентрировал свое внимание на полете «в шаг». Регулируя трудность задания при обучении технике в зависимости от того, какими физическими и психологическими качествами располагает ученик, преподаватель помогает ему сосредоточить внимание на том или ином элементе техники и тем самым воспитывает у детей способность к волевым усилиям.

Третья группа — **волевые усилия, связанные с преодолением утомления и чувства усталости**. Например, после ряда прыжков на одной ноге преподаватель дает прыжки на двух ногах на количество повторений, ставя задачу прыгнуть как можно выше. Стремясь продолжать упражнения и прыгая как можно выше, учащийся преодолевает мышечную усталость.

Наконец, последнюю группу составляют **волевые усилия, связанные с преодолением робости и страха**. На уроках по легкой атлетике имеется очень много возможностей для воспитания смелости и решительности: бег на определенную дистанцию, преодоление высоких барьеров, прыжки через гимнастическое бревно и т. д.

Следует отметить, что воспитание воли в процессе физических упражнений

возможно лишь при правильной организации урока.

Краткость и точность объяснения цели и задачи урока, продуманность в подборе средств для их решения, четкость подаваемых команд и распоряжений, правильный показ упражнений и требование от учащихся отличного их выполнения, большая плотность урока — все это дисциплинирует учащихся, заставляет их делать значительные волевые усилия.

Приведенная выше классификация позволяет учителю конкретно определить в каждом отдельном случае, в каком направлении необходимо направить волевое усилие учащегося. Например, ученик выполняет прыжок в высоту, и первая попытка у него неудачна. Преподавателю необходимо решить, что же является главной причиной неудачи: слабый толчок, боязнь высоты или неправильная техника перехода планки, усталость ученика.

В данном случае задачей учителя будет сконцентрировать в нужном направлении волевые усилия ученика, вызвать самоприказ типа: 1) «сильней», «реже», «быстрее»; 2) «смелей», «ведь я уже брал», «возьму»; 3) «сильней мах», «убрать руку»; 4) «спокойнее, взять себя в руки».

Морально-волевое воспитание учащихся может быть успешным только при соблюдении учителем определенных условий. Первым таким условием является сознательная установка учителя на решение задач морально-волевой подготовки школьников в зависимости от темы и цели занятия.

Было бы ошибочно полагать, что физические упражнения сами по себе воспитывают желательные нам морально-волевые качества. Воспитательный эффект всецело зависит от того, в каких целях и каким образом преподаватель организует и осуществляет процесс обучения. Причем представление о том, что можно найти какие-то универсальные, пригодные для всех видов спорта средства и методы морально-волевой подготовки учащихся, является глубоко ошибочным. Учитель должен ставить перед собой на каждом занятии определенные конкретные задачи в этой области.

Вторым важным условием является создание у детей интереса к занятию. Печальные результаты дает урок, на котором дети в томительной скуке выполняют однообразные физические упражнения. Наоборот, глубокий интерес к уроку физического воспитания заставляет ученика проявлять настойчивость, преодолевать трудности.

Важнейшим условием успешной морально-волевой подготовки учащихся является также систематическое воспитание у них внимания. В умении сосредоточиваться, не отвлекаясь слушать объяснения учителя и наблюдать за выполнением упражнений, в умении следить за всеми командами и своевременно исполнять их проявляется степень овладения учащимися вниманием, что неизбежно связано с волевыми усилиями.

Развивая внимание, дети формируют и волю. Например, цель урока — совершенствование техники низкого старта. В этом случае преподаватель ставит

перед собой задачу, помимо умения быстро выполнить выход со старта, воспитать у детей внимание. Уже подготовительные упражнения (преподаватель дает задание внезапно по хлопку выполнить подскоки или перейти в быстрый бег) мобилизуют внимание учащихся к выполнению низкого старта.

Особое место в воспитании морально-волевых качеств занимает преодоление учащимися трудностей при выполнении физических упражнений. Поэтому в ходе урока необходимо постоянно создавать усложняющиеся препятствия и трудности, преодоление которых будет требовать от детей проявления определенных волевых качеств. Необходимо помнить, что особенно важно преодоление трудностей, возникающих неожиданно. Для этого при подготовке к уроку преподаватель предусматривает различные ва-

рианты типичных для данных упражнений препятствий и трудностей.

Большое внимание учитель должен уделять воспитанию у школьников самостоятельности, умению ставить перед собой определенную цель и находить средства для ее выполнения. Полезно познакомить детей с биографиями лучших советских спортсменов, привести примеры того, как воля и настойчивость помогли им достигнуть больших успехов в спорте. Например, рассказать о победах двукратного олимпийского чемпиона Владимира Куца, успехах экс-рекордсмена мира Юрия Литуева, отличающегося редким спортивным долголетием.

В результате одновременно с формированием нравственного идеала у учащихся возникает ясно осознанная потребность в совершенствовании. Учи-

тель же должен на конкретных примерах показать, как осуществляется самовоспитание, подчеркивая при этом, что ребятам необходимо ставить перед собой конкретную цель и быть требовательными к себе.

В заключение отметим, что большое значение для морально-волевого воспитания учащихся имеет включение в урок элементов соревнований, прикидок, эстафет, игр. Спортивная борьба всегда вызывает у детей эмоциональный подъем, способствует проявлению всех их сил и возможностей, заставляет выполнять упражнение как можно лучше и тем самым способствует воспитанию смелости, решительности, уверенности в своих силах и целеустремленности.

А. ВАЙНШТЕЙН,

кандидат педагогических наук

г. Минск

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА РЕЗУЛЬТАТОВ НА СПАРТАКИАДАХ УЧАЩИХСЯ 1956—1959 гг.

Виды	Лучший результат				Среднее десяти			
	1956 г.	1957 г.	1958 г.	1959 г.	1956 г.	1957 г.	1958 г.	1959 г.
Ю Н О Ш И								
100 м	11,0	10,9	10,9	10,7	11,1	11,1	10,94	11,06
200 м	22,3	22,2	22,2	21,9	22,8	22,6	22,5	22,48
400 м	49,9	50,0	49,6	49,0	51,3	50,7	50,73	50,96
800 м	1.55,9	1.56,8	1.54,6	1.57,8	1.58,0	2.00,2	1.58,4	1.58,7
1500 м	4.04,8	4.02,2	4.02,4	4.05,5	4.08,1	4.07,6	4.06,3	4.08,8
110 м с/б	15,2	15,5	15,2	15,4	16,1	16,2	15,8	15,8
Высота	1,85	1,88	1,90	1,95	1,80	1,81	1,81	1,83
Длина	7,37	7,15	7,01	7,08	6,73	6,72	6,75	6,75
Тройной	14,77	14,77	14,79	15,26	14,22	14,28	14,29	14,32
Шест	3,80	3,90	3,80	4,15	3,77	3,68	3,68	3,70
Диск	46,11	46,73	45,92	46,98	41,37	42,22	41,56	41,93
Копье	69,11	63,52	63,52	64,03	57,54	56,77	58,06	57,87
Молот	55,69	58,66	65,92	60,20	52,54	55,58	54,61	54,35
Ядро	14,05	13,87	14,10	14,13	13,51	13,23	13,12	13,34
Пятиборье	3043	2652	2917	2898	2506	2571	2655	2726
Д Е В У Ш К И								
100 м	12,1	12,1	12,7	12,2	12,3	12,3	12,2	12,4
200 м	24,8	25,0	25,5	25,3	25,7	25,5	25,6	25,9
400 м	57,4	58,2	57,4	56,7	59,2	58,8	58,8	59,2
80 м с/б	11,6	11,2	11,6	11,5	11,9	11,6	11,6	11,9
Высота	1,60	1,60	1,55	1,60	1,505	1,51	1,53	1,54
Длина	5,79	5,65	5,98	5,93	5,54	5,40	5,44	5,39
Диск	39,72	42,30	38,71	44,76	37,99	39,58	35,70	40,05
Копье	44,78	46,55	46,53	48,31	40,28	41,09	41,44	41,64
Ядро	13,43	12,67	13,47	13,63	12,13	11,48	12,46	12,06
Пятиборье	4212	3988	4269	3910	3903	3845	3965	3790

В НЕСКОЛЬКО

СТРОК

Соревнования школьников по многоборью. Брестский областной отдел народного образования второй год проводит первенство школьников по легкоатлетическому многоборью. Учащиеся 3—4-х классов соревнуются в беге на 40 м, прыжках в длину и высоту, метании теннисного мяча; учащиеся 5—6-х классов — в беге на 60 м, прыжках в длину и высоту, метании теннисного мяча и эстафете 4×60 м. Во внутришкольных соревнованиях этого года участвовало 39 тысяч учащихся. Общешкольное первенство по группе 3—4-х классов завоевали юные легкоатлеты

Перковичской школы Дрогиченского района, по группе 5—6-х классов — легкоатлеты Молчадской школы Городищенского района.

Успех куйбышевских легкоатлетов. В городе Волжском состоялись интересные соревнования по легкой атлетике 11 сильнейших команд коллективов физкультуры общества «Труд» городов Поволжья. Опыт участия в таких крупных соревнованиях обогатил заводских спортсменов. Победу одержала команда Куйбышевского завода имени Масленникова, на втором месте — спортсмены Калининского вагоностроительного за-

вода, и только на третьем месте оказалась одна из сильнейших заводских легкоатлетических команд страны — Горьковского автозавода.

На берегу Клязьмы. Студенты Московского авиационного института большим спортивным праздником отметили десятилетие своего спортивно-оздоровительного лагеря, созданного на живописном берегу реки Клязьмы. За эти годы в лагере побывало 6000 студентов; более тысячи из них стали спортсменами-разрядниками, в том числе и по легкой атлетике.

Прошло уже несколько месяцев, как в сутолоке Пекинского вокзала распрощались мы с китайскими друзьями. Было много цветов, улыбающихся лиц, крепких пожатий рук и искреннего волнения. Неудивительно, что теперь вспо-

ность, приглушала инициативу и волю к творчеству в китайском народе. Вялость мысли, отсутствие целеустремленности, безразличие к собственной судьбе считались чуть ли не признаком китайского характера. Пределом мечтаний китайского крестьянина были клочок земли с могилами предков да чашка риса.

Теперь те смутные времена кажутся такими далекими, как императорские династии, набеги северных племен и постройка Великой стены.

ление вышло из своих жилищ. Постояв минут пять посреди такого калейдоскопа лиц и синих курток, начинаешь различать островки, где движение не столь бурное и где идет особая жизнь. В тупичках, в местах, где дома отступают от тротуаров, в сквериках и двориках люди группами и в одиночку выполняют зарядку. Они делают выпады, разводят руки и приседают,— словом, проделывают целый комплекс упражнений. Таких людей, занятых физическими упраж-

Вперед идет НАРОДНЫЙ КИТАЙ

минаешь добрым словом ребят из Шанхая или Пекина, радуешься, когда получаешь известия об их успехах в труде и на беговых дорожках.

Нет возможности сделать даже простой перечень изменений, происходящих в последние годы на китайской земле. Еще десять лет назад Китай относился к третьестепенным, полукOLONиальным странам. Это был парализованный мертвый великан, хозяевами которого были иностранные любители легкой наживы.

Экономическое угнетение и политическое бесправие породили вопиющую бед-

В 1949 г. китайский народ начал заново устраивать жизнь. Восстанавливались разрушенные и строились новые заводы, шахты, ирригационные системы. От Амура до Кантона страна покрылась лесами новостроек. Жизнь тружеников стала не только свободной, но и несравнимо более обеспеченной.

Однако сейчас больше поражают не бесконечные леса новостроек, а могущество народного духа. Прежде всего это творческий энтузиазм огромных масс людей. Если партия ставит новую хозяйственную задачу, к ее выполнению приступают немедленно, организованно и решительно, как будто идут в бой. Каждый политический лозунг проводится в жизнь с полным единодушием.

Не имевшая ранее разумного применения энергия народа теперь устремлена на строительство лучшей жизни. Возникает много интереснейших идей и явлений в экономической, политической и культурной областях.

Стремительное движение вперед принято называть в республике «большим скачком». Крылатый конь и рвущаяся в космос ракета, эти художественные символы «большого скачка», встречаются буквально на каждом предприятии, в троллейбусах и на стенах домов, в столице и в дальних поселках. В цехе станкостроительного завода под знаком ракеты помещаются имена или портреты передовиков производства, в институте физической культуры — имена спортсменов, добившихся лучших достижений в спорте и учебе.

Вместе с развитием самосознания народа огромное значение в его жизни приобретает забота об укреплении здоровья, а значит, и физическая культура.

...Шумная, многолюдная улица Пекина. Конец рабочего дня. Велосипедисты потоками движутся навстречу друг другу; кажется, что чуть ли не все насе-

нениями, можно увидеть в любой части города — в центре и на окраине. В Китае стадионы и спортивные залы переполнены круглогодично, и это само собой разумеется.

Поразителен размах той оздоровительной самостоятельной работы, которую можно наблюдать в парках, на улицах, в домашних условиях и на работе.

Недавно производственная гимнастика впервые была передана по Пекинскому радио. Теперь же каждое большое предприятие или учреждение имеет магнитофонные записи нескольких гимнастических комплексов. Бодрую национальную музыку, сопровождающую гимнастику, можно услышать на протяжении дня в разных концах города.

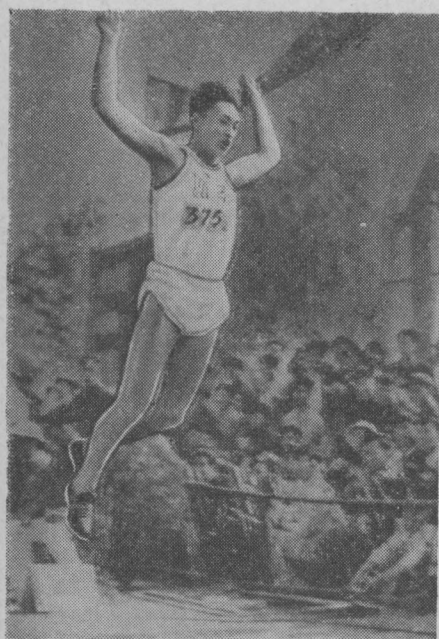
Народность физического движения в Китае проявляется и в широком самостоятельном строительстве простейших спортивных сооружений. Где только не увидишь баскетбольные кольца — и перед рабочими и студенческими общежитиями, и на заводских дворах, и у глинобитных стен отдаленных деревень.

А на юге страны, где почти не бывает холодных дней, строятся легкие спортивные залы: пол земляной, стены и крыша из бамбука. Они используются для игр, тяжелой атлетики и в качестве легкоатлетических манежей.

Несмотря на решение сложных хозяйственных задач, значительная часть человеческой энергии и материальных ценностей выделена для строительства больших стадионов. Как и все в республике, бассейны, треки, стадионы сооружаются под лозунгом «быстро, хорошо и экономно».

Вот строительство крупнейшего стадиона. Здесь преобладает человек с простейшими приспособлениями, облегчающими труд. Но традиционно народная техника «перемешана» с современной. Вместе работают мощный экскаватор, изготовленный в ГДР, и деревянные

Прыгает студент из Пекина Ху Фа-мин





Крепнет СПОРТИВНАЯ дружба



Крепнет спортивная дружба советских легкоатлетов и спортсменов зарубежных стран. На десятках стадионов мира выступали в минувшем сезоне советские легкоатлеты, в Советском Союзе гостило немало спортсменов из-за рубежа. На снимках: вверху слева — торжественное открытие международного матча по легкой атлетике РСФСР — Польша в Варшаве на стадионе «Десятилетия» (фото Б. Валуковой, Варшава); вверху справа — участницы забега на 100 м во встрече СССР — Великобритания и Северная Ирландия на московском стадионе имени В. И. Ленина (слева направо) Д. Хаймэн, Г. Попова и Х. Янг — фото А. Бурдукова; внизу слева — на филладельфийском стадионе «Франклин филд» И. Тер-Ованесян (слева) и Г. Белл — фото С. Кузнецова.



В подлинно дружеской обстановке прошла в Москве традиционные матчи советских легкоатлетов со спортсменами ФРГ, а также Великобритании и Северной Ирландии. На снимках: сверху — после забега на 400 м (слева направо) А. Игнатъев, К. Кауфман (ФРГ), А. Мацулевич и М. Киндер (ФРГ) — фото В. Захарова; внизу — победители матча СССР — Великобритания и Северная Ирландия на пьедестале почета (слева направо) Т. Ченчик, И. Тер-Ованесян, М. Бигнэл (Великобритания) и П. Волотников — фото А. Бурдукова.

журавли с бадьей, новенький самосвал с иероглифами на капоте и сотни носильщиков с корзинами на плечах, паровой каток и трамбовки-круглячки, приводимые в действие шестью парами рук... и песней. Все это непрерывно движется в одном ритме.

Из одного факта не всегда можно сделать обобщение, но если видишь, как шоферы, используя свободную минуту, забегают на стадион, чтобы пробежать пару кругов и тут же вновь сесть за баранку; если работницы трикотажной фабрики вместе с директором приходят на стадион сдавать беговые нормативы; если в десять часов ежедневно сотрудники всех учреждений выстраиваются прямо на тротуарах для производственной гимнастики,— то неизбежно приходишь к выводу о том, что физическая культура вошла в сознание и быт людей.

Уже во всем мире стали известными имена многих китайских спортсменов, таких, как штангист Хуан Цян-хой, пловец Му Сян-суй, легкоатлетка Чжэн Фэн-жун. Это не отдельные «звезды». Спортсмены такого класса появляются как результат дальновидного планирования и, если можно так сказать, массового трудолюбия. Новички и мастера трудятся так, что нам, привыкшим к двухчасовым тренировкам, подобные нагрузки кажутся чрезмерными.

Как-то прошлой осенью на улицах столицы часто начали появляться юноши ростом выше двух метров, вызывая общее удивление. Это со всех провинций собрали несколько сот высоких ребят и после тщательного отбора лучших из них включили в сборные команды по баскетболу. Так же тщательно проводится отбор и в легкую атлетику.

Народ поставил перед спортсменами задачу—в ближайшие годы вывести страну в число передовых спортивных наций мира. К этому же стремятся и китайские легкоатлеты. Они решили сделать «большой скачок» в честь десятилетия Освобождения, в честь образования Китайской Народной Республики.

Осуществление этого «скачка» началось с постановки цели—одна треть ведущих спортсменов должна войти в первую олимпийскую шестерку или показать результаты этого уровня. Китайские друзья говорят при этом: «Мы ставим перед собой сложную, но заманчивую цель, она будет служить нам, вместе с тем, и стимулом. Если ее не поставишь, то стремиться будет не к чему. Движение не может быть без цели. А так у наших спортсменов окрепнет уверенность в своих силах, исчезнет страх перед высокими результатами, появится бодрость в работе».

Если поговорить, например, с молодыми легкоатлетами, то нетрудно убедиться, что каждый из них хочет установить рекорд, или, как говорят сейчас в Китае, «запустить свой спутник». Даже неискушенные первокурсники института физической культуры, едва преодолевая планку в прыжках с шестом на высоте трех метров, легко оперируют в своих мечтах высотами 4,50—4,80. Такие мечты могут показаться наивными. Но ведь эти ребята необыкновенно старательны, они приходят на тренировку утром, тренируются и вечером. Они го-

рят желанием скорее, прямо сейчас, запустить свой спутник-рекорд, хотя идти в ногу с жизнью народа. В этом—гарантия, что китайские спортсмены, в конце концов, подымутся к высшим достижениям мира.

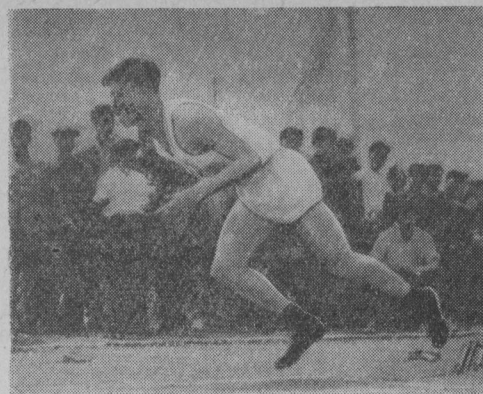
Сейчас количество легкоатлетов в стране исчисляется семизначными цифрами. Возможно, что в это число не входят неутомимые ходоки и стайеры, заполняющие в предвечерние часы пригородные шоссе или тренирующиеся просто на улицах. В легкой атлетике так многолюдно, что первенство страны проводится в нескольких городах одновременно.

Из большой массы энтузиастов выявились наиболее одаренные юноши и девушки, которые за последние годы значительно подняли высшие достижения страны. Например, в прошлом году многих удивил выдающийся результат в марафонском беге. Тогда Ли Дунъюн пробежал дистанцию за 2:19.55,6. Но еще более примечательно, что в тот же день стартовало еще несколько десятков тысяч бегунов. Резервы здесь невиданные.

За последние полтора года почти полностью обновлена таблица рекордов.

Экс-рекордсменка мира по прыжкам в высоту Чжэн Фэн-жун проявила себя также как хорошая пятиборка—4191 очка. Более трудолюбивого человека, чем Чжэн Фэн-жун, трудно представить. Ее можно сравнить только с крестьянином, который, беспокоясь о судьбе рисового посева, даже спит здесь, на поле, чтобы предупредить гибель хотя бы одного стебелька. Когда ни приходишь на стадион, всегда найдешь Чжэн Фэн-жун за работой.

Талантливая Цзян Юй-мин владеет тремя высшими достижениями: в беге на 100, 200 и 400 м с результатами соответственно 11,6; 24,8; 56,6. Тянь Чжоучун в тройном прыжке достиг резуль-



На старте китайский спортсмен Пан Сюэ-жен

тата 15,79, а Цай Шу в прыжке с шестом—4,45. Ряд новых рекордов, кроме того, был установлен на I Всекитайской спартакиаде.

Конечно, спортивному миру известны и более высокие результаты, но не нужно забывать, какими были «предки» этих рекордов и какими обещают быть «потомки». Достаточно взглянуть на приводимую таблицу, чтобы увидеть разительный контраст между высшими достижениями в год Освобождения и в 1959 г.

Китайские товарищи считают, что темпы развития легкой атлетики будут зависеть от увеличения числа тренерских кадров. Для решения этой проблемы, естественно, необходимо время, пока институты физической культуры произведут несколько выпусков. Но это не единственный источник пополнения страны специалистами. Острая потребность в тренерах удовлетворяется путем

Сравнительная таблица рекордов китайских легкоатлетов в 1949 г. и 1959 г. (на 1 сентября)

Виды	Женщины		Мужчины	
	1949 г.	1959 г.	1949 г.	1959 г.
100 м	13,2	11,8	10,7	10,6
200 м	27,5	24,8	22,0	21,6
400 м	1.04,5 (1953 г.)	56,6	50,7	49,1
800 м	2.35,0 (1953 г.)	2.15,2	2.02,2	1.51,0
1500 м	—	—	4.11,1	3.57,8
3000 м	—	—	9.57,3	8.26,0
5000 м	—	—	16.08,0	14.34,4
10 000 м	—	—	32.47,0	31.08,0
80 м с/б	13,6	11,0	—	—
110 м с/б	—	—	15,7	14,5
200 м с/б	—	—	26,4	24,2
400 м с/б	—	—	57,9	54,7
3000 м с/п	—	—	9.49,6	9.20,6
Высота	1,40	1,77	1,87	2,02
Длина	5,06	5,83	6,91	7,39
Тройной	—	—	14,36	15,79
Шест	—	—	4,01	4,45
Диск	30,05	50,93	42,15	51,75
Копье	32,29	48,88	53,85	73,47
Молот	—	—	28,92	55,72
Ядро	10,97	13,83	(1954 г.) 13,26	15,28
Десятиборье	—	—	4341	5696
Пятиборье	3710 (1956 г.)	4191	—	—
4×100 м	54,6	48,4	44,4	42,3
4×400 м	—	—	3.31,8	3.20,9

организации краткосрочных курсов для тренеров-практиков.

Люди, ответственные за легкую атлетику, регулярно просматривают большое количество спортсменов на провинциальных, зональных и всекитайских первенствах. Наиболее одаренных из них включают в сборную команду страны, где новички поступают под опеку опытных спортсменов. По существу, параллельно действуют взрослая и молодежная сборные команды.

Нелегкая работа быть в Китае наставником и удовлетворять любознательность молодого пополнения. И прежде всего затруднительно отвечать на первый вопрос: «Когда я буду рекордсменом?»

Ребят, более настойчивых в своем желании разобраться в тонкостях техники и методики, трудно себе представить. Изучить и знать как можно скорее! Побольше записать, обсудить с товарищами и даже раскритиковать только что услышанное. Никакие авторитетные суждения не принимаются здесь просто на веру. Такая уж жизненная

установка в современном китайском обществе: для дела использовать любой полезный опыт, но с учетом особенностей национальной жизни.

Среди легкоатлетов пользуются достаточной популярностью игры, и в первую очередь, конечно, баскетбол. В большинстве случаев академическая разминка чередуется с игрой с мячом команды на команду: метатели против прыгунов, спринтеры против барьеристов.

Основную часть тренировки также стараются по возможности делать не слишком «черствой». Например, прыгуны «всех мастей» хорошо владеют и увлекаются элементами акробатики. Высотники и прыгуны с шестом часто используют пружинный трамплин для отработки полетной фазы прыжка.

Спринтеры и барьеристы широко применяют вспомогательные упражнения с отягощениями. Для этого существует специальный набор навесных приспособлений — на бедро, голень и поясницу. Интересны блочные системы с тяжестями для развития мышц рук,

спины и груди, а также приспособления для имитации толкания ядра и метания копья. В использовании вспомогательных снарядов большими выдумщиками прослыли прыгуны в высоту.

В связи с решением задач «большого скачка» в легкой атлетике еще более возрос интерес к литературе по методике и технике. Новинки спортивной литературы переводятся и популяризируются легкоатлетическим журналом или отдельными книгами. Кинограммы рекордсменов мира можно увидеть в качестве учебных пособий на кафедрах легкой атлетики институтов физической культуры в Пекине и Шанхае.

Большой популярностью среди китайских спортсменов пользуется советская школа легкой атлетики. Китайские друзья говорят, что они учатся у своего «старшего брата», и тепло вспоминают первых советских тренеров, работавших в КНР и заложивших здесь основы легкоатлетического спорта.

П. ДЕНИСЕНКО,
заслуженный мастер спорта

XVIII БАЛКАНСКИЕ ИГРЫ

«За мир и дружбу между балканскими народами» — под таким девизом в течение трех дней во второй половине сентября проходили на бухарестском стадионе «Республика» XVIII Балканские игры. Десятки тысяч зрителей с неослабевающим интересом следили за ходом острой спортивной борьбы, в которой участвовали легкоатлеты Болгарии, Греции, Румынии, Турции и Югославии.

Три дня напряженных поединков принесли обильный урожай высоких достижений — в ходе игр было установлено 24 национальных рекорда и 4 повторено. Отлично подготовились к соревнованиям хозяева поля — румынские легкоатлеты. Они сумели 8 раз внести поправки в таблицу национальных рекордов и лидировали в командном зачете.

Уже в первый день состязаний судейские протоколы запестрели высокими достижениями. В прыжках в высоту победил румынский атлет К. Порумб, преодолевший с первой попытки планку на высоте 2,01. Такую же высоту взял и занявший второе место болгарин Т. Белчев, установивший новый рекорд своей страны. Румынка Л. Манолиу добила победы в метании диска с новым национальным рекордом.

Отличным мастерством блеснули десятиборцы. Достаточно сказать, что пять спортсменов превозошли рубеж 6000 очков, а победителя С. Славкова (Болгария — 6955 очков) отделяло от второго призера — И. Бродника (Югославия) лишь одно очко. Оба спортсмена улучшили рекорды своих стран. Интересно отметить, что и на прошлогод-

них играх первым в десятиборье был Славков — 6746 очков.

Восторженно было встречено новое достижение замечательной румынской легкоатлетки Иоланды Балаш, в заключительный день игр установившей новый мировой рекорд в прыжках в высоту — 1,84. Это седьмой мировой рекорд талантливой спортсменки. Как же он был достигнут? Все высоты (включая и рекордную) Балаш преодолела с первых попыток — 1,61; 1,66; 1,70; 1,77; 1,81; 1,84. Об уровне мастерства мировой рекордсменки свидетельствуют следующие факты: 22-летняя легкоатлетка из Бухареста 52 раза за свою спортивную карьеру преодолевала высоту 1,70 и выше (1,84 — один раз, 1,83 — один, 1,82 — два, 1,81 — два, 1,80 — десять, 1,78 — два, 1,77 — три, 1,76 — один, 1,75 — десять, 1,74 — один, 1,73 — два, 1,71 — один и 1,70 — шестнадцать раз). Завидная стабильность!

Напряженным был поединок шестовиков экс-рекордсмена Европы грека Г. Рубаниса и болгарина Х. Христова, продолжавшийся пять часов. Победил более опытный грек, взявший высоту 4,50 с первой попытки. Болгарскому спортсмену пришлось использовать две попытки.

Во время торжественного закрытия игр были вручены памятные призы лучшим спортсменам состязаний — И. Балаш, С. Славкову, Г. Рубанису, З. Вамошу (Румыния), С. Лоргеру и Ф. Иозгюден (Турция).

Две заслуженные победы в командном зачете — среди мужчин и женщин одержали румынские легкоатлеты. Прошлогодние победители игр — болгарские спортсмены выступали ниже своих воз-

можностей, заняв третье место среди женщин и четвертое — среди мужчин.

Технические результаты

Первый день — 19 сентября

Мужчины. 100 м. С. Лоргер (Ю) 10,6. 800 м. З. Вамош (Р) 1,48,2. 10 000 м. К. Греческу (Р) 30,03,0. 400 м с/б. И. Савел (Р) 52,2. **Высота.** К. Порумб (Р) 2,01; Т. Белчев (Б) 2,01. **Молот.** К. Рачич (Ю) 62,65. **Ядро.** К. Цаканикас (Г) 17,13.

Женщины. 100 м. И. Петреску-Луца (Р) 12,0. 800 м. Е. Тодорова (Р) 2,10,2. **Диск.** Л. Манолиу (Р) 49,31.

Второй день — 20 сентября

Мужчины. 1500 м. З. Вамош 3,44,2. 3000 м с/п. Г. Папавасилу (Г) 8,52,6. 4×100 м. Греция 41,4. **Длина.** Д. Мангларас (Г) 7,51. **Копье.** А. Бизим (Р) 79,96. **Десятиборье.** С. Славков (Б) 6955 очков (11,1; 7,12; 12,58; 1,98; 50,8; 15,1; 36,64; 3,80; 48,23; 4,48,6).

Женщины. 200 м. И. Петреску-Луца 24,9. **Длина.** П. Цоликофер-Венкова (Б) 5,77. **Ядро.** А. Коман 15,20.

Третий день — 21 сентября

Мужчины. 200 м. Н. Георгопулос (Г) 21,5. 400 м. В. Шнайдер (Ю) 47,6. 5000 м. К. Греческу 14,29,8. **Марафон.** Ф. Шкриняр (Ю) 2:33.16,6. 110 м с/б. С. Лоргер 14,1. 4×400 м. Югославия 3.13,0. **Тройной.** Л. Гургушинов (Б) 15,55. **Шест.** Г. Рубанис (Г) 4,50. **Диск.** Т. Артарский (Б) 54,61.

Женщины. 400 м. А. Сламник (Ю) 57,4. 80 м с/б. Д. Стамейчич (Ю) 11,4. 4×100 м. Югославия 47,4. **Высота.** И. Балаш (Р) 1,84 (мировой рекорд). **Копье.** М. Дици (Р) 51,23. **Пятиборье.** Д. Стамейчич 4353 очка (11,98; 1,44; 25,6; 11,4; 5,51).

Командное первенство. Мужчины. Румыния 151 очко; Югославия 122; Греция 104; Болгария 89; Турция 34. Женщины. Румыния 100; Болгария 79; Югославия 77; Турция 5.

КРОСС

ГАЗЕТЫ



PROLETÁŘI VŠECH ZEMÍ, SPOJTE SE! RUDÉ PRAVO

ÚSTŘEDNÍ ORGAN KOMUNISTICKÉ STRANY ČESKOSLOVENSKA

NEDELE 20 ZÁŘÍ 1959

ČÍSLO 261 - ROČNÍK 39 (PRAVO LIDU NOČ 62) CENA 50HAL.

Чехословакия отмечает свой День печати 21 сентября — в день когда в 1920 г. впервые сошел с ротационных машин номер «Руде право» — органа Коммунистической партии Чехословакии.

Шесть лет назад, в 1954 г., в честь этой знаменательной даты впервые был проведен и специальный спортивный праздник: бег по пересеченной местности на различные дистанции в пражском парке культуры и отдыха имени Юлиуса Фучика, расположенном в одном из районов чехословацкой столицы — Стрмовке.

Спортивную популярность этот район приобрел уже давно. Здесь находится стадион спортивной школы «Руда гвезда», широко известный не только в стране, но и за рубежом. На этом стадионе отец чехословацкой легкой атлетики Отакар Яндера вывел на дорогу успехов в спорте много нашей молодежи.

Год от года росло значение кросса «Руде право». Его организаторы стремились к тому, чтобы кросс чехословацкой газеты стал достойным преемником славного весеннего кросса «Юманите». Замысел удался, и кросс «Руде право» стал в Европе одним из наиболее представительных международных соревнований по бегу на пересеченной местности — и по числу выступающих стран и по числу участников.

В олимпийском 1956 г. победителем кросса стал поляк Грай, а год спустя румынский стайер Греческу. В 1958 г. в пражском парке в первый раз стартовали советские легкоатлеты. Они добились неоспоримого превосходства в командном зачете, но в личном первенстве победил любимец пражан Мирослав Юрек, чье имя стоит вторым за Эмилем Затопеком в чехословацком списке лучших стайеров на дистанцию 5000 м (13.52,2).

Количество стартовавших в кроссе этого года превзошло все ожидания — в нем участвовало 35 зарубежных стайеров, среди которых 12 спортсменов имели личные рекорды на 10 000 м лучше 30 мин. Любители спорта смогли увидеть на дистанции кросса призера первенства Европы советского легкоатлета Евгения Жукова, рекордсмена Бельгии на 5000 м Хелдвига Ленерта, отличного стайера из ГДР Герхарда Хенике, представителей Великобритании спортсменов экстракласса Хитлея и Редрупа. Перед прошлогодним победителем Юреком стояла трудная задача — сохранить свое звание в борьбе со столь сильными соперниками. И все же он с этой задачей справился успешно.



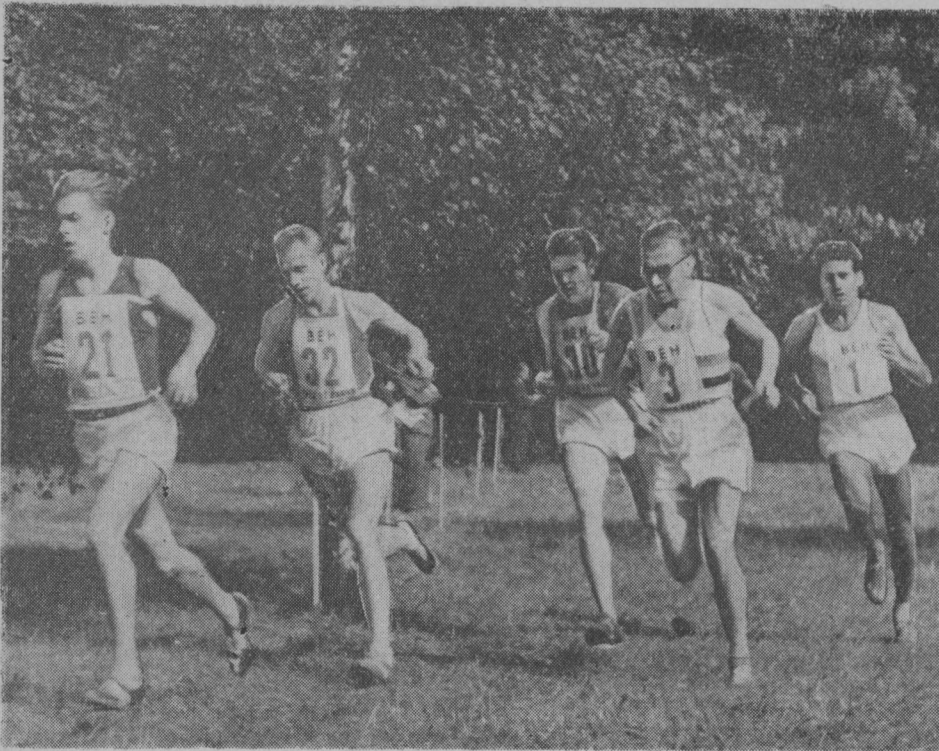
Стартуют участники кросса «Руде право»

Старт участникам давал всемирно известный чехословацкий бегун Эмил Затопек. Сразу после старта образовалась многочисленная группа лидеров. Темп был предложен довольно высокий (1000 м — 2.37,0). Вначале инициативу захватил светловолосый англичанин Хитлей. Вместе с ним, то рядом, то несколько поодаль, бежали Жуков, Ленерт, Хенике, бельгиец Аллонсиус, рекордсмен Южной Америки и победитель новогоднего пробега в Сан-Паулу (Бразилия) аргентинец Суарец, датчанин Нильсен. Метрах в десяти сзади от лидеров держалась чехословацкая «троица» — Юрек, Греф, Богатый.

Уже к отметке 3000 м ведущие бег, среди которых особо активно боролись за лидерство Суарец, Ленерт и Жуков, значительно опередили остальных спортсменов. К концу второго круга (отметка 4 км) предпринял попытку оторваться от остальных участников лидирующей группы Хенике. Однако Ле-

нерт с Жуковым, а за ними Юрек с Богатым своевременно приняли предложенный немецким легкоатлетом темп бега, для Хитлея и Суареца он оказался непосильным. Другой советский бегун — Самойлов в это время находился во втором десятке участников, рядом с победителем соревнований памяти братьев Знаменских в Москве на 3000 м с препятствиями чехословацким атлетом Зганялом.

Исход борьбы решил последний двухкилометровый круг. За 500 м до финиша, снова в том же месте, где в прошлом году Юрек сумел «удрять» от советского спортсмена Чернявского и новозеландца Хальберга, чехословацкий бегун начал бурно финишировать. Ни Жуков, ни Ленерт, ни Хенике не смогли противостоять спурту, которым блеснул Юрек на последних метрах дистанции. Успех своего товарища закрепил финишировавшие пятым Богатый и шестым Греф.



На дистанции кросса «Руде право». Слева направо: Хенике (ГДР) — № 21, Е. Жуков (СССР) — № 32, В. Самойлов (СССР) — № 30, Ленерт (Бельгия) — № 3, Суарец (Аргентина) — № 1

Приводим технические результаты кросса: 6000 м: 1. Юрек (Чехословакия) — 17.03,6; 2. Жуков — 17.09,0; 3. Ленерт (Бельгия) — 17.10,0; Хенике (ГДР) — 17.11,4; 5. Богатый (Чехословакия) — 17.14,6; 6. Греф (Чехословакия) — 17.21,6; 7. Суарец (Аргентина) — 17.29,4; 8. Томис (Чехословакия) — 17.32,0; 9. Хитлей (Великобритания) — 17.37,0; 10. Самойлов — 17.38,0. В командном зачете места распределились следующим образом: 1. Чехословакия-I; 2. Чехословакия-II; 3. Бельгия; 4. Чехословакия-III; 5. ГДР; 6. Финляндия. Можно лишь сожалеть, что прошлогодний победитель — команда СССР — из-за неполного состава (в Прагу прибыло лишь два советских спортсмена

вместо трех) не смог принять участия в борьбе за командный приз.

Стремление организаторов кросса «Руде право» следовать примеру состязаний «Юманите» не ограничилось лишь проведением главного бега с участием зарубежных спортсменов. Как и в кроссе «Юманите», состязаниям «Руде право» предшествовали десятки стартов в Праге, в которых в этом году приняло участие 10 500 молодых легкоатлетов в возрасте от 12 до 19 лет. Все они боролись за право выступать в финальных соревнованиях, посвященных Дню чехословацкой печати.

В будущем предполагается расширить рамки отборочных соревнований к бегу «Руде право», не ограничиваясь лишь

Прагой, а привлекая к состязаниям и молодежь других районов и областей страны. Кто знает, быть может, среди участников этих состязаний вырастет новый Затопек!

Новостью нынешнего соревнования было то, что, помимо старта в кроссе «Руде право», большинство зарубежных и чехословацких спортсменов смогли также принять участие в международных соревнованиях на новом стадионе «Спартак-Соколово». Здесь через день после кросса были организованы международные состязания по бегу на различные дистанции.

Достижения говорят сами за себя: чемпион Южной Америки и победитель недавних Панамериканских игр в Чикаго на дистанции 10 000 м Освальдо Суарец превысил южноамериканские и аргентинские рекорды на 6 миль и 10 000 м, показав соответственно 28.41,6 и 29.26,0. Бельгийский стайер Ленерт также вписал свое имя в таблицу национальных рекордов, пробежав 10 000 м за 29.28,8 и 6 миль за 28.41,8. Чехословацкий спортсмен Богатый победил в беге на 5000 м с результатом 14.10,0. Жуков занял пятое место — 14.23,8 за Богатым, Хенике, Аллониусом и Грефом. Самойлов выиграл бег на 1500 м — 3.52,4.

В лице Власты Пешковой увидели мы преемницу Даны Затопковой. Молодая спортсменка метнула копье на 53,98, значительно улучшив свой личный рекорд. Двадцатилетний Блажей установил новый рекорд Чехословакии в прыжках с шестом, преодолев планку на высоте 4,44 м.

Это было замечательным завершением одного из крупнейших международных состязаний в Чехословакии в пред-олимпийском году.

Любители спорта в нашей стране и организаторы чехословацкой легкой атлетики верят, что на VII кросс «Руде право», который состоится в 1960 г., через неделю после окончания Олимпийских игр, снова съедется цвет мировой легкой атлетики, и прежде всего наши лучшие друзья — легкоатлеты Страны Советов.

ЯН ПОППЕР,
чехословацкий журналист

ДРУЖБА СТУДЕНТОВ

Из многих международных студенческих соревнований Универсиада в Турине (Италия) была наиболее яркой демонстрацией дружбы, единства, взаимопонимания студентов-спортсменов из разных уголков земного шара.

Мне посчастливилось второй раз участвовать в этих играх. Впервые они были проведены два года назад в Париже

на стадионе «Шарлети». Тогда в Париж приехали студенты 38 стран. Однако многие студенческие организации бойкотировали эти соревнования.

Универсиада в Турине положила конец существовавшему до сего времени расколу. Впервые студенческие организации всех стран приняли участие в соревнованиях, которые теперь по праву

можно назвать олимпийскими играми студентов.

В течение трех недель газеты «Уни-та», «Тутто спорт» и многие другие печатали подробные корреспонденции об Универсиаде.

Надо отдать должное организаторам, тщательно подготовившим столь крупные соревнования. Здесь, в Турине, сту-

денты из Японии и Болгарии, Китая и Бразилии, Малайи и Советского Союза не только мерились силами в спортивных поединках на дорожках и секторах стадиона, игровых площадках и залах, но и могли обменяться мнениями, побеседовать, встретиться после соревнований.

Универсиада прошла под лозунгом единства студентов всего мира, ее участников объединяли общие мысли о дружбе, о прочном и вечном мире между народами.

Игры в Турине явились для студенческой молодежи генеральной репетицией перед XVII Олимпийскими играми.

Наиболее массовыми были соревнования легкоатлетов. Наряду с прославленными спортсменами — Балаш, Кшесинской, итальянцами Брави, Баральди и Леоне, югославом Лоргером, советскими атлетами Василием Кузнецовым, Анатолием Самоцветовым, Нелли Елисеевой — успешно боролись за призовые места и молодые спортсмены из Болгарии, Венгрии, ФРГ, ГДР, Италии, Советского Союза.

С большим подъемом выступил Вас. Кузнецов, установивший новый мировой рекорд в пятиборье. Много аплодисментов выпало на долю Н. Елисеевой, победившей в беге на 80 м с барьерами — 11,1, Э. Озолиной, метнувшей копье на 49,95. Валентина Баллод установила в прыжках в высоту личный рекорд — 1,73.

В Турине, так же как и в Париже, мне пришлось встретиться со многими сильнейшими прыгунами тройным — Батистой, Ракхамо, Сибата, Сакураи. В напряженной борьбе я только в последней попытке сумел опередить своих соперников и завоевать золотую медаль. К сожалению, из-за мягкой дорожки результаты всех прыгунов были ниже их личных достижений. Следует посоветовать нашим прыгунам в подготовке к Олимпийским играм учесть эту особенность стадиона и научиться при любых условиях показывать высокий результат.

Публика на стадионе, несмотря на большую симпатию к своим спортсменам, была в то же время вполне объективна и бурно встречала успех каждого спортсмена независимо от его национальности.

Неустанные любители автографов, в основном мальчишки 12—15 лет, старались заполучить автограф в первую очередь у Иоланды Балаш и Василия Кузнецова и активно занимались обменом значков.

Жители Турина были очень приветливы к спортсменам не только на стадионе, но и в отеле, на улицах города.

Обидный инцидент произошел с китайской делегацией. Итальянское правительство сняло флаг делегации китайских спортсменов на площади у вокзала, мотивируя это отсутствием дипломатических отношений с Китайской Народной Республикой. В знак солидарности организаторы Универсиады сняли флаги всех стран — участниц игр. Однако около отеля продолжал развеваться флаг Китайской Народной Рес-

публики вместе с флагами многих других стран.

Хотя на соревнованиях командные результаты не подсчитывались, пресса отметила, что из 180 медалей итальянские студенты завоевали 18 золотых,

10 серебряных и 9 бронзовых медалей, а спортсмены Советского Союза — 11 золотых, 7 серебряных и 4 бронзовых.

О. РЯХОВСКИЙ,
мастер спорта

На снимках: общий вид стадиона в Турине, где проходили соревнования Универсиады по легкой атлетике; О. Ряховский (второй слева) и Вас. Кузнецов (четвертый слева) среди китайских спортсменов





„ЮБИЛЕИ“ ИОЛАНДЫ БАЛАШ

В этом году мировая рекордсменка по прыжкам в высоту известная румынская спортсменка Иоланда Балаш празднует своеобразный юбилей. Исполнилось десять лет с того дня, когда двенадцатилетняя Иоли совершила свой первый прыжок через планку на стадионе в городе Тимишоаре.

Она никогда не забудет, как ее соседка по квартире, известная в прошлом легкоатлетка Луиза Эрнст впервые привела ее на стадион, положила между стойками длинную деревянную планку и сказала:

— Попробуй перепрыгнуть, Иоли. Здесь совсем небольшая высота.

Высота была действительно небольшой, что-то около метра. Но для Иоли это было нелегкой задачей. До сих пор она прыгала только через веревочку.

И вот она стоит на площадке для прыжков, худенькая длинноногая девочка с косичками, в коротенькой юбочке и, нахмутив брови, исподлобья поглядывает на планку.

— Ты не боишься, Иоланда? — спрашивает Луиза и вдруг видит, как ее воспитанница упрямо сжимает губы, делает несколько шагов вперед, неловко разбегается и перепрыгивает через планку.

...С тех пор прошло десять лет, в течение которых Иоланда Балаш прошла путь от участницы детских соревнований до мировой рекордсменки по прыжкам в высоту. Если бы в то время кто-нибудь сказал ей о том, что она овладеет мировым рекордом, она не поверила бы этому. Ведь борьбу за рекорд вели самые сильные, одаренные физические девушки.

Обычно рекорд по прыжкам в высоту улучшался не более чем на один-два сантиметра. Поэтому понятным было удивление любителей спорта когда в 1943 г. газеты сообщили, что голландская спортсменка Франсина Бланкерс-Козн подняла рекорд мира сразу на пять сантиметров, преодолев считавшуюся в то время нелегкой и для мужчин высоту 1,71.

В истории легкой атлетики Фанни занимает особое место. Разностороннее дарование позволило ей добиться выдающихся достижений во многих легкоатлетических видах и стать одной из самых популярных спортсменок в мире. Десятки тысяч людей приходили на соревнования, чтобы полюбоваться «летучей голландкой». Апофеозом спортивной карьеры Бланкерс-Козн было ее выступ-

ление на Олимпийских играх 1948 г. в Лондоне, где она сумела завоевать четыре золотые медали.

После Фанни свои имена в список мировых рекордсменок вписали Александра Чудина и Тельма Хопкинс. Это были волевые, упорные спортсменки. Сможет ли Иоланда Балаш когда-нибудь приблизиться к ним?

В 1950 г. она участвовала в Бухаресте в «матче дружбы» советских и румынских легкоатлетов и несколько дней тренировалась вместе с советскими спортсменками Галиной Ганекер и Лидией Бородиной. Балаш была очень благодарна им за ту заботу, которую проявили они к ней — маленькой румынской девочке, прыгнувшей на высоту лишь 1,45.

Прошел еще год, и, когда Иоланде исполнилось 15 лет, она выполнила норму мастера спорта, установив рекорд Румынии по прыжкам в высоту — 1,51, что дало ей право на поездку, в составе румынской команды, на соревнования в Москву. Это было ее первое посещение Советского Союза. Вскоре Иоланду начал тренировать известный румынский прыгун в высоту Ион Сетер.

Шаг за шагом приближается Иоланда Балаш к мировому рекорду. На пер-

венстве Европы 1954 г. в Берне она занимает второе место за Тельмой Хопкинс с результатом 1,65. В 1955 г. на матче Румыния — Норвегия улучшает рекорд Румынии до 1,70. Теперь только три сантиметра отделяют ее от мирового рекорда Чудиной. И вот, наконец, 14 июля 1956 г. она устанавливает свой первый мировой рекорд — 1,75.

Однако спортсменки других стран совсем не собирались так легко примириться с ее превосходством, и Иоланде пришлось выдержать впоследствии борьбу с негритянской прыгуньей Милдред Макданиэль и замечательной китайской спортсменкой Чжэн Фэн-жун. Балаш вышла победительницей из этой борьбы.

К сезону 1958 г. она готовилась особенно тщательно. Продолжала бегать, брать старты, прыгать со скакалкой и, кроме того, включила в занятия барьерный бег, увеличила количество упражнений для развития силы. Теперь одним из ее ежедневных упражнений стало 60—80 приседаний с грузом на спине.

В мае 1958 г. она преодолела планку на высоте 1,74, а в июне — 1,78 и, таким образом, в третий раз установила мировой рекорд. В этом же году ей удалось довести рекорд до фантастической цифры 1,83!

В конце года Иоланда сделала заявление представителям печати: «Исполнилось 9 лет с того времени, как я впервые вступила на стадион... С тех пор я прыгала тысячи и тысячи раз. Эти тысячи прыжков всегда являлись результатом кропотливой, упорной работы, ибо с детских лет я серьезно смотрела на вещи и прислушивалась к советам взрослых. Надо, однако, признаться, что никогда я так усердно не готовилась и никогда так страстно не желала достигнуть намеченной цели, как в этом году...»

Я счастлива, что сейчас порадовала родину рядом успехов. Они являются выражением моей благодарности за ту великую заботу, которой окружены в нашей стране спортсмены...»

Мировой рекорд по прыжкам в высоту у женщин 1,83 был поистине выдающимся результатом. Однако, несмотря на это, в сентябре 1959 г. Балаш установила еще более замечательный мировой рекорд — 1,84.

Советские легкоатлеты горячо поздравляют свою румынскую подругу, студентку Бухарестского университета Иоланду Балаш и с юбилейной датой и с установлением нового мирового рекорда.

В. ПАВЛОВ

ЗАРУБЕЖНАЯ

Хроника

Проигрыш американского чемпиона. Негритянский бегун Рей Нортон является сейчас сильнейшим в мире в беге на короткие дистанции. Свое звание спринтера № 1 он подтвердил, выступая в этом году на стадионах Европы, где имел на 100 м результат 10,2, а на 200 м повторил миро-

вой рекорд по дорожке с поворотом 20,6. Однако на соревнованиях в Мальме (Швеция), к удивлению зрителей, Нортон был на дистанции 200 м только вторым, проиграв одному из лучших спринтеров Европы итальянцу Беррути. Время Беррути в этом соревновании 20,8 и Нортон 21,0. Случайной ли была эта победа итальянца, покажут XVII Олимпийские игры, на которых американский и итальянский бегуны встретятся снова.

Вернется ли Мэрчисон на дорожку? В то время, когда в Чикаго проходили Панамериканские игры, в одной из больниц этого города был на излечении мировой рекордсмен в беге на 100 м Айра Мэрчисон. Негритянский бегун находится в больнице уже несколько месяцев. Он перенес три операции желудка и сейчас весит только 45 кг, т. е. на 18 кг меньше, чем обычно. Товарищи, посетившие его в больнице, считают, что едва ли когда-

нибудь Мэрчисону удастся вернуться на беговую дорожку.

Высокая стабильность формы. Шведского бегуна Дана Вэрна, об установлении которым нового мирового рекорда в беге на 1000 м (2.17,8) мы уже сообщали, в Швеции называют преемником экс-рекордсмена мира Гундера Хэгга. И действительно, Вэрн одинаково успешно выступает на всех дистанциях, начиная от 800 и кончая 3000 м. Не исключена возможность, что в ближайшее время он испробует свои силы и в беге на 5000 м.

Мировой рекордсмен отличается исключительной выносливостью и умением длительное время поддерживать высокую спортивную форму. За 28 дней августа, месяца, когда Вэрн дважды устанавливал мировой рекорд, он принимал участие в 14 соревнованиях. А с 4 августа по 15 сентября он выходил на старт 23 раза:

4/VIII	Гетеборг 1000 м	2.19,4
7/VIII	Норчепинг 1500 м	3.41,1
8/VIII	Мальме 1000 м	2.19,3
9/VIII	Карлштад 1000 м	2.18,2
11/VIII	Гевль 1000 м	2.18,0
	(мировой рекорд)	
12/VIII	Вестерас 1 миля	3.59,2
15/VIII	Стокгольм 800 м	1.49,7
16/VIII	Стокгольм 1500 м	3.47,8
21/VIII	Карлштад 1000 м	2.17,8
	(мировой рекорд)	
26/VIII	Гетеборг 800 м	1.48,4
27/VIII	Гетеборг 1500 м	3.45,4
28/VIII	Мальме 1000 м	2.20,0
31/VIII	Норчепинг 880 ярд.	1.49,0
1/IX	Стокгольм 3000 м	7.59,6
5/IX	Осло 1500 м	3.47,5
6/IX	Осло 800 м	1.49,7
8/IX	Гетеборг 1500 м	3.40,7
	(национальный рекорд)	
9/IX	Гетеборг 800 м	1.47,9
10/IX	Лунд 880 ярд.	1.49,2
11/IX	Уддевалла 2000 м	5.05,6
	(национальный рекорд)	

12/IX Треллеборг 880 ярд. 1.48,8
(национальный рекорд)

13/IX Хэгфорс 1000 м 2.21,0

15/IX Стокгольм 1500 м 3.44,2

Заявление финского бегуна. Финская печать сообщила, что известный марафонец Вейкко Карвонен решил прекратить свои выступления. Сейчас Карвонену 33 года. Он был победителем первенства Европы 1954 г. и Восточного марафона, а на Олимпийских играх в Мельбурне прибежал третьим вслед за Мимунем и Михаличем.— Я предпочитаю уйти вовремя,— заявил Карвонен представителям печати.

Возвращение Томаса. Как известно, молодой негритянский прыгун в высоту Джон Томас в марте 1959 г. получил серьезное повреждение ступни и 8 недель находился в больнице. Сейчас он закончил лечение и приступил к тренировкам. Томас рассчитывает принять участие в Олимпийских играх 1960 г. Его тренер считает, что молодой атлет сможет не только восстановить прежнюю спортивную форму, но и значительно улучшить свои достижения.

Кубок Европы. Зарубежная спортивная печать продолжает обсуждать вопрос о проведении кубка Европы по легкой атлетике. Интерес представляет один из последних вариантов положения о проведении кубка. Предлагается разделить европейские страны на три группы, причем предоставить возможность сильным в спортивном отношении странам выставить две-три команды.

В первую группу включить первую и вторую команды СССР, первые команды Польши, ФРГ, ГДР и Великобритании, команды Венгрии, Франции и Италии. Во вторую группу — третью и четвертую команды СССР, вторую команду Польши и команды Финляндии, Чехословакии, Швеции, Норвегии, Швейцарии и Болгарии. В третью группу — вторые команды

ФРГ, ГДР и Великобритании, команды Швеции, Голландии, Югославии, Румынии, Бельгии и Испании.

Программу розыгрыша кубка предлагается построить таким образом, чтобы каждой команде пришлось соревноваться четыре раза: два раза у себя в стране и два раза за рубежом. Первые соревнования на кубок Европы авторы проекта предлагают провести в 1961 г. и в дальнейшем разыгрывать кубок раз в два года.

Эллиот готовится к Риму. В европейских странах закончился летний сезон, а в Австралии он лишь начинается.

Известный австралийский бегун, мировой рекордсмен в беге на 1500 м и мило Герберт Эллиот заявил представителям печати:

— Пока я еще далек от своей лучшей формы, но надеюсь обрести ее через некоторое время. Мои методы тренировки остаются прежними, и моим тренером продолжает быть Перси Черутти. Очевидно, в Риме я приму участие в беге на 1500 м и, возможно, на 800 м. Впрочем, сказать окончательно о том, на какой дистанции я буду выступать, сейчас трудно.

Я рассчитываю в этом сезоне участвовать несколько раз в беге на 3 мили и не исключена возможность, что в дальнейшем изберу своей специальностью дистанцию 5000 м. Не думаю, что в этом году мне удастся улучшить мои рекорды на 1500 м и одну милю, так как практически в 1959 г. я не тренировался и пока чувствую себя неважно. Очевидно, свои достижения я смогу улучшить лишь в 1961 г., когда буду учиться в Англии, где надеюсь посвящать больше времени легкой атлетике.

В заключение Эллиот сказал о том, что мечтает в будущем, подобно Нурми, бороться за мировые рекорды на всех дистанциях, начиная от 1500 и кончая 10 000 м.



ПРЕДУПРЕЖДАЙТЕ ТРАВМЫ

Читатель журнала А. Сергиенко (г. Куйбышев) спрашивает: как можно быстро вылечить растяжение и что надо делать, получив травму?

В первые 24 часа надо применять холод, накладывая на поврежденное место лед, грелку с холодной водой, если удобно, можно делать холодную ванну или держать травмированное место под небольшой струей холодной воды. Пользоваться этими средствами надо по 10—20 мин., чередуя их с отдыхом.

Мышцы нашего тела всегда находятся в состоянии некоторого напряжения. Получив растяжение или разрыв, необходимо обеспечить конечности максимально удобное положение, не вызывающее боли. Так, при повреждении мышц бедра нужно принять слегка согнутое в колене и тазобедренном суставе положение. Расслабление мускулов обеспечит наиболее близкое соприкосновение поврежденных тканей на месте травмы.

Через сутки, когда явления, связанные с травмой, сгладятся, надо для рассасывания излившейся крови и межтканевой жидкости применять тепло — грелку, ванну, соллюкс, согревающий компресс. Тепловыми процедурами следует пользоваться по 30—60 мин. 3—4 раза в день. Через 2—3 дня после получения травм разрешаются осторожные спокойные движения поврежденной конечности. Для уменьшения боли на вторые сутки можно травмированный участок подвергнуть ультрафиолетовому облучению.

При обширных разрывах и наличии большого кровоизлияния необходимо де-

лать парафиновые ванны или аппликации. Хорошие результаты дает применение электрофореза новокаином (по 25—30 мин.), а также индуктотермией (по 20 мин.). Массаж можно начинать с третьих суток, однако все манипуляции необходимо проводить только выше и ниже травмированного места.

В заключение необходимо указать, что установить диагноз и определить травму может только опытный врач. Он же должен назначить лечение. Серьезные травмы подлежат лечению в больнице.

Как предупредить растяжения и разрывы тканей? Каждый легкоатлет должен помнить, что утомленная мышца подвергается травмам чаще, чем неутомленная. Травмы наблюдаются также в тех случаях, когда бегун после большой нагрузки проводит спринтерский бег.

Для предупреждения надрывов и разрывов необходимо ввести в разминку ряд упражнений, способствующих наибольшему растягиванию вовлекаемых в работу мышц и дающих значительную мышечную нагрузку. Эти упражнения необходимо разучивать постепенно, приучая мускулатуру ног к их выполнению сначала медленно, потом быстро.

Как делать разминку? В целях профилактики спортивных повреждений, и особенно разрывов и растяжений мышц и связок, огромное значение имеет проведение предварительной специальной разминки. Как правило, эта разминка проводится в соответствии с особенностями организма спортсмена и его специальностью. Однако есть ряд упражнений, ко-

торые применяет каждый легкоатлет и которые способствуют растягиванию голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

В холодную и ветреную погоду разминка должна проводиться в тренировочном костюме. Для разогревания мускулатуры и придания ей эластичности рекомендуются во время разминки энергично растирать мышцы и связки бедра и голени и ахиллово сухожилие. Не следует применять поколачивание, рубление и похлопывание, которые вызывают напряжение и сокращение мышц. Тренировочный костюм надо снимать перед самым стартом, находясь все время в движении — семенящим бегом.

Возможно, некоторые бегуны, прочтя наши советы, скажут: мы же все это выполняли и все-таки получали травмы. В чем же дело? Очевидно, тут играет роль неправильная техника бега, неразумная дозировка нагрузки и отдыха, недостаточное внимание упражнениям на скорость и выносливость, на растягивание и расслабление.

Мягкие, эластичные мышцы не рвутся, а грубые, жесткие часто не выдерживают нагрузки. Поэтому, только приучая мышцы к максимальному растягиванию, сокращению и расслаблению, можно избавиться от травм.

Г. ПОЛЛАК,
начальник врачебного отделения
МФС «Динамо»

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА ЖУРНАЛ „ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА“

Любители легкой атлетики! Товарищи тренеры, преподаватели физического воспитания, инструкторы-общественники, активисты легкоатлетических секций коллективов физической культуры, спортсмены, судьи по спорту, статистики легкой атлетики, комсомольцы и молодежь!

Подписывайтесь на 1960 год на ежемесячный спортивно-методический журнал „Легкая атлетика“ — орган Центрального Совета Союза спортивных обществ и организаций СССР.

В журнале вы найдете ответы на интересующие вас вопросы в области легкой атлетики, а также практические советы и консультации по методике тренировки и изучению техники всех видов легкой атлетики — бега, прыжков, метаний, спортивной ходьбы, кросса, эстафет и многоборий.

На страницах журнала постоянно освещаются практика и опыт работы секций производственных коллективов физической культуры в городе и на селе.

В отделе „Консультация“ даются советы и рекомендации по вопросам спортивной медицины, оборудования мест для тренировок и состязаний, организации соревнований и работы судей по легкой атлетике. Систематически в журнале рассказывается о легкоатлетической жизни в стране и за рубежом. Помещаются материалы о спортивном пути лучших советских и зарубежных легкоатлетов, о методике их тренировки.

В каждом номере журнала вы найдете кинограммы сильнейших советских и зарубежных спортсменов с комментариями ведущих специалистов. В журнале регулярно публикуются материалы по спортивной статистике.

Подписка на журнал „Легкая атлетика“ на 1960 год принимается без ограничений во всех отделениях связи, а также общественными распространителями печати на предприятиях, в школах и вузах, на стройках и шахтах, в городах и селах страны. Периодичность журнала — 12 раз в год. Подписная цена: на год — 36 рублей, на 6 месяцев — 18 рублей, на 3 месяца — 9 рублей. Цена отдельного экземпляра — 3 рубля.

Выписывайте и читайте единственное специализированное издание по вопросам самого массового вида спорта в нашей стране — легкой атлетике.

Подписка без ограничений принимается во всех отделениях связи.

На первой странице обложки: международный матч СССР — ФРГ в Москве, забег на 110 м с барьерами. На переднем плане мировой рекордсмен на эту дистанцию западногерманский легкоатлет М. Лауэр, потерпевший поражение от советского спортсмена А. Михайлова (на втором плане). Фото ТАСС — А. Батанова и С. Преображенского.

На второй странице обложки: международный матч СССР — Великобритания и Сев. Ирландия в Москве. Вверху: эстафета мужских команд 4 × 100 м, Ю. Коновалов передает эстафетную палочку Э. Озолину, а Д. Сигэл — Н. Уайтхэду (фото А. Бурдукова). Внизу: слева — бег на 1500 м, впереди победитель на обеих средних дистанциях чемпион Европы англичанин Б. Хьюсон (№ 3), награжденный специальным

призом газеты «Совет Уикли», вторым бежит советский спортсмен В. Цимбалюк (№ 4); в центре — капитаны мужских команд Д. Эллиот (Великобритания) и В. Булатов (СССР); справа — ядро толкает рекордсмен Советского Союза А. Варанаускас (фото В. Тутова).

На третьей странице обложки: международный матч СССР — ФРГ в Москве. Вверху: команды-победительницы в эстафетном беге 4 × 100 м — женский коллектив Советского Союза и мужской — Федеративной Республики Германии. Внизу: слева — забег женщин на 800 м, Д. Левицка обходит свою подругу по команде чемпионку II Спартакиады народов СССР — Л. Лысенко-Шевцову; справа: забег мужчин на 800 м, впереди советский спортсмен В. Савинков (№ 13), вторым бежит западногерманский легкоатлет П. Адам. Фото

А. Бурдукова и В. Тутова.

На четвертой странице обложки: сильнейшие стайеры Советского Союза москвич П. Волотников (№ 5) и ленинградец А. Артынюк (№ 688). Фото В. Захарова.

В номере две вкладки с кинограммой А. Варанаускаса (фото Д. Маркова) и фоторепортажем с международными соревнованиями советских легкоатлетов.

На страницах журнала фото: В. Бровко, А. Бурдукова, В. Вдовенко (все Москва), В. Галактионова (Ленинград), В. Ермошина (Горький), В. Кнава (Чехословакия), О. Ряховского (Москва), Е. Света (Одесса), А. Сидорова, Э. Терновского, В. Тутова (все Москва) и Ф. Эбава (Чехословакия).

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Л. С. Хоменков (ответ. редактор), С. Л. Аксельрод, Д. П. Ионов, Е. Н. Кайтмазова, Г. В. Корбков, Б. Е. Косвинцев (зам. ответ. редактора), Б. Н. Львов, Д. П. Марков, Н. Г. Озолин, В. А. Откаленко (ответ. секретарь), П. Л. Степаненко, Г. Ф. Турова, В. П. Филин

Адрес редакции: Москва, К-104, М. Бронная ул., д. 4, тел. БЗ-04-57, БЗ-96-72

Художественный редактор В. И. Казакова.

Сдано в производство 3/Х 1959 г. А09926. Зак. 617. Подписано к печати 3/ХІ 1959 г. Формат бумаги 60 × 92/8
2 бум. листа, 4 печ. л. 0,5 п. л. обложка 6,67 уч. изд. л. 66800 зн. в п. л. Тираж 25800 экз. Цена 3 руб.

Издательство «Физкультура и спорт», Москва, К-50, М. Гнезниковский пер., д. 3.

Московская типография № 4 Управление Полиграфической промышленности Мосгорсовнархоза, Москва, ул. Ваумана, Гарднеровский пер., 1а.



ЦЕНА 3 РУБ.

