



Л4-6

ЛЕГКАЯ
Л а 6
1972
АТЛЕТИКА

Легкая Атлетика

№ **6** (205)

ИЮНЬ
1972

Год издания 18-й

Орган Комитета
по физической
культуре
и спорту
при Совете
Министров
СССР

Главный редактор **В. С. Родиченко**

Редакционная коллегия:

В. И. Алексеев, В. М. Дьячков, А. Ю. Карпавичус, Ф. О. Куду, В. В. Пахомов, Д. А. Пертенава, В. В. Петровский, В. Б. Попов, И. А. Тер-Ованесян, Л. С. Хоменков

Ответственный секретарь **Р. В. Орлов**

Редакторы отделов:

Техника и методика — **Е. Б. Чен**

Внутрисоюзная жизнь. Работа по комплексу ГТО — **Е. Г. Богатырев**

Легкая атлетика за рубежом — **Т. В. Козлова**
Юношеская легкая атлетика, «Юный олимпиец» — **В. Н. Андреев**

Спорт и здоровье. В творческую лабораторию тренера — **Е. В. Масалина**

Художественный редактор **Л. В. Николаева**

Адрес редакции: Москва К-45, 103045, Рождественский бульвар, 10/7

Телефоны: главного редактора 228-96-72, отделов 223-04-57, 228-82-72

Рекомендуемые объемы: статьи по основным проблемам организации и методики, очерки о тренерах и спортсменах — 8—9 стр.; методические статьи, интервью, статьи об опыте работы, зарисовки о спортсменах, материалы в отделы «Спорт и здоровье», «Работа по комплексу ГТО», отчеты о соревнованиях, материалы о зарубежной легкой атлетике и т. п. — 4—5 стр., информации, консультации, письма на методические и организационные темы и т. п. — 1—3 стр.

Фотографии, присылаемые в журнал, должны быть отпечатаны на глянцевой бумаге размером не менее 13×18 см.

Подписка на журнал принимается без ограничения всеми почтовыми отделениями с любого месяца, но не позднее чем за 25 дней до его начала.



Наша обложка. Олимпийский чемпион, четырехкратный чемпион Европы в метании копья заслуженный мастер спорта Янис Лусис.

Фото Ю. Сомова (Москва)
На четвертой странице обложки. Унифицированная цветовая разметка стадиона.

НАШЕ

Оглядывая в канун 50-летия образования СССР путь, пройденный за эти полвека советским физкультурным движением, ясно видишь наши достижения и победы, ставшие возможными лишь благодаря неустанной заботе Коммунистической партии и Советского правительства о внедрении физической культуры и спорта в быт народа, вниманию к проблемам большого спорта. Возросло значение физической культуры, спорта, и в частности легкой атлетики, как средства коммунистического воспитания молодежи, подготовки ее к высокопроизводительному труду и защите Родины. Закономерно, что легкая атлетика занимает ведущее место в новом комплексе ГТО.

Легкоатлетический спорт в нашей стране пользуется заслуженной популярностью. Ежегодно миллионы спортсменов выходят на старты Всесоюзного кросса на приз газеты «Правда», Всесоюзного профсоюзно-комсомольского кросса, различных соревнований по легкой атлетике в коллективах физкультуры, в спортивных обществах, в районах, городах, республиках. В последнее время буквально повсюду создаются клубы любителей бега, объединяющие людей разных возрастов и профессий, увеличивается число легкоатлетических секций в коллективах физкультуры, поднимается уровень спортивных результатов, растет спортивное мастерство.

Все это не может не радовать. Однако мы отчетливо осознаем, что для дальнейшего подъема нашего легкоатлетического спорта, для его пропаганды среди советского народа сделано еще далеко не все. И здесь, на мой взгляд, дело в первую очередь в отсутствии тесных и полноценных контактов работников спортивных организаций, отвечающих за развитие легкой атлетики, с широкой легкоатлетической общественностью. В результате этого многие хорошие решения долгое время так и оставались на бумаге, особенно те, что касались массового спорта, да зачастую и работы с участниками сборных команд страны.

Новый состав президиума федерации в своей работе взял курс на объединение усилий всех федераций союзных республик, городов Москвы и Ленинграда. Иначе не должно и быть. Все мы делаем одно общее дело. И успех его решается в большей степени на местах.

Сборная команда, ее благополучие, ее успехи — это вопрос, который волнует сегодня всех многочисленных любителей легкой атлетики, всю спортивную общественность. И наряду с этим не меньшее внимание сейчас должно быть обращено на развитие массового спорта, на подъем массового мастерства легкоатлетов. А это, в частности, зависит от повышения уровня организаторской работы во всех спортивных подразделениях.

Президиум всесоюзной федерации совместно с отделом легкой атлетики Спорткомитета СССР и главным тренерским советом проанализировал состояние дел в нашем виде спорта и внес необходимые коррективы. Большую роль должен сыграть новый календарь соревнований, задача которого четко регламентировать старты на различных уровнях и в то же время нацеливать сборную команду страны на планомерную подготовку к Олимпиаде.

Хотелось бы подчеркнуть, что в настоящее время и всесоюзная федерация, и отдел легкой атлетики работают в тесном контакте. На наш взгляд, именно такое взаимодействие — соединение и государственных, и общественных начал — может и должно привести к успеху. И хочется обратиться к тем руководителям и членам республиканских, областных, городских федераций, которые работают еще сами по себе, не ищут общего языка с работниками комитетов: таким путем вам, товарищи, не удастся добиться успеха. Это вовсе не означает, что в процессе работы не могут возникать разногласия. Конечно, могут. Но решать их надо коллегиально, по-деловому.

Многое предстоит сделать федерациям легкой атлетики. Одна из главных задач — совершенствование системы отбо-

ОБЩЕЕ ДЕЛО

В. БУРОВ,
председатель президиума
Федерации легкой атлетики СССР

ра талантливой молодежи путем проведения массовых соревнований, широкого поиска талантов. В этом плане особое значение приобретает новый комплекс ГТО, в котором легкая атлетика занимает место, достойное «королевы спорта». В 30-е годы соревнования на значок ГТО открыли нам множество новых имен, юных дарований. Федерации легкой атлетики должны найти свое место в организаторской работе по комплексу, который безусловно открывает новые возможности для развития нашего вида спорта, для отбора талантов, для повышения массового мастерства. Нет сомнения, что и сегодня комплекс ГТО поможет открыть нам будущих «звезд» спорта.

Думаю, что при оценке деятельности той или иной общественной организации — федерации, секции легкой атлетики — нужно учитывать не только подготовку спортсменов высокого класса, но и обязательно массовую спортивную работу, количество и качество проведенных соревнований, число стартовавших и т. д. И спрашивать за эти показатели нужно по большому счету, как сегодня спрашивают за высшее мастерство.

Сейчас по всей стране проходят массовые соревнования в коллективах физкультуры в честь 50-летия образования СССР. На различных этапах этих соревнований на старт должны выйти практически все действующие легкоатлеты. Федерации легкой атлетики должны принять самое активное участие в организации этих стартов, в подготовке к ним. Федерации обязаны сделать все, чтобы эти соревнования действительно превратились в праздник, а не в дежурное «мероприятие», когда на старт выходят неподготовленные физкультурники и спортсмены. Некоторым спортивным работникам представляется, что легкая атлетика доступна всем без особой подготовки. Ну что тут особенного — пробежать 100 м или толкнуть ядро. Это ведь не прыжки с трамплина, где только хорошо тренированные спортсмены могут выходить на старт. Легкоатлетической общественности надо вести резкую борьбу с такой, с позволения сказать, философией, надо добиться, чтобы в соревнованиях любого ранга принимали участие тренируемые люди, особенно среди школьников.

Когда мы говорим о дальнейшем массовом развитии легкой атлетики и повышении мастерства, то имеем в виду не только привлечение в орбиту легкоатлетического спорта новых сотен тысяч занимающихся взрослых, а прежде всего о вовлечении учащихся общеобразовательных школ, об улучшении работы в школах, особенно в ДЮСШ.

Уровень мастерства легкоатлетов и темпы роста мастерства находятся в прямой зависимости от того, как работают ДЮСШ, как работают спортивные общества и ведомства в подшефных общеобразовательных школах. Такие школы очень нуждаются в квалифицированной помощи и повседневном внимании, там мы имеем огромные скрытые резервы для пополнения рядов легкоатлетов.

Неотложный вопрос деятельности федераций — подготовка резервов, и в первую очередь в специализированных ДЮСШ, которые фактически еще, увы, таковыми не стали. Несмотря на то что на эти школы расходуются большие средства, уровень их работы до сих пор невысок и нас удовлетворить не может. Эти школы все еще работают по старинке, готовят спортсменов по комплексу чуть ли не всей олимпийской программы, хотя не имеют ни соответствующей базы, ни квалифицированных тренеров по всем видам.

Сегодня наш разговор в основном об организационных вопросах массовой легкой атлетики. Мы отчетливо осознаем, что у нас много других нерешенных проблем, в частности отставание по некоторым видам олимпийской программы. Эта важная тема заслуживает отдельной статьи. Впрочем, Федерация легкой атлетики СССР уделяет немало внимания этой проблеме. Но ее решение немислимо без активного участия республиканских спортивных организаций.

Федерации союзных республик должны более настойчиво контролировать подготовку и легкоатлетов высшей квалификации, принимать все меры для роста спортивного мастерства. В республиках и городах должна быть проявлена особая озабоченность тем, что план подготовки мастеров спорта международного класса у нас систематически не выполняется. Видимо, многих тренеров еще нельзя в полной мере считать первоклассными ювелирами, умеющими обрабатывать, гранить алмазы, которые попадают в их руки. Президиум нашей Федерации недавно рассмотрел вопрос о ходе подготовки мастеров спорта международного класса и наметил реальную программу практических мер для успешного решения этой задачи, которую будет возможно осуществить только при участии всех республиканских федераций.

В конце августа сильнейшие советские спортсмены выйдут на олимпийские арены, чтобы поспорить за самые почетные спортивные награды последнего четырехлетия. Федерация легкой атлетики СССР уделяла и уделяет много внимания вопросам олимпийской подготовки. Сейчас в сборной команде страны создана доброжелательная, товарищеская обстановка — команда становится коллективом единомышленников, коллективом бойцов. Спорткомитеты, спортивные общества, ведомства оказывают участникам олимпийской сборной поддержку и внимание, стремятся создать все необходимые условия для нормальной подготовки сборной команды страны.

Но, к сожалению, на многих спортивных базах, принадлежащих тем же ведомствам и обществам, зачастую приходится сталкиваться с безответственностью отдельных должностных лиц, пренебрегающих элементарными требованиями и нормами. Вот и приходится порой, особенно на наших южных базах, сильнейшим метателям страны пользоваться в буквальном смысле слова допотопными снарядами, метать диск или толкать ядро не из бетонного круга, а прямо с земли; бегунам — отрабатывать низкий старт с колодок образца начала 50-х годов. И здесь опять-таки сказывается сила инерции. Некоторые хозяйственники полагают (а спортивные руководители их почему-то не пытаются переубедить), что легкая атлетика — один из несложных видов спорта. А раз так, то и особых условий для легкоатлетов создавать не надо.

Сейчас, когда подготовка олимпийцев вступила в решающую стадию, всем нам — и членам всесоюзной Федерации, и членам местных федераций — надо взять под неослабный контроль каждый стадион, каждую базу, где тренируются кандидаты в сборную. Для них должны быть созданы все условия.

При президиуме Всесоюзной Федерации легкой атлетики работает несколько комиссий, которые в последнее время значительно активизировали свою работу. Это — организационная комиссия, президиум Всесоюзной коллегии судей, комиссия по пропаганде, юношескому спорту, женская комиссия, комиссия по международным спортивным связям. Благодаря активной деятельности членов комиссий президиум Федерации рассмотрел большое количество актуальных вопросов, среди которых структура нового календаря на 1972 и 1973 годы, проект новой классификации, подготовка к важнейшим соревнованиям сезона, план работы по организации соревнований Универсиады 1973 года и многие другие.

Думается, что и при республиканских, областных и городских федерациях должны работать аналогичные комиссии, конечно, в зависимости от местных условий. Тогда федерации смогут решать большие и сложные задачи. А их перед нами стоит немало. Но решить их необходимо и возможно лишь совместными усилиями всех, кто причастен к большому и нужному делу — развитию советской легкой атлетики.

Все мы: спортсмены, тренеры, врачи, работники спортивных сооружений, активисты федераций, ученые, судьи, работники спортивных обществ и комитетов — делаем одно общее дело. И в нашем взаимодействии, взаимопонимании, контакте залог успеха.

О ДОЛГЕ

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ПРЕЗИДИУМА ФЕДЕРАЦИИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ УКРАИНСКОЙ ССР, СУДЬЯ ВСЕСОЮЗНОЙ КАТЕГОРИИ ГЕНЕРАЛ-МАЙОР АЛЕКСАНДР АЛЕКСЕЕВИЧ ШУРЕПОВ — ЧЕЛОВЕК, ИСПЫТАННЫЙ «НА ПРОЧНОСТЬ» В НАИСЛОЖНЕЙШИХ СИТУАЦИЯХ, ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПО РОДУ СВОЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НЕ МОЖЕТ НЕ ЗАНИМАТЬСЯ ВОПРОСАМИ ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ. ИМЕННО С НИМ И БЕСЕДОВАЛА МАСТЕР СПОРТА СССР ЛЮДМИЛА РАДЧЕНКО, КОРРЕСПОНДЕНТ «ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ», ОБ ОДНОЙ ИЗ ВАЖНЕЙШИХ ЗАДАЧ, СТОЯЩИХ СЕГОДНЯ ПЕРЕД СОВЕТСКИМ СПОРТИВНЫМ ДВИЖЕНИЕМ, — О ВОСПИТАНИИ У АТЛЕТОВ ГЛУБОКОГО ЧУВСТВА ДОЛГА ПЕРЕД СОЦИАЛИСТИЧЕСКОЙ РОДИНОЙ, КОММУНИСТИЧЕСКОЙ ПАРТИЕЙ, СОВЕТСКИМ НАРОДОМ, О СОЗНАТЕЛЬНОСТИ И ЧЕСТИ СОВЕТСКОГО МОЛОДОГО ЧЕЛОВЕКА.

Я думаю, что основа глубочайшего чувства долга перед своей страной — это прежде всего советский патриотизм, это безграничная и непоколебимая вера в наше общее дело построения коммунизма. Вера, не зависящая ни от каких ситуаций и обстоятельств, которыми так щедро наша жизнь и которые, что греха таить, не всегда приводят нас в восторг. Только такая вера и рождает в человеке стремление подчинить всего себя интересам общего дела, поступиться, когда это нужно, своими личными интересами.

Человек не рождается патриотом, чувство долга в нем формируют повседневные — будничные и героические — дела советских людей, их сплоченность вокруг Коммунистической партии. И чем больше это чувство в человеке, чем теснее жизнь человека соединяется с интересами его народа, тем ярче и заметнее роль данного человека в жизни общества.

История нашего общества, да и спорта советского, полна замечательными примерами проявления долга перед Родиной.

Чувство долга вело в бой с фашистами легкоатлетов-солдат Родины Александра Канаки, Али Исаева, Леонида Митропольского и многих других.

Чувство долга вело вперед Хуберта Пярнакиви в Филадельфии на матче СССР—США, когда он добежал до финиша почти в бессознательном состоянии, принеся советской команде очень нужные зачетные очки. Оно помогло Василию Кузнецову в Белграде на VII чемпионате Европы отдать все силы в труднейшем для десятиборца беге на 1500 метров и вырвать победу у лидера соревнований Фон Мольтке из объединенной немецкой команды. Чувство долга приказало полубольному Николаю Смаге выйти на старт спортивной ходьбы на Олимпиаде в Мехико и бороться за победу вместе со своим товарищем Владимиром Глубничим. Долг перед Ро-

диной, перед народом. Исполненные этого святого чувства, выходят на старт лучшие советские спортсмены.

Но не нужно думать, что чувство долга воспитывается и проявляется только в самых исключительных обстоятельствах. Наверное, каждый истинно советский человек способен на проявление этого чувства.

Я вспоминаю такой момент в своей жизни: в конце 30-х годов мне, молодому дипломированному инженеру-строителю, переполненному множеством творческих замыслов, партия предложила пойти работать в органы государственной безопасности. Даже сейчас я помню, как трудно давалось мне тогда решение. Ведь надо было проститься со всем, к чему стремился с юности, к чему готовился в институте, без чего не мыслил своей дальнейшей жизни... Уехать совсем из родного города, надолго оставить семью, практически бросить спорт, то есть в корне изменить всю хорошо складывавшуюся тогда мою личную жизнь. Но партия говорила «надо». Именно на этой работе я был нужен Родине... И вот до сегодняшнего дня я занимаюсь ею. И уверен, что мои чувства к Родине еще более окрепли. Сейчас я горжусь своей трудной профессией, вспоминаю с улыбкой свои колебания в ее выборе. А ведь скажу по секрету, что профессия строителя и по сей день в моих глазах самая увлекательная.

Чувство долга перед социалистической Родиной основано на глубочайшей идейной убежденности, поэтому закономерно, что предметом особой заботы Коммунистической партии всегда было и остается идейно-политическое воспитание молодежи, вооружение ее марксистско-ленинской теорией. Сейчас, когда во всем мире ведется небывалое до сих пор противоборство двух лагерей — социалистического и капиталистического, когда эта борьба пронизывает все стороны жизни людей, наша партия уделяет исключительное внимание идейному воспитанию советских людей, особенно молодежи. Я позволю себе привести слова Л. И. Брежнева на XXIV съезде КПСС: «Центральной задачей комсомола были и остаются воспитание молодежи в духе коммунистической идейности, преданности нашей Советской Родине, в духе интернационализма, активная пропаганда норм и духовных ценностей нашего общества».

Сталкиваясь с крупными провалами во внутренней и внешней политике, империализм, и прежде всего империализм США, все больше усилий направляет на идеологическую борьбу против социалистических стран. Не имея успехов в открытых схватках с социализмом, империализм, прибегая к лжи и клевете, стремится скомпрометировать его, направляя свои попытки в первую очередь на советскую молодежь, в том числе и на спортивную.

Но подавляющее большинство советской молодежи, а следовательно, и советских спортсменов, знают цену про-

И ЧЕСТИ

искал наших врагов. Это знание само по себе нейтрализует усилия вражеской пропаганды. Абсолютное большинство советских людей с гневом отвергают и дают решительный отпор попыткам нашего идеологического противника проводить враждебные акции путем антисоветской «обработки», шантажа, подкупа и угроз.

Об этом свидетельствуют многочисленные примеры проявления высокой политической бдительности со стороны советских людей при общении с иностранцами — и на территории СССР, и при временных выездах за границу. Вспомните — во время Олимпийских игр в Мельбурне и Риме наши спортсмены и туристы были буквально окружены провокаторами и антисоветчиками. Однако попытки врагов найти сторонников среди советских людей потерпели неудачу.

Я убежден, что не будет исключением и западногерманский Мюнхен, где проводятся XX Олимпийские игры. Именно тут наши идеологические противники намерены сосредоточить целую армию клеветников и провокаторов разных рангов и мастей, позорная деятельность которых в первую очередь направлена на нашу спортивную молодежь.

Спецслужбы главного идеологического противника и антисоветские зарубежные организации полагают использовать Олимпиаду 1972 года для осуществления враждебных акций по отношению к советским гражданам и представителям других социалистических стран. Но надо подчеркнуть, что все эти организации не представляют мнения народов США и ФРГ. Известно, что даже ряд конгрессменов США выступили против субсидирования радиостанций «Свобода» и «Свободная Европа». Да, они не пользуются в этих странах популярностью, но от этого их опасность не уменьшилась.

Однако от всякого яда есть противоядие. От злобного яда империалистической пропаганды противоядие — наш советский патриотизм. На его формирование в спортсменах должны быть направлены повседневные усилия всех, кто причастен к ответственному делу коммунистического воспитания. Спортивные комитеты должны более активно участвовать в работе по политическому образованию спортсменов, придать ей более целенаправленный характер. Основную же роль здесь должны играть тренеры, руководители спортивных обществ, федерации легкой атлетики республик и городов.

Много в этом направлении уже сделано и делается. Наши ведущие мастера встречаются с Героями Социалистического Труда, регулярно держат отчет перед товарищами по труду на фабриках и заводах, в вузах и школах, рассказывают о том, как распределяют свое время между трудом, учебной и спортивной работой.

Мы должны помнить, что в сборные команды приходят 15—16-летние. Приходят юноши и девушки, которые более всего походят на податливый материал для скульпторов. Из

них можно лепить все, что угодно. И поэтому от нас самих зависит, сумеют ли они в час испытания проявить чувство советского патриотизма, не уронить своей чести.

От чувства патриотического долга неотделимо такое благородное гражданское чувство, как достоинство и честь советского человека.

Подавляющее большинство наших легкоатлетов, особенно ведущих, — это прекрасные примеры для всей советской молодежи. С достоинством и честью несут они по всему миру спортивную знамя нашей Родины.

Но нет-нет, да и взойдет на спортивном небосклоне «звезда», которая рассматривает собственные успехи как следствие необычайной личной талантливости, забывая, что спортивное достижение — это сочетание усилий всех — не только и не столько спортсмена, но и его наставника, и коллектива, в котором он находится, что его успех — это итог заботы всего нашего общества. И тогда переоценка спортсменом собственных достоинств перерастает в эгоизм, в наплевательство на интересы коллектива, в «святое» соблюдение своих и только своих интересов. Отсюда один шаг и до нарушения общественной морали, а от него до преступления. Трудно подобрать более убедительный пример, чем дело Андрея Хмарского.

Того самого Хмарского, который в 16 лет первым в мире в таком возрасте преодолел 2 метра в прыжке в высоту и который сейчас находится под следствием за преступные махинации. В 1964 году Хмарский впервые в составе сборной СССР по легкой атлетике стал ездить в ГДР, Болгарию, Венгрию. Ему была оказана честь представлять за рубежом нашу молодежь. Но он стал на путь нарушителя закона — на преступный путь.

Хмарский ответил за свои поступки перед советским законом. Но, не снимая с него вины, можно сегодня констатировать, что утвердиться на преступном пути ему помогла полная бесконтрольность, чувство безнаказанности и собственной исключительности. Все это, в свою очередь, было вызвано неверным отношением к Хмарскому отдельных спортивных руководителей, которые видели в нем лишь человека, приносящего высокие результаты и командные очки, забывая о нем как о личности, как о юноше, делающем по жизни первые самостоятельные шаги, нуждающемся в повседневном внимании чутких и опытных воспитателей.

Главная задача в воспитательной работе — дойти до разума и сердца каждого спортсмена. Наша цель — добиться, чтобы каждый атлет и на поле спортивных битв, и в повседневной жизни воплощал в себе лучшие черты нашего народа, всегда помнил о своей чести, чести советского человека и гражданина, о своем святом долге перед Родиной, перед народом.



ЭКЗАМЕН ПРОДОЛЖАЕТСЯ

Новый комплекс ГТО открыл, по существу, новую страницу в деятельности комсомольских организаций по физической и военно-патриотическому воспитанию молодежи. Его необходимо рассматривать как основу всей работы комитетов комсомола по выполнению партийного наказа — быть ведущей силой развития физкультуры и спорта. Вот почему Ленинский комсомол вместе с профсоюзными, физкультурными и досаафовскими организациями объявил с 1 марта 1972 г. Всесоюзный экзамен комсомольцев и молодежи, пионеров и школьников, в основу которого положены нормы и требования нового комплекса ГТО.

В 1969—1970 гг. состоялся первый смотр-экзамен мужества и здоровья, который явился эффективной формой работы по воспитанию физически закаленного молодого поколения, по подготовке молодежи к защите социалистического Отечества.

В год знаменательного Ленинского юбилея на старты Всесоюзного смотра-экзамена вышли свыше 30 миллионов юношей и девушек, из которых 28 миллионов успешно выполнили требования по физической подготовке.

Однако в той большой работе, которую провели комсомольские организации, имелись и немалые упущения, недостатки. Так, в комсомольских организациях Азербайджана, Узбекистана, Бурятии, Псковской, Днепропетровской, Ярославской областей, Алтайского края принятые постановления не были подкреплены практической работой, вследствие чего первый этап смотра-экзамена здесь начался с опозданием на 4—6 месяцев, а кое-где вообще не проводился.

По причине слабой организаторской работы в комсомольской организации Магаданской области менее 45% участников выполнили нормативы экзамена, в Тульской области — менее 40%, в Коми АССР — менее 50%.

Определенные трудности имелись в проведении смотра-экзамена в школьных коллективах. Из-за неудовлетворительной материальной базы, большой загрузки учителей физкультуры и недостатка общественных физкультурных кадров, безынициативности комсомольцев существующих организаций значительная часть школьников вообще не приняла участия в смотре-экзамене.

Мы не случайно сегодня заостряем внимание на просчетах, имевших место в предыдущем смотре-экзамене, — в этом году они не должны повториться.

Несмотря на отдельные недостатки, первый Всесоюзный смотр-экзамен явился важным этапом в улучшении физического и военно-патриотического воспитания молодежи, в повышении личной ответственности каждого молодого человека за готовность к высокопроизводительному труду и укреплению обороноспособности страны.

Итак, смотр-экзамен продолжается. Его главная задача — широкая пропаганда и успешное внедрение комплекса в повседневную жизнь каждого юноши, каждой девушки. В числе главных организаторов смотра-экзамена выступают комитеты комсомола. Именно комсомольские организации стоят в авангарде внедрения комплекса среди юношества и молодежи. Ведь только численность ВЛКСМ и Всесоюзной пионерской организации составляет 52 миллиона человек, и все это потенциальные значкисты ГТО.

В эти летние дни, когда на старты ГТО выходят все новые и новые тысячи юношей и девушек, можно с уверенностью сказать, что наиболее популярными местами сдачи норм комплекса стали легкоатлетические секторы и беговые дорожки стадионов. Ведь легкая атлетика составляет основу комплекса. Так, для ребят, сдающих нормы I ступени «Смелые и ловкие», четыре нормы из семи — легкоатлетические. Широко представлена «королева спорта» и среди других возрастных ступеней. А это, в свою очередь, требует особого внимания к легкоатлетической подготовке всех, кто сдает нормы ГТО. В этой связи возрастает роль и значение профсоюзно-комсомольских кроссов, соревнований по легкоатлетическому многоборью. По-новому должны зазвучать и состязания по пионерскому четырехборью «Дружба». Сейчас, когда начались школьные каникулы, когда значительная часть пионеров и школьников отправилась отдыхать, набираться сил в пионерские, спортивно-трудовые и военно-спортивные лагеря, необходимо широко проводить эти соревнования, привлечь к участию в них большинство мальчиков и девочек.

Важность предварительной легкоатлетической подготовки в немалой мере объясняется и самой сложностью нормативов. Как говорится, с насюнка их не всякий возьмет. Кстати, сравнивая легкоатлетические нормы нынешнего комплекса с нормами первых комплексов ГТО, наглядно видишь, насколько широко шагнула массовая легкая атлетика в нашей стране, как поднялся потолок требований для получения почетного значка.

В постановлении бюро ЦК ВЛКСМ «О задачах комсомольских организаций в связи с введением нового Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» говорится о том, что сдача нормативов комплекса должна стать делом чести каждого комсомольца, каждого молодого человека, что комсомольские и пионерские работники и активисты призваны показывать личный пример в овладении нормами комплекса, стать первыми значкистами ГТО.

Это требование самым непосредственным образом относится к нашим ведущим спортсменам. И здесь, мне кажется, вполне уместно напомнить, какое активное, деятельное участие в разработке и внедрении комплекса ГТО 30-х годов принимали лучшие легкоатлеты тех лет, и в частности наши популярнейшие бегуны братья Знаменские. И символическим является то, что силуэт бегуна на значке ГТО 30-х годов был нарисован с одного из братьев Знаменских — Серафима.

Вот и сейчас на новом значке комплекса мужества и здоровья также изображен силуэт бегуна, рвущегося к победе.

Эти атлеты — олицетворение нашего стремительного XX века, это новая дань бегу, который, как писал тот же Серафим Знаменский, является «самым эффективным из всех физических упражнений», новая дань легкой атлетике — «королеве спорта».

Да и весь комплекс можно сравнить с бегуном, который, не зная усталости, преодолевая пространство и время, вот уже 41 год находится на пути, ведущем в страну Силы, Бодрости, Красоты и Здоровья.

В. ТРУШКОВ,
ответственный организатор ЦК ВЛКСМ

ГЛАВНОЕ — ПОДГОТОВКА

Как-то, выступая с трибуны перед весьма представительной аудиторией, Павел Петрович Ванин, один из первых сталинградских значкистов ГТО 30-х годов, сказал:

— Этот значок должен блестеть ярче, чем квадратик мастера спорта...

По залу пронесся иронический шумок. Кто-то выкрикнул:

— Повторите, не поняли юмора!

Ванина это не смутило. Как ни в чем не бывало, он задал вопрос, обращаясь ко всему залу:

— А каждый ли мастер спорта сдаст все нормативы нового комплекса? Помните, как ответил на вопрос корреспондента сильнейший человек планеты штангист Алексеев? Он сказал, что ему придется много тренироваться, чтобы осилить некоторые нормы...

Спустя две недели после этого собрания П. Я. Пушкарев, председатель правления спортклуба Волгоградского тракторостроительного завода рассказывал мне:

— Мы решили начать прием норм с участников центральных секций, разрядников, людей, регулярно тренирующихся. На сегодняшний день по протоколам приняты участие в сдаче норм 769 человек — баскетболисты, тяжелоатлеты, велосипедисты, гребцы, футболисты... Для 130 спортсменов некоторые нормативы — в первую очередь это относится к легкоатлетическим видам — оказались просто не под силу. Для них это — повторная сдача, а для тренеров — сигнал о том, что с общей физической подготовкой в некоторых секциях дело обстоит далеко не лучшим образом.

Возникает естественный вопрос: чего же ждать от тех, кто вообще не занимается спортом? Рассчитывать, что все они придут и с первого раза сдадут нормативы, нереально. Но рассчитывать на это, значит, проявлять абсолютное непонимание задач, которые ставит новый комплекс перед физкультурными работниками, да и не только перед ними. Волгоградцев в таком непонимании никак не упрекнешь.

Вот как, например, обстоят дела в механическом техникуме, где старшим преподавателем физкультуры работает знакомый уже нам П. П. Ванин.

Возглавляет здесь всю работу комиссия ГТО. Председатель ее — директор училища. Комиссия действует по плану внедрения и пропаганды комплекса, который до его утверждения широко обсуждался на самых разных уровнях: о нем шла речь на партийном и комсомольском собраниях, на специальном заседании педсовета и на расширенном заседании у директора в присутствии всего профсоюзного и комсомольского актива.

Но торопиться принимать нормы здесь не собирались. Начали лишь тогда, когда была завершена подготовительная работа: оформлена спортплощадка, оборудованы соответствующие стенды, обучен целый штат общественных судей, а главное, проведена широкая пропаганда комплекса. Были составлены графики сдачи и тренировок, назначены даты проведения Дня прыгуна, метателя, бегуна, многоборца.

Здесь тоже не для всех первые старты были удачными. Если из сектора по прыжкам в высоту мало кто ухитрился огорчить, то в беговых номерах, прыжках в длину число ребят, не выполнивших нормативы, значительно прибавилось. Трудно давалось и подтягивание на перекладине.

Павел Петрович, человек опытный и отчетливо осознавший довольно высокий уровень новых нормативов, был готов к этому.

— Вот он, новый комплекс, сразу раскрыл, как мало еще внимания уделяют в школах гармоническому развитию своих учеников. Ведь мы оттуда получаем по полноте.

Вторя П. П. Ванину, можно сказать — вот оно, первое звено цепочки, за крепость которого несут ответственность органы народного образования, школьная комсомольная, учителя. Первая и вторая ступени комплекса! Только школа может поставить овладеть ими завтрашних студентов.

М. КАШИНСКИЙ
(наш спец. корр.)

Волгоград



Плечом к плечу, созидавая коммунистическое общество, трудятся в нашей стране свыше ста наций и народностей. И к какой бы из них ни принадлежал советский человек, он прежде всего гордится тем, что является гражданином великого Союза Советских Социалистических Республик.

Из Постановления ЦК КПСС «О подготовке к 50-летию образования Союза Советских Социалистических Республик»

ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР РЕСПУБЛИКИ

АЛЕКСАНДР БОЙКО



Если вы помните литовский фильм «Никто не хотел умирать», то это и про него. Потому что в 1945 году Карпавичус стал первым и единственным в гимназии комсомольцем. А потом и первым секретарем комитета гимназии. Порой за право так называться платили жизнью. В 18 лет он получил автомат и с боевым отрядом отправился в леса, чтобы покончить с теми, кто пытался повернуть колесо истории вспять. На первом съезде литовской молодежи секретарь комсомольского комитета вместе с секретарем партийного бюро представлял свой район. И для них была выделена охрана. Никто не хотел умирать...

А жизнь шла своим чередом. В гимназии появился новый учитель, поразивший умением в прыжках в длину. Карпавичус решил выиграть у него. Пришло время, и Карпавичус перепрыгнул яму, которую учитель сделал для собственных тренировок. По тем временам прыжок на 6,40 был неплохим. Потом последовал выигрыш на чемпионате республики среди юношей, а затем среди взрослых. Тогда узкая специализация отрицалась, и он успевал везде. После побед в прыжках и толкании ядра его подозвал старший тренер и, протягивая тюбик с вазелином, сказал: «Смажься — и на старт ходьбы». Когда плотный Карпавичус зашагал по дорожке, молотя воздух сжатыми кулаками, с трибун закричали: «Давай, боксер, обгоняй!».

В 22 года он окончил школу тренеров. Его вызвали в республиканский комитет и назначили старшим тренером — ответственным за 7 видов спорта. Предшественник Карпавичуса — один из тех, кого в после-



революционные годы называли «спец», передавая дела, демонстративно разложил папки на полу и ушел. Через три дня проводилось первенство республики по лыжам. Прослышав о новом тренере, в отставку подала вся судейская коллегия. Карпавичус сидел за столом и ждал чуда. Чудо вскоре явилось в осязаемом виде. В недалеком прошлом на его плечах светились погоны полковника гвардейской литовской дивизии. Старший тренер по теннису Пранас Пурялис понял ситуацию. Этот первый в жизни Карпавичуса чемпионат они провели вдвоем. Прошло 20 лет, и каждый год были десятки соревнований, непохожих на то, самое первое.

Мы говорим — главный тренер республики и подразумеваем: не столько тренер, сколько чиновник.

Тренер и чиновник. Что мы вкладываем в два этих разноречивых понятия? Когда я произношу «главный тренер», то ясно представляю себе трех китов, на которых держится это понятие. Первый — классовое чутье, точнее, способность мыслить политическими категориями, второй — умение организовать и руководить, третий — понимание сути методических процессов. Сделав это разделение, отдаю себе отчет: только всесторонняя образованность, а если хотите — внутренняя интеллигентность позволяет руководить жизнью коллектива, завязанного проблемами современного спорта. С кем бы я ни говорил и с какой бы стороны ни пытался сам подобраться к Карпавичусу — он такой. И это неважно, пришел ли к этому сознательно или на эту столбовую дорожку его вывели всепробивающие ручейки многосторонних знаний.

Таков главный тренер. А чиновник? Само это ставшее модным слово означает работника при бумагах. Да, приходится иметь дело с бумагами. Но за ними остается человек.

А сейчас давайте перенесемся в год 1958-й, чтобы негласно присутствовать при разговоре главного тренера и молодой копьеметальницы:

— Нет, ты поедешь на чемпионат.

— Нет, не поеду! Откуда вам знать мою готовность!

— Я не только знаю, но и верю, что ты будешь в тройке призеров!

— Нет, не поеду...

И тогда тихий Карпавичус произнес одну из своих самых громких фраз: «Езжай к чертовой бабушке и без медали не возвращайся!».

Удивленный шофер такси, которому оплатили проезд Клайпеды — Таллин, успокаивал расстроенную спортсменку. Тогда она еще не знала, что едет за золотой медалью. История умалчивает, была ли благодарственная телеграмма главному тренеру...

Подобным случаям нет конца. За неделю до финала V Спартакиады народов СССР раскраснелся копьеметальщик Бурокас: «Зачем на меня тратить деньги, я плохо выступлю». И снова тяжелейшая артиллерия в лице Карпавичуса меткими снарядами логики разбивает бастион сомнений. В Москве Бурокас занял 5-е место, и это отразилось на борьбе известных друзей-соперников — Латвии и Литвы, разделивших 6—7-е места среди мужских коллективов.

Зная Карпавичуса, могу полагать, что в такие моменты он не думает о месте в общекомандном зачете. Это отходит на задний план. Он хорошо знает возможности своих людей, чтобы просто списать их труд.

Ежегодно встречаясь с коллегами из братских республик, он спорил о путях развития спорта, не придавая особого значения юношеской легкой атлетике. Но пришло время, и главный тренер Литовской ССР сказал: «Яунземе была права». Ирма Яновна Яунземе, тогда главный тренер Латвии, лет 8 назад не сумела убедить Карпавичуса в живительной силе резервов. И только сейчас, внимательно наблюдая и анализируя, он видит — сделанный тогда Яунземе запас приносит свои плоды до сих пор. И на последней Спартакиаде неудача женщин, и особенно юношей, показали: Карпавичус проиграл.

Теперь он задумался. Потерян темп. Он размышляет о силе, которая объединит усилия 5 спортивных обществ и 44

районов республики. Должна быть преемственность. Из возраста в возраст. Как в школе, когда ребята, лишь усвоив учебный материал, поднимаются на ступеньку выше.

Видит ли он перспективу? Получить утвердительный ответ — значит определить возможности руководителя, который не живет лишь сегодняшним днем. Это означает, что его интересы простираются дальше, нежели выигрыш матча республик Прибалтики. Положение главного тренера позволяет видеть рост и зрелость своего народа и ставить перед его детьми задачи, о которых они не могли и мечтать. Видеть перспективу — значит подняться над уровнем собственной ограниченности, когда профессиональные шоры определяют место в пресловутой табели о рангах. Вот таковы возможности человека, получившего образование в многолетнем труде над самим собой.

Он не энциклопедист, знания которого простираются от квантовой механики до жизни инфузорий. Он просто широко образованный человек, сам избравший себе учителя, имя которого — История. История во всем проявлении и многообразии тем, смыкающихся на грани веков.

Карпавичус сам сделал себя. Его начитанность поражает. Он читает ночью. Он приходит с работы, ждет, пока улягутся дети, заранее предвкушает удовольствие от стопки книг. Все, кто знает его, диву даются, как можно мотаться весь день, а потом читать всю ночь. Что поделаешь, если книги стали его частью и теперь не дают возможности сослаться на собственную занятость. Сказать, что в них он ищет ответы на вопросы — неправильно. Ответы он находит в повседневной жизни. В книгах он находит видение мира, его толкование в прошлом и понимание в настоящем. Потому что только соединение этих двух пластов времени формирует истинное мировоззрение.

Ну, допустим, читает по ночам для того, чтобы научиться чужой жизни, чужим мыслям. Не только. В работе с людьми он мудр. Поскольку широта кругозора не позволяет скатываться на узкоколею, ведущую в сторону только профессиональных интересов.



Культура ведь тоже бывает разная. Для одного она заключается в получении вузовского диплома, для другого — это нива, которую не удается пожать до конца жизни.

Многие знают, как трудятся наши коллеги — чиновники комитетов. Карпавичус, возможно, и не страдает от перегрузки. Но не всегда трудность работы заключается в физической нагрузке. Главный тренер республики находится в эпицентре столкновений, которые порождаются страстями, присущими легкой атлетике. Но кто их считает!

Резервы, базы, подготовка к Олимпиаде Шапки, успеваемость в институте Шимонелиса, положение в ДЮСШ, заказ обуви для легкоатлетов в Каунасе, постройка битумных дорожек... Хватит? Может, кто-то из литовцев скажет: «Да что вы, Карпавичус и не думает столько!» А я отвечаю: «А вы откуда знаете?» Если Карпавичус не кричит об этом на всех перекрестках, то потому, что не все в его силах. И если в планах своих он скромнее, то потому, что за плечами опыт лет. Сказав так, я подумал о Чиновниках, которые искренне хотят помочь и Тренеру, и Спортсмену. И если не всегда им это удается, то потому, что есть формулы, законы, финансовые порядки, которые надо уважать. И обязательно знать.

Для Карпавичуса характерно незаметное умение трудиться. Он трудится у себя в маленькой комнатке Комитета, ночью работает с книгами. Дятелен, когда приезжает в незнакомое место, стараясь побольше вобрать в себя. Он побывал в 19 странах, и если там что-то не успел, так это выспаться. И куда бы ни собирался задолго перед поездкой, рыщет по книжным магазинам, выискивая справочники и проспекты. И читает писателей той страны, чтобы лучше понять ее народ. И когда приезжает, не теряет времени, стараясь увидеть главное. И ребят из сборной воспитывает так, чтобы увозили домой не только секунды и метры, но и впечатления, потому что мир раскрытых эмоций — одно из главных условий всестороннего развития.

Утро начинается с газет. Большой пачки литовских, русских, польских, немецких. Если вы увидите группу литовских легкоатлетов, обратите внимание — утром все читают газеты. Где бы ни находилась сборная Литвы, республиканские газеты идут по тому адресу, и ребята передают их друг другу, как эстафету. И если вам удастся встретить литовских легкоатлетов, вы увидите сдержанных ребят и приветливых девушек, предельно аккуратных и таких незаметных, что начинаешь думать об истоках столь важного качества.

За видимым добродушием Карпавичуса — строгость. И его побаиваются. Впрочем, раньше он был безжалостен. Требовательный к себе, он таким же хотел видеть других. С годами резкость ушла. Особенно в адрес девушек. Литовские девушки — особая поросль в нашем легкоатлетическом гербе. Они светлы и застенчивы, как ранние весенние цветы. И прохладный тон при разговоре заставляет их съезживаться, закрыться, уйти в себя. Он стал добрее к их маленьким недостаткам, и они чаще обращаются к нему за помощью.

Литовская команда никогда не расстается со своей тренировочной формой. И никакой больше. И это тоже традиция. Но стоит обратить внимание, как закипает гнев Карпавичуса, когда он замечает своих, демонстрирующих форму в кафе или ресторане. Здесь главный тренер беспощаден. Никому не позволено спортивные цвета республики обесцвечивать запахами кухни и игривой ресторанной музыкой.

Он страстно любит честных людей. И потому в сборной невозможны бесчестные поступки. Здесь царит атмосфера всеобщего доверия, тот микроклимат, где прекрасно уживаются разноречивые индивидуальности.

К нему нелегко привыкнуть, такой уж он неповседневный. И когда пройдет хмурый мимо. И когда мимоходом пошутит. И когда просто отомолчится. Но мало кто знает, что за этим скрывается тонкая и нежная душа. Он строг и требователен, но также добр и никогда не упрекнет проигравшего, если видит, что тот сделал все, что мог.

Внутренняя культура углубила в нем природную чуткость. Но мало мы знаем потаенный мир друг друга и редко забываем сказать благодарное слово. Карпавичус помогает ребятам, висящим на телефоне или обступившим его в Комитете, спокойно и незаметно. Он не клянется им в любви, но любит, не хочет уходить от них, и никто не может пожаловаться, что незаслуженно обойден вниманием главного тренера.

Перед Спартакиадой было собрание команды, на котором ряд молодых легкоатлетов предьявили явно завышенные требования. Когда доктор команды Ирена Крючуняйте не выдержала чьей-то неблагодарности, он усмехнулся: «Ну что ты, разве мы работаем за спасибо. Что с того, что некоторые поспеиваются надо мной и забывают поблагодарить тебя, мы ведь служим идее». Только Карпавичус, когда еще не остыли споры Спартакиады, спросил: «А нет еще положения на 1975 год?» И лишь потому, что положение, зреющее в умах других, определяет тенденцию развития целого вида спорта в целой республике. Это вам не баскетбол, будь он трижды благословен, и не футбол, будь он трижды... счастлив! Это легкая атлетика!

Главному тренеру нелегко. Народ по-прежнему ходит на баскетбол. А вот «королеву», несмотря на величие, трудно показать в блеске. Она пытается нащупать истоки интереса к легкой атлетике. Газета «Спортас» проводит конкурс на определение лучшего спортсмена Литвы по всем видам спорта. В прошлом году редакция получила 2200 писем. В конкурсе по определению 10 лучших легкоатлетов, проводимом по инициативе Карпавичуса республиканским радио, приняла участие на 100 человек больше.



Нет, нельзя не заметить перемен, происшедших в сознании литовцев. На первом месте по-прежнему баскетбол. На втором — бокс. Третье и четвертое делят гребля и легкая атлетика. В малочисленных командах проблем нет. Зато, если бы чемпионат СССР 1972 г. по легкой атлетике проводился по территориальному принципу, республика обязана была бы заявить команду в 112 высококвалифицированных легкоатлетов. Для Литвы это много. Три с половиной миллиона жителей, 24 стадиона, из них 7 с битумными дорожками, один манеж. Работают на легкоатлетами 160 тренеров, из них 88 не совмещают легкую атлетику с другими видами. Казалось, каждый должен подготовить только по одному кандидату в мастера, а точнее по 0,75, и будет команда. Но это не так. Есть такие, которые не делают ничего. И он старается воздать каждому по заслугам, определить, почему у одного тренера к.п.д. работы низок, а у другого высок, помочь всем, кто в этой помощи нуждается.

Прошел год Спартакиады, надо терпеливо искать новые пути. А иногда задуматься, почему не все гладко было на старых...

Он собрал протоколы за много лет и теперь пытается установить связь, почему литовские кроссмены всегда в числе ведущих, а на дорожке победы бегунов не идут в сравнение с успехами весной?

Он обдумывает план проведения Кубка телевидения для молодых легкоатлетов. Скажу по-дружески, обдумывает слишком медленно. Хотя, может быть, обстоятельно. Он не торопится выдвигать идеи.

И теперь Карпавичус подозрительно долго ходит возле нового Дворца спорта. Он уже все промерил. И в уме составил программу. Он даже знает, кого пригласит на встречу с Шапкой, Плунге и Сабайте.

Фото В. Ганчука



Как-то в разговоре он вспомнил триумфальную поездку 1957 года. Тогда с двумя олимпийцами — Антанасом Микенасом и Ионасом Пипине они ехали по районам. Их встречали с оркестрами и шумачовыми транспарантами. Районы Литвы — это огромная сила. Разве не отсюда вышли Плунге, Шимонелис, Сабайте, Битте? А всего в списке кандидатов в олимпийскую сборную страны 15 представителей Литвы. Я говорю это не для Карпавичуса, он их знает лучше.

Сейчас, когда за плечами 20 лет работы, видно, как выросли, окрепли и стали помощниками представители молодого поколения тренеров. И когда ученик тренера Гадовича — Шапка — становится чемпионом Европы, а ученик Кароблиса — Битте — чемпионом СССР, воспитанники тренеров Кароблене, Рамонайтиса поднимаются на пьедестал, все это радует главного тренера.

В повседневной работе Карпавичус незаметен. Он не врывается в помещение, распространяя волны оптимизма, эрудиции, панибрательства или, говоря по-современному, контактности. Быстрой походной человека, для которого 30 километров за грибами — удовольствие, торопливо идет по своим делам. Его не увидишь в первых рядах, преданно стенографирующего оттенки в голосе начальника, поскольку он полагает, что его работа видится не из президиума. Может, поэтому в работе с коллегами из обществ он предельно демократичен. И его помощники по сборной команде — старшие тренеры «Жальгириса», «Нямунаса», «Динамо» — Вилемас, Балтрунас, Балкис, на которых он опирается, не чувствуют в нем начальника. Это стоило много труда, чтобы в баскетбольной республике появились тренеры, отвечающие за легкую атлетику. Но теперь они есть. И когда при встречах, раскаленные своей правотой, они начинают высекают искры, его тихий голос справедливо выбирает единственно правильное решение. Ни разу не покрививший душой, он признан и поддерживается.

Год назад прошел слух, что Карпавичуса назначают руководителем отдела Комитета, и теперь под его началом будет 12 видов спорта. Тренеры задумались: «А как же мы?» Они перебрали друг друга, и никто не вызвался идти на его место. Хотя, по общему признанию, незаменимых нет. Это логично и не позволяет возноситься одним и опускаться другим. Но сплошь и рядом мы сожалеем: «Без него все валится». Потому что не зря мудрые пращурь придумали поговорку: «Не место красит человека, а человек место». Карпавичус, работающий главным тренером по легкой атлетике, украшает свое место. Для меня это не удивительно, потому что его глубина не позволяет быть замкнутым в сфере узкопрофессиональных интересов. Его интересы тянутся вверх, в этом случае специальная культура тем выше, чем выше культура общая.

Он родился и вырос в буржуазной Литве. Иные его сверстники еще доживают на задворках Европы. И ему, представляющему Литву советскую, далеко не безразлично, кого он вырастит и отправит соревноваться за моря-океаны. Во времена буржуазной Литвы никто из ее легкоатлетов не был представлен на европейских и олимпийских пьедесталах. А сейчас литовцы-победители уже никого не удивляют.

Неоднократно он, коммунист Карпавичус, представитель Литвы сегодняшней, встречался за рубежом с представителями Литвы вчерашней. Он не прячется от них, не уходит от вопросов, какие бы они ни были провокационные. Как-то в Риме одного чересчур ретивого опекуна он спросил в лоб: «Вот вы все печетесь о Литве, а что вы для нее сейчас сделали?»

— Мы выпустили литовскую марку с изображением святого Мартиниана.

Карпавичус предельно серьезен: «А вы неделю назад открыли Каунасскую ГЭС».

Карпавичус — сын своей республики. Невозможно приехать в Литву и миновать его ненавязчивое гостеприимство. Карпавичус ответит вас в новый район Вильнюса — Жирмунай, получивший Государственную премию, а оттуда — в Лаздинай, представленный на премию. Если вы согласитесь, он соберет тренеров, чтобы непринужденно поговорить о новостях в методике. А если останется время, непременно покажет Тракай — сказку среди лесов и озер.

Пришло время расстаться с Альгирдасом Юльевичем Карпавичусом, которого все друзья зовут просто Альгис. Впрочем, их не так много. И, наверно, потому, что на все сразу его понимают. Но те, кто хорошо знает Альгиса, с сожалением уезжают из Литвы. Я не представляю его иным. Карпавичус — сын своей земли. Он неотделим от побед литовских легкоатлетов. Он немыслим без молчаливых литовских лесов, спокойной мудрости Немана и загадочного отблеска янтаря, в котором веками пластовалось неярное литовское солнце.

ГОСТЕПРИИМНЫЕ ТРАССЫ КИШИНЕВА

В нынешнем году финал XI Всесоюзного кросса на приз газеты «Правда» впервые проводился не в Москве, а в столице Молдавской ССР — Кишиневе. И это было не единственное отличие кросса-72 от его предшественников. Организаторы внесли в его проведение немало нового и интересного.

Редакция «Легкой атлетики» на этот раз тоже решила отойти от обычной формы отчета о соревнованиях и рассказать о том, как проходила подготовка к столь значительному спортивному событию в жизни нашей страны.

Справятся ли спортивные организации Молдавской ССР и Кишинев с массовым мероприятием, в котором число участников, тренеров, судей и журналистов перевалит за тысячу? — вопрошали некоторые скептики. Соревнования, которые прошли в Кишиневе, открыли широкое поле деятельности местным спортивным организациям. Мы уже привыкли к тому, что кросс «Правды» проходит на хорошем организационном уровне, что много усилий для этого предпринимают редакция газеты, отдел легкой атлетики Спорткомитета СССР. Но никогда еще за всю десятилетнюю историю финалов кросса «Правды» эти соревнования не проходили столь красочно, торжественно и в то же время подделовому.

Но начнем с выбора трасс. Уже давно в спортивных кругах страны говорили, что кросс должен выйти за рамки дорожек ипподрома, должен стать настоящей бегом по пересеченной местности. Более десятка вариантов дистанции было просмотрено организаторами кросса в Кишиневе — даже трасса традиционного этапа первенства мира по мотокроссу. Сошлись на Долине Роз, интересной по рельефу и находящейся поблизости от городских кварталов. Но оставалось одно — предстояло выполнить большой объем работ по подготовке дистанций. И вот здесь сказались инициатива и ответственность местных организаций, подлинная самоотверженность спортивных судей Кишинева. Судьи всесоюзной категории Н. Кашель, М. Герценштейн, В. Лосев, судья республиканской категории В. Черный совместно с директором соревнований судьей всесоюзной категории В. Откаленко десятки раз прошли по трассам, пока не выбрали наиболее подходящий вариант. А затем в дело вступил местный трест «Инджорстрой»: скреперы, бульдозеры, грейдеры, самосвалы. В течение почти полутора месяцев эта техника не только подготовила трассы, но и значительно благоустроила городской парк, в котором состоялся финал кросса «Правды».

Нельзя не отметить огромную заботу, проявленную республиканскими и городскими партийными, советскими, общественными организациями. Оргкомитет возглавил председатель Кишиневского горисполкома И. В. Кускевич. Все службы горсовета получили подробные и исчерпывающие задания, были установлены контрольные сроки исполнения.

Большую шефскую работу провел комсомол республики. Под руководством секретаря ЦК ЛКСМ Молдавии И. П. Смирнова был разработан план по встрече гостей из союзных и автономных республик, определены шефы для этих коллективов, ЦК ЛКСМ Молдавии и Кишиневский ГК ЛКСМ Молдавии учредили призы для молодых атлетов.

Но, разумеется, наибольшую тяжесть вынес на своих плечах Спорткомитет Молдавии, в котором работа по подготовке кросса проходила под руководством заместителя председателя Комитета К. Г. Згеря. Успех кросса решила четкая взаимосвязь всех подразделений Спорткомитета, ясное определение задач, стоящих перед ними.

Генеральной репетицией явился финал республиканского кросса «Правды», который, правда, не отличался большой массовостью. Однако главная судейская коллегия имела возможность выверить буквально до минут хронометраж финальных стартов.

И вот пришло время всесоюзного финала: на заключительной стадии к проведению состязаний был привлечен весь коллектив работников республиканского стадиона; помогли воины местного гарнизона, шефы, работники спортивных организаций города и республики. Их совместными усилиями был празднично украшен за два дня до старта весь парк Долины Роз, городские магистрали, места, где предстояло жить атлетам. Вот только один штрих: на аллее, которая вела от площадки, где проходило открытие соревнований, до места старта были размещены выставки, рассказывающие о работе и достижениях спортивных организаций и лучших физкультурных коллективов республики.

За 72 часа до открытия соревнований начала работать мандатная комиссия, что позволило своевременно провести прием всех 1300 участников и более

300 представителей, тренеров, арбитров, журналистов — цифры до этого небывалой в финалах кросса «Правды». Следует воздать должное местным организациям — они сумели разместить в хороших условиях всех прибывших на финал, хотя первоначально предполагался приезд в Кишинев лишь 1200 человек.

Финал Всесоюзного кросса «Правды» 1972 г. убедительно показал: успех столь массового состязания зависит от инициативы всех местных организаций, от их большого желания провести у себя финал кросса «Правды» или другое представительное состязание, от четкого взаимодействия всех служб различных городских и республиканских организаций.

ФИНАЛ XI ВСЕСОЮЗНОГО КРОССА НА ПРИЗ ГАЗЕТЫ «ПРАВДА»

23 апреля

г. Кишинев,
Парк Долины Роз

3000 м. Юноши 17—18 лет. Э. Селлик (Н. Эст.) 8.31,6; А. Веклемешев (М) 8.31,8; А. Симцов (РСФСР-2) 8.42,0; С. Серебряков (Пахт. Узб) 8.42,8; Ю. Крийса (Н. Эст) 8.43,0; В. Антощенко (Нвс, РСФСР) 8.44,6.

5000 м. Мужчины 19—20 лет. В. Затонский (С. РСФСР) 14.37,6; А. Ипатов (Тр. Р. Л) 14.40,4; В. Исаков (Бур. РСФСР) 14.42,8; Ю. Крайнов (С. РСФСР) 14.43,0; Ю. Корченко (Д. У) 14.44,4; Г. Метелицкий (ВС., РСФСР-2) 14.46,0; Ю. Грауде (Д. Лат) 14.48,0.

8000 м. Мужчины старше 20 лет. И. Парлуй (Смол. РСФСР) 23.04,8; А. Бейнарлович (Дгвп, Лат) 23.13,4; И. Бураков (В. Б) 23.21,6; М. Ульмов (Волг. РСФСР) 23.30,0; В. Петров (Рг, Лат) 23.32,0; А. Петров (Чб, Чув. АССР) 23.32,4; П. Сысоев (Т. Тлт) 23.35,4.

3000 м. Мужчины старше 39 лет. Н. Митин (З. М) 8.50,4; А. Кольцов (ВС. Б) 8.54,7; В. Сорванов (Вд, Мурм) 8.56,4; М. Кармаков (Т. Удм. АССР) 8.57,2; В. Курчаков (С. М) 9.04,6; Л. Кучер (Л. Молд) 9.05,0.

1000 м. Девушки 17—18 лет. Л. Пойкане (Врп, Лат) 2.48,2; В. Астапенко (Л. Б) 2.54,0; Г. Иовлева (Д. Лит) 2.54,0; В. Горобец (Тр. Р. Молд) 2.55,4; М. Богданова (Д. Сар) 2.56,6; Г. Пичугина (С. Магн) 2.57,0.

1500 м. Женщины 19—20 лет. И. Бондарчук (В. Л) 4.35,7; О. Двирна (С. РСФСР) 4.44,5; Т. Шубина (В. РСФСР) 4.46,2; Л. Ишмуратова (В. Рам) 4.47,8; Т. Федоренко (С. Л) 4.48,5; Г. Никишина (С. РСФСР) 4.48,8.

2000 м. Женщины старше 20 лет. Т. Казанкина (В. Л) 6.01,6; Л. Сорока (Л. У) 6.02,6; Т. Казачкова (Т. РСФСР) 6.02,8; Л. Демченко (ВС. АА) 6.03,0; Г. Сафронова-Кузьмина (Т. РСФСР) 6.06,0; И. Ефимова (ВС. Кн) 6.06,8; Е. Никифорова (Т. РСФСР) 6.08,0; С. Васькова (Башк. АССР) 6.09,0.

1000 м. Женщины старше 35 лет. С. Кошкина (У. Св) 3.12,3; А. Алксне (Дг. Лат) 3.15,0; Т. Рамонавичене (Ж. Лит) 3.18,8; К. Николаева (Молд. Молд) 3.23,5; Н. Откаленко (ВС. М) 3.25,7; А. Энци (Т. РСФСР) 3.27,5.

Командные результаты. Среди республик: I группа. РСФСР 11 очков, УССР 22, Ленинград 25, БССР 26, Лат. ССР 32, МССР 33. II группа. Молд. ССР. 12, Тадж. ССР 16, Туркм. ССР 19.

Группа автономных республик и автономных областей. I группа. Чуваш. АССР 13, Башк. АССР 15, Тат. АССР, 19. II группа. Удм. АССР 15, Чечено-Инг. АССР 24, Коми-Пермяцкий нац. округ 27.

Команды ДСО и ведомств. Группа «А». «Буревестник» 61, «Спартак» 49. Вооруженные Силы 40. Группа «Б». «Захмет» 11, «Калев» 11, «Молдова» 10.

Сельские ДСО. «Урожай» (РСФСР) 16, «Урожай» (БССР) 21, «Нямунас» (Лит) 25,5.

Группа городов. Иваново 72, Минск 85, Днепрпетровск 108, Магнитогорск 110,5, Чебоксары 129, Саратов 133.



Фото А. Куренного
(Кишинев)

**ВСЕСОЮЗНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ
СРЕДИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК
1954—1955 гг. РОЖДЕНИЯ**

ВЕСЕННИЕ СТАРТЫ

22—23 апреля

Сочи

ЮНОШИ

100 м. В. Дегтярев (Б, Каз) 10,8; Г. Тонкацкий (С, Аз) 10,9; С. Изотов (Д, М) 10,9.
200 м. В. Дегтярев (Б, Каз) 21,8; С. Пронин (Тр. р. У) 22,0; С. Столяров (Минпр. У) 22,3.
400 м. А. Григорьев (Б, РСФСР) 49,1; В. Книовец (Д, У) 49,4; В. Нагайник (Тр. р. У) 49,9.
110 м с/б. В. Найденко (Тр. р. У) 14,8; А. Хлудков (М) 14,9; В. Политыко (Кр. З, В) 15,3.
400 м с/б. А. Прокошин (Ав. У) 53,7; А. Янушкин (Минпр. У) 54,2; С. Арефьев (Эст) 55,0.
Ходьба 10 км. В. Громов (Б, РСФСР) 47,10,0; В. Фролков (С, РСФСР) 47,22,0; Н. Педько (Минпр. У) 47,41,0.
Высота. В. Кашеев (Минпр. Л) 2,09; И. Карлсон (Д, Лат) 2,06; С. Сеюков (С, У) 2,03.
Шест. С. Кривоzub (У) 4,80; А. Фадеев (Минпр. Л) 4,40; А. Дудна (Тр. р. РСФСР) 4,30.
Длина. В. Матвеев (Минпр. РСФСР) 7,31; Ф. Голяков (У) 7,22; С. Орловский (РСФСР) 7,18.
Тройной. С. Горшков (Минпр. В) 15,32; Л. Федоров (РСФСР) 15,21; Н. Григорьев (Минпр. РСФСР) 15,03.
Ядро. В. Хмелидзе (Б, Гр) 15,60; А. Кушлин (М) 15,59; М. Айзекевич (Л, У) 15,12.
Диск. Н. Вихор (М) 53,22; В. Лысый (Минпр. Молд) 47,52; С. Хоголев (Д, Узб) 46,12.
Молот. Ю. Седых (Минпр. У) 58,50; Н. Баранов (Б, РСФСР) 57,32; П. Репин (С, РСФСР) 55,58.
Копье. У. Дониныш (Дг, Лат) 73,54; А. Брехов (Тр. р. РСФСР) 71,96; В. Рышко (Минпр. У) 69,48.
Десятиборье. В. Буряков (Д, РСФСР) 7177; В. Качанов (Молд) 7022; П. Кульбахо (Тр. р. В) 6709.

ДЕВУШКИ

100 м. Н. Матвеева (Т, РСФСР) 12,2 (в полуф. 12,1); Н. Коновалова (Минпр. М) 12,4 (в полуф. 12,3); Т. Шишкина (Д, Узб) 12,5 (в полуф. 12,2).
200 м. Т. Скачко (Ав, У) 25,0; Н. Гергель (Ен, Каз) 25,0; Н. Сафронова (Б, Б) 25,1.
400 м. Л. Шибенкова (Д, М) 55,4; И. Зотова (Б, РСФСР) 56,7 (в забеге 56,6); Т. Зрилина (Б, РСФСР) 57,1.
100 м с/б. И. Карнаева (С, У) 14,0; Н. Маргулина (Минпр. РСФСР) 14,3; В. Донец (Минпр. У) 14,8.
Высота. Н. Козеева (Т, РСФСР) 1,77; С. Ковалева (РСФСР) 1,74; Л. Артемова (С, РСФСР) 1,71.
Длина. И. Кошелева (Д, М) 5,94; Т. Половинкина (У) 5,92; С. Золотарева (Тр. р. РСФСР) 5,90.
Ядро. Н. Абашидзе (Минпр. У) 14,49; В. Цапналенко (Минпр. У) 14,14; Г. Кухтина (Минпр. РСФСР) 13,92.
Диск. Н. Петрова (Минпр. РСФСР) 49,90; Н. Лобадзе (Л, Гр) 48,24; Л. Чумак (Ав, У) 46,50.
Копье. И. Ошина (Д, Лат) 53,78; М. Интс (Эст) 50,08; И. Кузовкова (Д, Лат) 47,00.
Пятиборье. А. Борденюк (Кр. З, В) 3759; О. Руковникова (Б, РСФСР) 3583; Н. Романова (С, М) 3561.
КОМАНДНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
Среди республик. I группа: Украина — 293 очка РСФСР-I — 275; Москва — 229; Ленинград — 172,5; Белоруссия — 165,5; РСФСР-II — 49; II группа: Латвия — 113,5.
Среди ДСО и ведомств: Министерство просвещения — 744; «Динамо» — 315; «Буревестник» — 265; «Спартак» — 159; «Трудовые резервы» — 132; «Труд» — 87,5; «Авангард» — 52; «Локомотив» — 51.



*А. Терентьев — победитель в ходьбе на 20 км
Фото О. Безъязычного (г. Ужгород)*



*Сильнейшим в десятиборье стал В. Буряков
Фото В. Сосова (г. Шахты)*



*Победительница в прыжках в высоту Н. Козеева
Фото В. Сосова (г. Шахты)*



*И. Щербак устанавливает новое высшее всесоюзное достижение в марафоне
Фото Ф. Николаиди*



*На дистанции ходьбы на 50 км С. Григорьев
Фото Ф. Николаиди*

**ВСЕСОЮЗНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ
ПО СПОРТИВНОЙ ХОДЬБЕ
И МАРАФОННОМУ БЕГУ
НА ПРИЗ ЖУРНАЛА
«ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ»**

28—29 апреля

г. Ужгород,
стадион «Авангард»,
Чопское шоссе

Ходьба 20 км. А. Терентьев (Т, НТ) 1:25.53,0; В. Вавилов (С, Ив) 1:26.57,0; Н. Рогилевич (Д, Н-П) 1:27.40,0; А. Чешов (Б, Гом) 1:28.20,0; В. Колодочка (Сельск, Полт) 1:29.15,0; В. Деманов (Д, Ряз) 1:29.35,0; В. Кучма (С, Лис) 1:29.58,0; В. Шалощик (ВС, В) 1:30.12,0; А. Березин (С, Л) 1:30.15,0; Л. Кокорев (С, Кур) 1:30.32,0.
Ходьба 50 км. С. Григорьев (З, Л) 4:03.41,0; Г. Агапов (ВС, Св) 4:07.51,0; Е. Торгов (Т, Ив) 4:10.11,0; Ю. Шульгин (З, Л) 4:12.32,0; Ю. Андрищенко (ВС, Вин) 4:16.10,0; В. Свечников (ВС, М) 4:17.00,0; А. Троицкий (Д, Яр) 4:17.31,0; В. Махнев (З, Л) 4:18.03,0; О. Далке (Дг, Р) 4:18.30,0; В. Бабенюкас (Ж, Вил) 4:19.48,0.
Марафон. И. Щербак (ВС,

Хар) 2:13.16,0; В. Моисеев (Сельск, Тула) 2:13.59,0; В. Стерлягов (З, Пермь) 2:15.14,0; Н. Пензин (ВС, Фр) 2:15.22,0; В. Меркушин (ВС, Ряз) 2:15.40,0; В. Силаев (Б, Пенза) 2:16.12,0; В. Бургов (С, Ю-Сак) 2:16.20,0; Д. Мухамедзянов (ВС, АА) 2:18.02,0; А. Анисимов (Т, Тула) 2:18.52,0; Н. Лепихин (З) 2:18.53,0; В. Цыренов (Сельск, УУ) 2:19.45,0; А. Сулейманов (Ен, Акт) 2:19.47,0; В. Легарь (Д, К) 2:20.00,0; А. Гоцкий (Кр. З, Мн) 2:20.00,0; А. Стрелец (Ав, Зап) 2:20.28,0; В. Чеботарев (З) 2:20.34,0; П. Убелитис (ВС) 2:21.13,0; Б. Маслаков (З) 2:21.13,0; И. Михайлов (Сельск) 2:21.15,0; М. Иванов (Л, Л) 2:21.18,0.
Командные результаты.
I группа. Вооруженные Силы 48 очков, «Зенит» 108, «Буревестник» 137,5, «Труд» 157, «Динамо» 169,5.
II группа. «Красное Знамя» 42, «Даугава» 64.

СТУДЕНЧЕСКИЕ ПАРАДОКСЫ

До Всемирных студенческих игр 1973 года в Москве осталось немногим больше года. Советское спортивное студенчество должно не только гостеприимно встретить представителей спортивной молодежи стран мира и провести соревнования на высоком организационном, судейском и техническом уровне, но и, конечно, успешно выступить в этих ответственных стартах. Не секрет, что фундамент успеха в спорте закладывается заранее, для участников будущей Универсиады-именно сейчас. Наш разговор — о развитии легкой атлетики среди студенчества, о некоторых решенных и нерешенных проблемах, о том, что сделано для подъема высшего мастерства лучших легкоатлетов институтов и университетов и что целесообразно сделать.

Легкоатлеты-студенты всегда шли в авангарде советского спорта. Вот и ныне около половины кандидатов в олимпийскую сборную СССР по легкой атлетике — студенты, защищающие спортивные цвета не только «Буревестника», но и «Динамо», и «Спартак», и Вооруженных Сил, и «Труда», и других обществ.

Мы не случайно подчеркиваем этот факт — нельзя сводить разговор о состоянии студенческой легкой атлетики к традиционному обсуждению положений дел в «Буревестнике».

Любителям и специалистам легкой атлетики хорошо известны имена многих сильных студентов-легкоатлетов. Но известно и другое: студенческая легкая атлетика сильна лишь своими лидерами, а так называемый второй эшелон находится от них на почтительном расстоянии. Стоило, например, участникам сборной команды страны, готовившимся к матчу СССР — США, не приехать на Всесоюзную универсиаду в Ростов-на-Дону — и соревнования прошли на очень скромном уровне: лишь 12 атлетов выполнили норму мастера спорта. Из-за отсутствия нескольких лидеров на международных зимних соревнованиях прошлого года команда «Буревестник» была лишь пятой, а на всесоюзных весен-

них соревнованиях — восьмой. И так — слабость тылов, отсутствие полноценных резервов. За последние годы из более чем 1500 тренеров-преподавателей, ведущих в вузах работу по легкой атлетике, лишь один — В. В. Петровский — смог подготовить выдающегося спортсмена — Валерия Борзова.

Что же мешает нашему студенческому спорту сделать воспитание легкоатлетов высокого класса явлением не случайным, а закономерным? Простого ответа здесь не дашь.

Начнем с недостатков организационных, которые до предела затруднили управление студенческим спортом. Беда в том, что всесоюзное студенческое общество таковым не является. «Буревестник» не имеет своих организаций в шести союзных республиках. А даже там, где они есть, ряд вузов переданы «Спартаку», «Динамо», «Локомотиву», «Воднику», «Урожаю» и т. д. В результате этого у студенчества практически нет своего единого календаря соревнований. А он очень нужен — такой календарь, который бы позволил студентам совмещать нелегкую учебу в вузе с занятиями спортом.

Ну, а пока легкоатлеты, скажем, транспортных и сельскохозяйственных вузов зачастую вынуждены выходить на старт соревнований различного ранга в разгар сессии, защищая честь института в соревнованиях на первенство «Локомотива» или «Урожай».

Много нареканий вызывает и календарь «Буревестника». Он привел к тому, что легкая атлетика в большинстве вузов превратилась из летнего или круглогодичного вида спорта в зимний. Не парадокс ли это? Летом «Буревестник» практически не проводит соревнований и большинство спортсменов «растренировываются». Приходя осенью на занятия, они часто вынуждены начинать свою подготовку с нуля. Где-то к декабрю легкоатлеты-студенты подбираются к своей лучшей форме, затем во время сессии вновь ее теряют. А к марту снова обретают готовность. Но как раз в это время нет почти никаких крупных студенческих соревнований. И запал зачастую пропадает. Зато множество стартов проводится либо во время зачетов и порой даже экзаменов, либо сразу после их окончания, когда спортсмены находятся далеко не в лучшей готовности. Судите сами: разве можно ждать от легкоатлетов высоких результатов, например, на соревнованиях «На приз зимних каникул», проходящих сразу после сессии, или в соревнованиях городских советов «Буревестника», которые, как правило, проводятся в конце мая — начале июня, в горячее студенческое время. Из-за такого календаря далеко не все спортсмены в состоянии

сочетать большой спорт с напряженной учебой.

Известно, что календарь соревнований — одно из эффективных средств подъема высшего спортивного мастерства. Настало время создать для студентов научно обоснованный всесоюзный студенческий календарь, который бы включал в себя соревнования на всех этапах — от первенства курса до универсиады. Кстати, как это ни странно, всесоюзные универсиады до сих пор не заняли определенного места в спортивном строю, проводятся нерегулярно и без широкого представительства. Впрочем, об этом разговор особый.

Вероятно, стоит сдвинуть сроки проведения соревнований. Скажем, главные зимние старты — не в январе и начале февраля, а в марте, когда студенты уже придут в себя после экзаменов.

Нужно учесть, что много студенческой молодежи проводит каникулы в спортивных лагерях, которые, к сожалению, до сих пор стоят в стороне от большого спорта. Именно сюда следует перенести центр тяжести в работе по легкой атлетике в летний период. Возможно, у читателей журнала есть и другие предложения. Давайте же их обсудим.

Все, о чем мы сейчас говорили, относится в первую очередь к вузам, выступающим под флагом «Буревестника». А как же быть студентам-атлетам из «Динамо», «Спартак», ЦСКА, «Труда», «Урожай»?

Может, все оставить, как есть? Пусть себе студенты сельскохозяйственных академий соревнуются с колхозниками, а института легкой промышленности — с рабочими фабрик. Но такое соперничество неравных по силам и возможностям коллективов не будет способствовать ни росту результатов, ни привлечению к легкой атлетике новых почитателей. В то же время соревнования в неудобное для студентов время также будут лишь тормозить их прогресс. Мы не знаем, как в других видах спорта, а в легкой атлетике есть и необходимость и возможность выработать такой порядок проведения студенческих соревнований по линии Министерства высшего и среднего специального образования СССР, чтобы в них смогли участвовать не только члены студенческого общества.

В некоторых городах спортивные работники попытались найти выход из положения, вызванного нынешним статусом «Буревестника». В Ленинграде, например, проводятся две категории студенческих легкоатлетических соревнований. Одни — по линии городского совета «Буревестника». В них участвуют только члены этого общества. Другие организует Ленгосспорткомитет. В них имеют право стартовать все студенты вне зави-

симости от принадлежности к той или иной спортивной организации. Именно эти соревнования определяют лицо вуза. И надо сказать, что со времени организации таких состязаний в ленинградских вузах практически прекратилась порочная практика «давления» на способных спортсменов из других обществ с целью перевода их в «Буревестник». Легкоатлеты получают возможность совершенствоваться у своего тренера и, как правило, прогрессируют. А преподаватели институтов этому не только не препятствуют, а даже способствуют. Потому что они заинтересованы в успехе на главных студенческих городских соревнованиях.

Ленинградцы сами начали решать довольно сложную проблему студенческого спорта. Но и они, увы, не в состоянии эту проблему разрешить до конца. Чтобы исключить возможность переманивания студентов-спортсменов в «Буревестник», надо создать этому обществу условия для подготовки собственных резервов. А их-то пока нет.

Например, самая большая организация «Буревестника» — российская — имеет только 26 детско-юношеских отделений легкой атлетики, в которых работают всего 66 тренеров и занимаются около 3100 юных спортсменов. К тому же эти школы практически работают на холостом ходу. Так, в 1970 г. их успешно закончили лишь... 39 юных легкоатлетов, а в 1971 г. — 71 человек.

До тех пор, пока в студенческом обществе не начнут всерьез работать с юношами, трудно рассчитывать на успехи и в большом спорте, и даже в соревнованиях на первенства городов и областей. Вот и стараются иные «деятели» переводить студентов-«киноплеменников» в свою «веру». А это зачастую не сулит ничего хорошего ни самим спортсменам, ни нашему легкоатлетическому спорту. Сколько на этой почве возникло драм, сколько юных дарований навсегда распрощалось с миром спорта!

К студенческим спортклубам не случайно предъявляют высокие требования — ведь в вузах работает немало авторитетных специалистов. Действительно, среди 10 тысяч опытных педагогов, работающих в высшей школе, много кандидатов наук, заслуженных тренеров, заслуженных мастеров и мастеров спорта. Однако многие из них ограничиваются лишь работой по учебным программам, а если и готовят спортсменов, то разве что массовых разрядов.

В РСФСР, например, 990 тренеров-преподавателей, ведущих работу по легкой атлетике (люди весьма квалифицированные — из них 943 человека имеют высшее физкультурное образование), подготовили в 1970 г. лишь 21 мастера спорта. Вот и получается, что в среднем одного мастера готовили... 47 тренеров. Да, прямо скажем, статистика невеселая.

Можно еще как-то объяснить низкую производительность тех тренеров, что работают в относительно небольших вузах. Там порой один-два специалиста вынуждены готовить спортсменов чуть ли не по всем видам легкой атлетики. Причем спрашивают с них и за массовость, и за мастерство. Этим «многостаночникам» можно лишь посочувствовать. Конечно, не всем тренерам по плечу готовить мастеров. Но, не снимая с этих людей ответственности за развитие

среди студенчества легкоатлетического спорта, видимо, надо подумать о повышении коэффициента полезного действия их работы путем кооперации нескольких тренеров из близлежащих институтов на основе более глубокой специализации.

Идея не новая. Несколько лет назад она была закреплена приказом министра высшего и среднего специального образования СССР. Тогда были организованы объединенные межвузовские группы высшего спортивного мастерства. Но практика показала, что во множестве случаев они были созданы лишь на бумаге.

Предполагалось объединить сильнейших спортсменов-студентов из разных вузов в спортивные подразделения, образованные при одном из институтов, создать им условия для занятий, выделить высококвалифицированных тренеров. Если бы все это было осуществлено, то эти группы уже сегодня сумели бы выдать высококачественную продукцию. Но... Здесь опять приходится сталкиваться с парадоксами.

Начнем с того, что многие объединенные межвузовские группы, в частности по легкой атлетике, создавались при институтах, которые не имели хороших спортивных традиций, квалифицированных тренеров, атлетов, современных баз. Например, такая группа была организована в Ташкентском институте инженеров железнодорожного транспорта. Легкоатлеты этого вуза в последние годы зачастую занимают места в нижней части таблицы на таких соревнованиях, как спартакиада транспортных вузов страны. А вот в МИИТе и ЛПИЖТе, которые всегда славились своими легкоатлетическими традициями, объединенные группы спортивного совершенствования созданы не были. Можно привести и много других примеров, когда базовые институты определялись ошибочно. Но главное — потом в течение нескольких лет эти ошибки никто не хотел исправлять. И эти группы практически не работали.

Даже в тех институтах, где были хорошие, знающие специалисты легкой атлетики, их не смогли заинтересовать работой во вновь созданных подразделениях. Далеко не каждый хотел здесь трудиться — ответственности больше, а условия те же, что и у обычного преподавателя.

К тому же многие институты, в которых надлежало создать межвузовские группы, не могли предоставить даже своим студентам элементарных условий для тренировок. Достаточно сказать, что студенческое общество в РСФСР имеет всего 16 стадионов, а чтобы подсчитать количество легкоатлетических манежей, хватит пальцев одной руки. При таком положении трудно рассчитывать на большие успехи.

И действительно, из 13 существующих в Российской Федерации межвузовских отделений спортивного совершенствования по легкой атлетике ни одно не готовит спортсменов не то что в сборную команду страны, но даже в сборную «Буревестника». Да что там говорить о сборных командах, когда даже на соревнованиях последней Всесоюзной универсиады не попал ни один из легкоатлетов Воронежского университета, Горьковского педагогического института, Саратовского и Ульяновского политехнических, Куйбышевского инженерно-строительно-

го институтов, хотя считается, что в этих вузах имеются легкоатлетические объединенные отделения спортивного совершенствования. Не пробилась даже на Всероссийскую универсиаду команда легкоатлетов Ивановского энергетического института, где формально существует такая группа. В итоговой же таблице легкоатлетических соревнований Всероссийской универсиады в числе первых десяти команд лишь три коллектива, в которых имеются межвузовские объединения.

Существует межвузовское подразделение в Московском энергетическом институте, но существует формально и работает без должной отдачи. Когда я спросил у заведующего кафедрой физического воспитания МЭИ А. Н. Остапенко, кто из студентов других институтов, относящихся к межвузовской группе, добился успеха в прошлом сезоне, он лишь неопределенно пожал плечами:

— Да я их в течение года и в глаза не вижу. Тренируются они сами в своих институтах. Ведь мы им ничего не можем предложить — и базы у нас своей нет, и тренеры заняты внутренними проблемами. До тех пор, пока не будет межвузовской студенческой базы, независимых от института тренеров, своего отдельного календаря, эти так называемые объединения будут существовать лишь на бумаге.

Но, может быть, межвузовские группы — это неудачная организационная форма, от которой надо окончательно отказаться? История студенческого спорта в Москве говорит о том, что это далеко не так. В 50-х годах в столице при том же МЭИ, при МАТИ и МИСИ были созданы аналогичные объединения. Вся разница состояла в том, что были выделены специальные ставки для тренеров, которые занимались только подготовкой высококвалифицированных спортсменов и были освобождены от преподавательской нагрузки. С них спрашивали по большому счету, и они — Е. Кузнецов, О. Константинов, В. Гарбер — работали на совесть. В те годы немало воспитанников этих групп входили в сборную команду столицы и страны. Со временем вузы как бы «поглотили» эти ставки, и с тех пор объединенные группы спортивного совершенствования перестали готовить высококвалифицированных спортсменов.

Для того чтобы межвузовские группы стали важным звеном в цепи подготовки спортсменов высшего класса, им надо конкретно и предметно помогать. Лишь имея свои базы, освобожденных от другой нагрузки тренеров, свой особый календарь, эти объединения будут работать с полной отдачей.

Е. БОГАТЫРЕВ

Разумеется, в одной статье невозможно затронуть все проблемы студенческой легкой атлетики. Редакция сосредоточила внимание в основном на двух — календаре и межвузовских объединениях. Хотелось бы узнать и мнение читателей, которых тоже интересуют эти проблемы, требующие скорейшего разрешения.



В настоящее время правилами соревнований предусмотрено ограничение мест для метания молота и диска специальным предохранительным ограждением — это своего рода зона действий метателя. В метании копья такой зоной является дорожка для разбега, ограниченная с обеих сторон белыми линиями. «Беззащитным» пока остался лишь толкатель ядра. Его зоной действия является только круг. Остальные участники и судьи могут находиться вплотную к кругу. Это дело их совести и спортивного такта. А если ни того, ни другого нет, то участники соревнований могут выполнять различные упражнения непосредственно перед толкателем, совершающим зачетную попытку. В напряженной борьбе бывает и так, что некоторые не очень тактичные спортсмены идут на эту уловку. Порой подобные помехи противнику делают неумышленно, а в состоянии большого нервного возбуждения или рассеянности, но результат один — попытка испорчена.

Можно добавить, что во всех видах спорта зона «боевых» действий спортсмена или группы спортсменов ограничена и оговорена в правилах соревнований. Очевидно, целесообразно определить правилами и зону действий толкателя, совершающего зачетную попытку. С этой целью необходимо сделать дополнительный круг радиусом 3,5 м вокруг основного круга для толкания ядра, ограничив его белыми линиями шириной 5 см до пересечения с

границами сектора. Вероятно, подобное изменение в правилах по толканию ядра целесообразно предложить и для проведения международных соревнований.

Г. ШИКАЛОВ,
мастер спорта,
старший преподаватель
Калининского
политехнического института

Легкая атлетика пользуется заслуженной популярностью в Азербайджанском государственном медицинском институте им. Н. Нариманова. Вот почему, когда было объявлено о легкоатлетических соревнованиях по сдаче нормативов нового комплекса ГТО, на бакинский стадион Спортивного клуба армии, где обычно проводятся институтские соревнования, пришло более двух тысяч юношей и девушек — студентов мединститута.

Самая многочисленная группа студентов отправилась за пределы стадиона, в соседний парк, где была подготовлена трасса для кросса. Среди победителей оказались хорошо тренированные спортсмены, представители различных спортивных секций. Лучшее время на дистанции 1000 м показал чемпион Баку среди юношей по классической борьбе перворазрядник Н. Шафиев — 3.04,0, явный претендент на золотой значок четвертой ступени «Физическое совершенство».

Упорные поединки протекли и на легкоатлетических секторах стадиона и беговой дорожке. Многие спортсмены, для которых легкая атлетика не является их основным видом, выступали с подъемом и показали результаты, позволяющие им надеяться на получение золотого значка.

В. БОГОМОЛОВ
Фото Г. Малева

Легкой атлетикой я занималась только у одного тренера (это было в 1946—1950 гг.), и он помог нам освоить почти все виды легкой атлетики. В нашей группе многие спортсменки могли выступать в состязаниях почти во всех видах. Кроме того, это давало нам хорошую закалку.

Думаю, что в настоящее время в работе с ребятами нужно знакомить их со всеми видами легкой атлетики, и, конечно, желательно, чтобы каждый тренер вел свою группу в детской спортивной школе с начала и до конца. А то не успеют ребята привыкнуть к одному тренеру, появляется другой.

Занимаясь с одним тренером, ребята привыкают к нему, да и тренер ближе узнает их хорошие и плохие стороны. Такой тренер быстрее определит, в каком виде его ученик сможет выступать лучше, и сможет затем больше внимания уделять этому виду.

Наблюдая за своим сыном, который теперь тоже занимается легкой атлетикой, вижу, что ребят, приходящих в ДСШ, распределяют сразу же по группам со специализацией в одном-двух видах. И подчас они понятия не имеют о других видах, что очень плохо.

Нужно почаще проводить соревнования, чтобы ребятам было интересней. Нужно побольше спортивных лагерей. И тогда мы найдем то, что ищем. Ведь нас так же искали наши тренеры.

Л. БЕЛОВА,
серебряный призер
I Спартакиады школьников
Москва

СРЕДИ ПИСЕМ, ПРИХОДЯЩИХ В РЕДАКЦИЮ ЖУРНАЛА, НЕМАЛОЕ МЕСТО ЗАНИМАЮТ ОТКЛИКИ НА ОТКРЫТУЮ НАМИ ДИСКУССИЮ О ЖЕНСКОЙ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ [Статья в № 3 «ТРАДИЦИИ? МЕТОДИКА!! ОРГАНИЗАЦИЯ!!!»]. НИЖЕ МЫ ПУБЛИКУЕМ ОДНО ИЗ ЭТИХ ПИСЕМ.

Одной из причин отставания нашей женской легкой атлетики является неверная ориентация в методике подготовки юных спортсменок. Я имею в виду «раннюю специализацию» — понятие, вошедшее в спортивную жизнь в начале 60-х годов.

Одной из причин популярности ранней специализации было то, что юные спортсменки, начинавшие интенсивную подготовку сразу в избранном виде легкой атлетики, быстрее добивались неплохих результатов, чем их сверстники, больше

внимания уделявшие в начале спортивного пути всестороннему физическому развитию. Однако недоработки в многоборной подготовке неизбежно давали о себе знать в более зрелом возрасте.

Здесь уместно вспомнить, что успехи наших ведущих спортсменок 50-х годов Г. Поповой, В. Крепкиной, Н. Откаленко, Г. Быстровой и многих, многих других были следствием не только большой специальной работы в избранном виде, но базировались на прочном фундаменте всесторонней подготовки, заложенном в юные годы.

На мой взгляд, стремление некоторых тренеров не только к ранней специализации своих воспитанниц, но и к их форсированной подготовке объясняется тем, что в ряде случаев почетное звание «Заслуженный тренер республики» присваивалось за успехи юных легкоатлетов в школьных и юношеских состязаниях.

Возможно также, что свою отрицательную роль в планомерной подготовке юных легкоатлетов сыграло и «двухпиковое» построение тренировочного цикла. Забывая о роли всестороннего развития, многие тренеры отдавали предпочтение специальной подготовке из-за обильного количества стартов не только зимой, но и летом. Все это послужило причиной того, что у нас появляется много перспективных спортсменок в юношеском возрасте, а наша «взрослая» женская легкая атлетика теряет одну позицию за другой.

В. ДЕРКУНСКИЙ,
мастер спорта,
старший преподаватель
техникума физической
культуры

г. Витебск

С этого номера в «Легкой атлетике» открылся новый отдел «Трибуна читателя».

Редакция обращается к тренерам, спортсменам, судьям, широкому кругу любителей легкой атлетики с просьбой регулярно принимать участие в работе нового отдела — присылать в редакцию письма с рассказом о своих успехах и неудачах, о заботах легкоатлетических секций и судейских коллегий, с предложениями, направленными на дальнейшее улучшение нашего общего дела — советской легкой атлетики.



техника



методика

СОДЕРЖАНИЕ:

ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА БАРЬЕРИСТОВ

В. Алабин
М. Майшутович
Е. Масловский

СТАРТ МОЖНО УЛУЧШИТЬ

Б. Табачник

ПРЫГАЕТ ЛЕОНИД БОРКОВСКИЙ

В. Папанов
Е. Чен

СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА МЕТАТЕЛЕЙ

К. Димитров
Д. Бахчеванов
(Болгария)

ТРЕНАЖЕР ДЛЯ МЕТАТЕЛЕЙ

В. Бабанин
Р. Ермишкин

ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА БАРЬЕРИСТОВ

Многолетний опыт работы ученых и тренеров по совершенствованию методики специальной физической подготовки позволил обосновать применение средств специальной физической подготовки на различных этапах годичного цикла квалифицированными спортсменами в большинстве скоростно-силовых видах легкой атлетики (прыжки и метания). В то же время в циклических видах, и особенно в барьерном беге на 400 м, данные вопросы требуют своего дальнейшего разрешения.

Отсутствие научно обоснованной системы специальной физической подготовки у бегунов на 400 м с/б несомненно тормозит рост достижений в данном виде легкой атлетики.

С появлением в нашей стране таких талантливых спортсменов, как В. Скомоухов, Д. Стукалов, Е. Гавриленко и другие, мы можем рассчитывать на их успех на XX Олимпийских играх. В этой связи любую возможность повысить их результаты (особенно при переходе на 13-шаговый ритм бега между барьерами, когда роль специальной физической подготовки заметно возрастает) следует рассматривать как первоочередную задачу тренировочного процесса в олимпийском цикле подготовки. В то же время мы имеем в виду и другую цель — помочь молодым бегунам на 400 м с/б правильно ориентироваться в планировании основных средств специальной физической подготовленности на этапах от II разряда до мастера спорта.

Перед нами были поставлены следующие задачи: выявить уровень развития основных физических качеств и определить динамику изменения корреляционных связей между показателями, отражающими этот уровень, и результатом в беге на 400 м с/б у спортсменов различной квалификации.

С этой целью у 13 мастеров спорта, 10 кандидатов в мастера, 32 спортсменов I и 21 II разрядов были собраны и подвергнуты статистической обработке более тридцати контрольных показателей, отражающих уровень развития основных

физических качеств. Здесь мы рассматриваем лишь девять основных показателей. Уровень развития быстроты оценивался по результату в беге на 100 м, выносливости — 600 м, специальной подготовленности (в скоростно-силовом проявлении) — 110 и 200 м с/б, специальной подготовленности (при проявлении скоростной выносливости) — 300 м с/б, скоростно-силовых качеств — по результату прыжка вверх с места с двух ног.

Полученные данные свидетельствуют о том, что уровень развития основных физических качеств у бегунов на 400 м с/б существенно изменяется с ростом спортивного мастерства. Однако наибольшие сдвиги происходят в период от II до I разряда (при $P < 0,01$) практически по всем основным физическим качествам. Это хорошо видно на рис. 1 (в нижней его части), где по показателю «I» можно судить о степени сдвигов по всем показателям в этот период.

Наши данные свидетельствуют о том, что путь от II до I разряда — это путь разносторонней физической подготовки, включающий развитие всех основных физических качеств, среди которых заметно выделяются выносливость и специальная подготовка (рис. 1), сопряженно решающие задачи скоростной выносливости. Обращают на себя внимание значительные сдвиги (в скоростно-силовой подготовке), имеющие место лишь в данный период.

Последующий этап от I разряда до уровня кандидата в мастера спорта (рис. 1) характеризуется дальнейшим развитием основных физических качеств (при этом сдвиги в развитии выносливости и особенно скоростно-силовых качеств недостоверны). Следует особо отметить, что основное внимание на данном этапе подготовки уделяется совершенствованию специальной подготовки (при $P < 0,001$). При этом значительно возрастает роль специальной подготовки в скоростно-силовом плане. Нами отмечено также некоторое повышение уровня развития быстроты.

Как мы и ожидали, сдвиги в уровне

СТАРТ МОЖНО УЛУЧШИТЬ

Бег на короткие дистанции, как известно, начинается с низкого старта. Стартуя из неподвижного положения, спринтер стремится как можно быстрее преодолеть силу инерции, достичь своей максимальной скорости бега по дистанции. Основную роль в достижении высокой скорости стартового разгона, несомненно, играют две формы быстроты — время двигательной реакции и способность к ускорению.

На протяжении многих лет специалисты отмечают, что наши бегуны на короткие дистанции отстают от сильнейших зарубежных бегунов в технике старта и стартового разгона, в умении быстро развивать максимальную скорость.

Обследование группы бегунов на короткой дистанции, членов сборной молодежной и взрослой команд страны, проведенное нами в феврале—августе 1971 года, выявило недостатки в стартовой подготовке спортсменов. Было обнаружено, что многие из них, еще фактически не начав бега по дистанции, по общему времени старта, которое начинается с момента выстрела и заканчивается отрывом стоящей впереди ноги от колодки, проигрывают сильнейшим бегунам до 0,08—0,1, а в беге на 10 м со старта — 0,1—0,15. На 30 метрах этот разрыв еще более увеличивается. А ведь каждый из спортсменов, имеющий вышеперечисленные недостатки, регулярно бегаёт с низкого старта в подготовительном и соревновательном периодах.

Для совершенствования старта в практике тренировочного процесса в основном применяется лишь сам бег с низкого старта под стандартные команды-сигналы. Причем этим приемом тренеры пользуются при работе как с юными спортсменами-новичками, так и с мастерами спорта.

Как известно, продолжительное применение одних и тех же средств, методов и нагрузок становится привычным, не вызывает дальнейшего роста функциональных возможностей организма, в том числе и быстроты. Чтобы этого не произошло, скоростные упражнения (а бег с низкого старта является таковым) необходимо применять не в стандартном, неизменном виде, а в вариативных, изменяющихся формах и ситуациях.

Еще в 1956 году Г. Коробков и В. Филлин рекомендовали применять специальные стартовые упражнения: прыжки с колодок, стартовый разгон прыжками, старт в гору с различным уклоном, старты с различными вариантами отягощений. А в 1957 году Р. И. Тоомсалу обращал внимание тренеров на улучшение быстроты двигательной реакции и скорости стартовых движений. Но, к сожалению, эти ценные рекомендации мало используются и творчески не разрабатываются.

Ставя перед собой задачу улучшения методики воспитания быстроты двигательной реакции и способности к ускорению, мы разработали специальный комплекс стартовых упражнений. В их основе лежит бег из различных стартовых положений, под команды-сигналы различной силы.



РИС. 1



РИС. 2

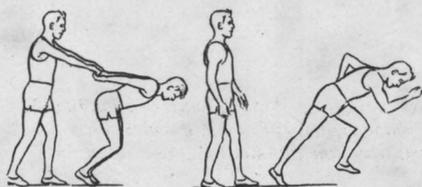


РИС. 3

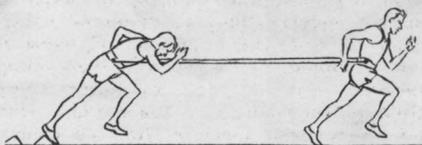


РИС. 4

1. Наклоны туловища в ходьбе. Впереди стоящая нога слегка согнута, руки опущены. По сигналу резкое движение вперед головой и плечами. Нога, стоящая сзади, активным движением бедра выносится вперед по кратчайшему пути, а нога, стоящая впереди, с нарастающим усилием проталкивает бегуна вперед, и спринтер принимает положение, как при беге с низкого старта в момент ухода с колодок (рис. 1).

2. Выпады в ходьбе. Туловище наклонено, голова слегка опущена. По сигналу быстро принимается положение, как в упражнении 1 (рис. 2).

3. Исходное положение — стоя, ноги полусогнуты. Руки оттянуты назад партнером. Туловище подается вперед. При отпускании рук быстрый выход в стартовое положение (рис. 3).

В 1, 2 и 3-м упражнениях при первоначальном обучении необходимо научить спортсменов правильно выполнять их в техническом плане и лишь потом применять их с предельной скоростью движений и под сигналы. Бежать 10—15 м.

4. Бегун стоит в упоре у стенки. Толчковая нога поднята в согнутом положении. По команде резкая смена ног (внимание акцентируется на быстром подъеме маховой ноги).

5. Бег с низкого старта под сигналами-раздражителями различной силы. Научиться стартовать под очень тихий сигнал. Стартующим дается установка реагировать как можно быстрее на любой звук, поданный с различных мест. Сигналы

должны быть разнообразными и подкрепляться привычными для данного спортсмена раздражителями (хлопок, выстрел). Помнить, что оптимальное время между предварительной командой и стартом около 1,5 сек. Однако надо стремиться в каждой попытке варьировать время подачи основного сигнала в пределах 1,5—2 сек. В таком случае будет исключена возможность угадывания команды. В 1-м и 2-м упражнении сигнал дается «под толчковую ногу», но первоначально необходимо научиться выполнять их на месте.

6. Бег с низкого старта с различными отягощениями. Манжеты на коленях (для юношей вес 500—600 г, для девушек — 300—500 г) и жилет весом 3—5 кг для юношей и 2—3 кг для девушек.

7. Бег с низкого старта в облегченных условиях, создаваемых за счет тяги предварительно растянутого резинового жгута на длину 8—10 м с усилием 5—7 кг, прикрепленного к поясу стартующего (с высокого старта) впереди партнера (рис. 4).

8. Упражнение-игра. Спортсмены стоят по кругу в положении высокого старта. В центре стоит один из игроков. В руке у него эстафетная палочка. Он неожиданно указывает по направлению любого из спортсменов, стоящих в кругу. Это служит командой для быстрого старта бегуна в направлении центра круга.

Комплекс специальных стартовых упражнений является средством воспитания быстроты. Поэтому при их применении необходимо придерживаться основ методики воспитания этого качества.

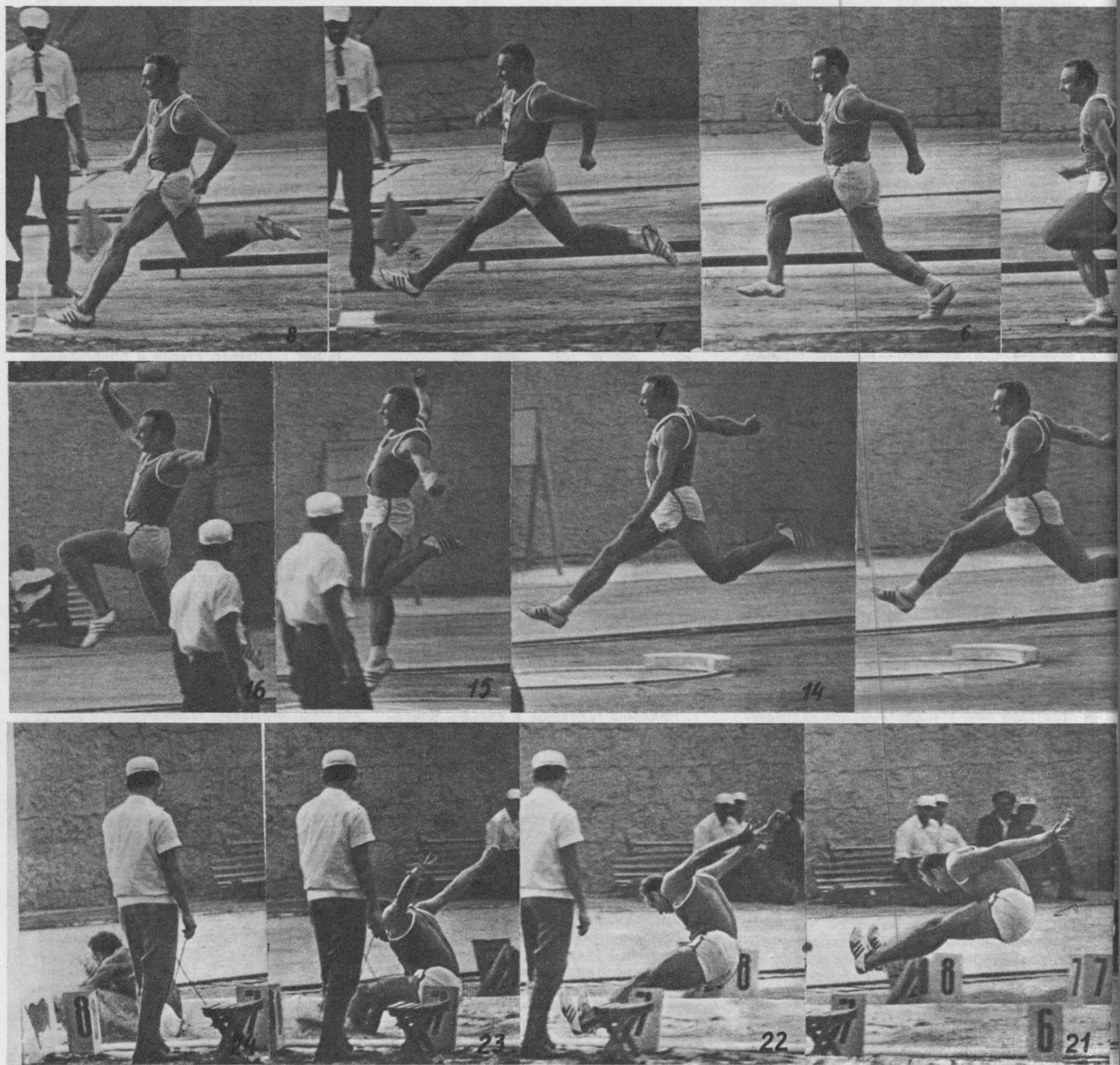
Упражнения должны быть настолько хорошо освоены занимающимися, чтобы во время движения основные усилия были направлены не на способ, а на скорость выполнения. Максимально быстрое выполнение упражнений — главный путь воспитания быстроты. Интервалы отдыха должны быть, с одной стороны, настолько короткими, чтобы возбудимость центральной нервной системы не успевала существенно снизиться, а с другой — настолько длинными, чтобы показатели вегетативных функций успевали более или менее восстанавливаться. Поэтому на тренировке стартовые упражнения надо применять сразу после разминки. В тренировочном микроцикле воспитание быстроты планируют на первый или второй день после отдыха, когда нет накопившихся следов неполного восстановления от предшествующих занятий, то есть в фазе повышенной работоспособности. Данные упражнения выполняются повторным методом.

Несомненно, большую пользу на этом этапе принесет применение в тренировочном занятии прыжков в длину с места, бросков ядра снизу-вперед, то есть таких упражнений, в основе которых лежит способность к ускорению.

Данный комплекс не претендует на полный охват всей стартовой подготовки спринтера. Он лишь акцентирует внимание тренеров и спортсменов на важных компонентах бега с низкого старта.

**Б. ТАБАЧНИК,
ВНИИФК**

ПРЫГАЕТ ЛЕОНИД БОРКОВСКИЙ



Киевлянин Леонид Борковский (родился 13 декабря 1940 г., рост 176 см, вес 75 кг) начал заниматься легкой атлетикой в 1957 году. Тренируясь под руководством заслуженного тренера УССР В. М. Типакова, спортсмен довольно быстро добился больших успехов. В 1963 году он прочно занял место в сборной команде СССР и с тех пор на протяжении десяти лет стабильно показывает в прыжках в длину результаты международного класса: 1963 г. — 7,90, 1964 — 8,03, 1965 — 8,00, 1966 — 7,99, 1967 — 7,97, 1968 — 8,04, 1969 — 8,00, 1970 — 7,89. В прошлом сезоне Леонид Борковский с результатом 7,98 возглавил

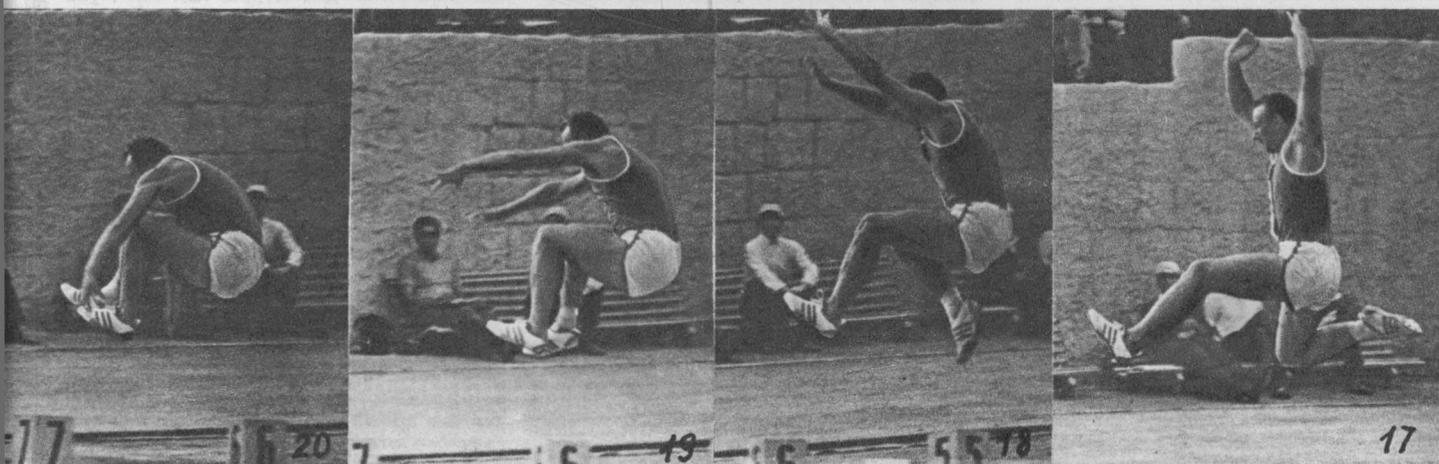
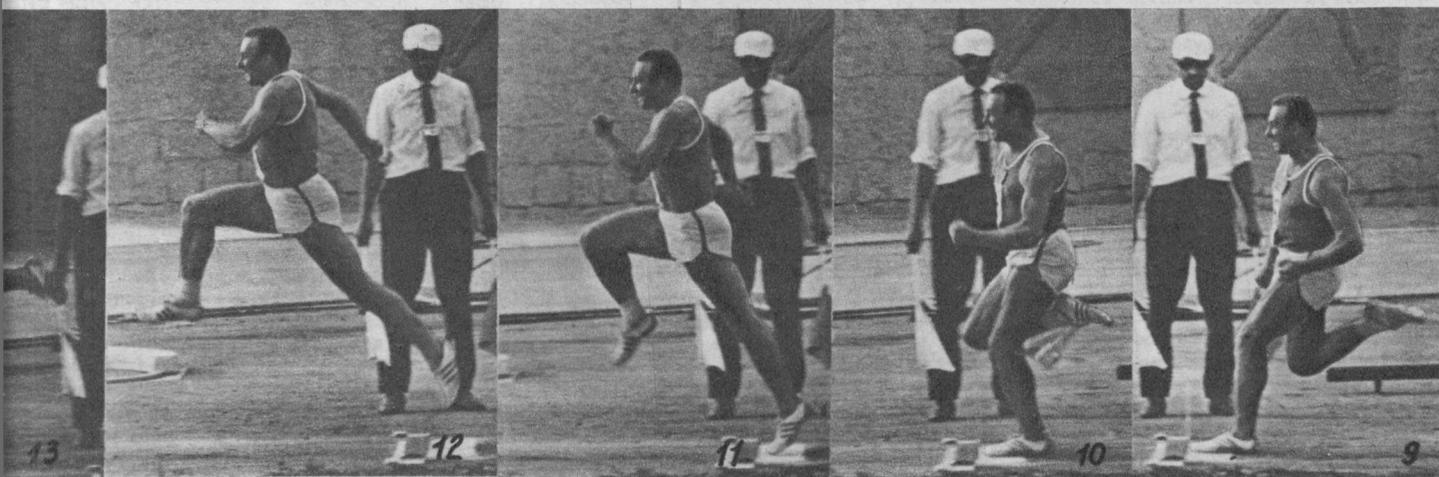
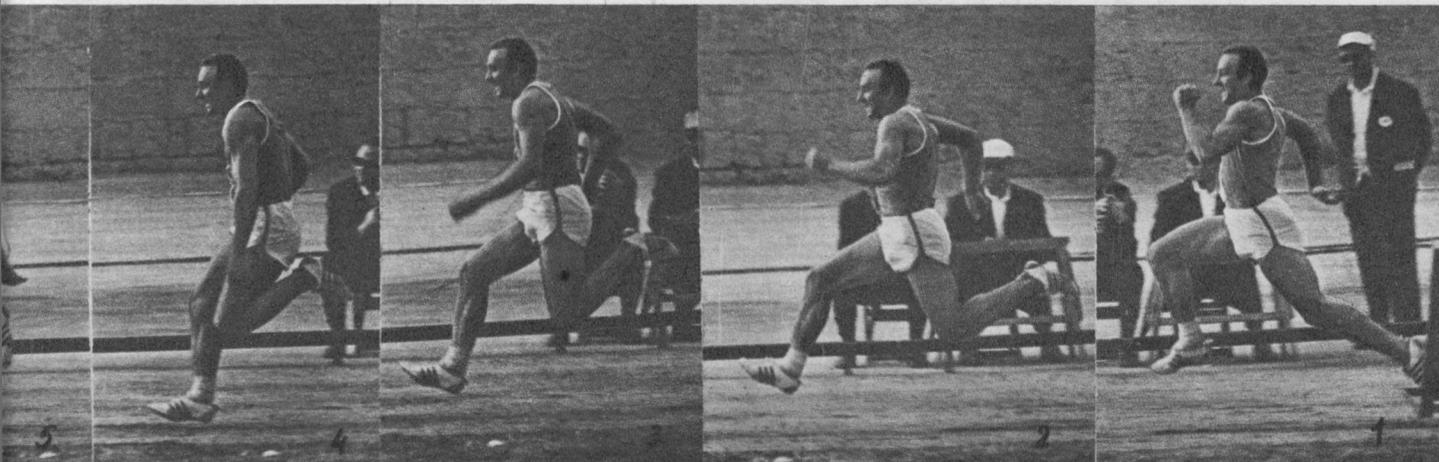
список 25 лучших прыгунов страны. На приводимой здесь кинограмме мы видим прыжок Леонида на 7,91. Что же характерно для техники прыжка нашего мастера!

Разбег Борковского (около 41 м) характерен довольно быстрым началом и высоким темпом бега, стремительностью на последних шагах перед отталкиванием (60 м Леонид пробегает за 6,7—6,8, а 100 м за 10,6). Вместе с тем спортсмену удается сохранять свободу и ненапряженность движений на протяжении всего разбега. Это заметно и на двух последних шагах перед планкой (кадры 1—8). Взгляд спортсмена направлен пря-

мо вперед, туловище расположено вертикально, руки движутся по широкой амплитуде (кадры 1—6).

На последних шагах разбега Леонид увеличивает темп бега. Достигается это за счет ускоренного сведения бедер в полетной фазе шага. После быстрого и мощного отталкивания, сопровождающегося активным выносом вперед-вверх бедра маховой ноги (кадр 1), спортсмен энергично сводит бедра (кадры 2—4). К моменту приземления маховой ноги на грунт колено толчковой ноги находится почти на одном уровне с коленом маховой (кадр 4).

Однако в этой части разбега спортс-



мен, по нашему мнению, допускает одну существенную ошибку. Стремясь удерживать плечи впереди, Борковский оставляет таз несколько сзади [кадры 3—5], что приводит к увеличению амортизации в положении вертикали [кадр 5]. Для того чтобы из такого положения быстрее выполнить постановку ноги на планку, спортсмену приходится далеко вперед вывести толчковую ногу [кадры 6—7].

Толчковая нога ставится на планку полностью выпрямленной, на всю ступню [кадр 8], после чего спортсмен стремится как можно быстрее выполнить маховое движение вперед-вверх согну-

той ногой [кадры 9—11]. Большая сила толчковой ноги и энергичный мах помогают Леониду успешно справиться с нагрузкой в отталкивании, несмотря на довольно большую амортизацию в коленном и тазобедренном суставе в момент вертикали [кадр 10].

В полете Борковский применяет способ «бег по воздуху» 2,5 шага [несколько лет назад спортсмен выполнял в полете 3,5 шага, но это приводило к излишней торопливости движений и к ошибкам в приземлении]. Такой способ характерен широким вылетом «в шаг», что хорошо заметно на кадрах 12—13. Круговые движения руками и широкая

амплитуда работы ног помогают спортсмену сохранять равновесие [кадры 14—16] и принять хорошее устойчивое положение перед приземлением [кадр 17].

Готовясь к приземлению, Борковский соединяет ноги [кадры 17—19] и высоко поднимает бедра [кадр 20]. Затем одновременно с выпрямлением ног спортсмен отводит назад руки [кадр 21]. После касания ступнями песка Леонид резко сгибает ноги и энергично выводит руки вперед, что помогает ему без потерь выйти из ямы [кадры 22—24]. Следует отметить, что все движения в полете и при приземлении Борковский выполняет образцово.

ТРЕНАЖЕР ДЛЯ МЕТАТЕЛЕЙ

В настоящее время для развития скоростно-силовых качеств спортсменов применяют упражнения с различными отягощениями (гири, гантели, штанга, набивные мячи и др.). Следует отметить, что применение этих средств наряду с целым рядом положительных моментов имеет и ряд существенных недостатков. Во-первых, они развивают скоростно-силовые качества вне структуры спортивного упражнения; во-вторых, при их применении не могут быть учтены углы приложения силы, а в метаниях — угол вылета снаряда; в-третьих, при выполнении бросковых движений снаряд выбрасывается на большое расстояние, что снижает интенсивность и плотность тренировочного занятия; в-четвертых, диапазон используемых отягощений весьма ограничен.

Для ускорения и облегчения процесса развития скоростно-силовых качеств копьеметателя нами совместно с В. Козловым и С. Хрустальвым была разработана установка, при использовании которой контролируется угол вылета снаряда, угол приложения силы и сохраняется структура целостного упражнения с неограниченными возможностями применения различных отягощений, включая и статический режим работы.

Конструкция установки проста и не требует больших материальных затрат при изготовлении. Установка дает возможность строго дозировать интенсивность и объем тренировочной нагрузки с помощью регистрации используемых сопротивлений и количества повторений.

Эффективность тренировочной работы по развитию скоростно-силовых качеств метателей достигается путем выполнения бросковых движений с использованием широкого диапазона сопротивлений при постоянном угле приложения силы и заданном угле вылета снаряда.

На рис. 1 представлен общий вид установки в действии, на рис. 2 — вид установки сбоку, на рис. 3 — вид установки сверху. Узел сопротивлений представляет собой вал (1), выполненный в виде восьми дисков разных диаметров с отверстиями (2) и крестовины (3) с грузами (4), вращающийся в подшипниках (5). Трос (6) наматывается на один из дисков, закрепляясь в отверстии (2). Вал с крестовиной крепится на сварной станине (7). На стойках (8—9) при помощи зажимов (12) укреплена направляющая (10) с ограничителем (11). По направляющей скользит ролик (13), приводимый в движение спортсменом.

Спортсмен занимает исходное положение (рис. 1), берется за ролик (13), соединенный с тросом (6), намотанным на один из дисков вала, на котором укреплен крестовина с грузами. Диаметр диска определяет величину сопротивления (чем он меньше, тем больше сопротивление, и наоборот). Таким образом создается около 300 вариантов сопротивлений (от 1 до 4800 кг). В зависимости от программы тренировки трос крепится к определенным дискам. Спортсмен выполняет упражнение, разгоняя ролик по направляющей, тем самым раскручивая вал и преодолевая силу его инерции.

По окончании движения ролик скатывается от ограничителя назад, вал продолжает вращаться по инерции, и трос наматывается в исходное положение, создавая условия для многократных повторений упражнения.

В практике, чтобы получить сдвиг в уровне специальной силовой подготовленности, применяются отягощения весом до 3—4 кг при количестве повторений 8—10 тыс. бросков в год, что требует больших затрат энергии и времени.

Применение же данной установки позволяет выполнять бросковые движения с большим набором сопротивлений — от незначительных до максимальных при полном сохранении структуры спортивного упражнения. Поэтому для развития специальных качеств метателей можно использовать большие отягощения, что сокращает время для достижения определенного уровня специальной силовой подготовленности, значительно уменьшая объем бросковой работы. При этом очень важно, что спортсмен не ощущает действия силы тяжести отягощения, что и позволяет сохранить структуру движения. При помощи установки можно избирательно воздействовать на определенные группы мышц при выполнении отдельных элементов движений.

В метаниях спортсмен часто «пропускает» какую-то часть финального усилия, опаздывая приложить силу в нужный момент из-за недостаточного уровня скоростно-силовой подготовленности. Применяемые в практике средства не способствуют устранению указанных недостатков, ввиду того что вес отягощения при выполнении движения постоянен. Используя установку, можно задавать определенную программу сопротивлений в финальной части движения, последовательно наматывая трос на диски различных диаметров. Как было указано ранее, каждому диску в зависимости от его диаметра соответствует опре-

СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА МЕТАТЕЛЕЙ

Постоянное соперничество в спорте представителей различных национальных школ способствует неуклонному росту достижений. Такой рост характерен и для легкоатлетических метаний.

В повышении результатов метателей, несомненно, определенную роль играют правильные методы отбора, своевременная специализация, совершенствование методики обучения технике, повышение квалификации тренеров и т. д. Но одним из главных моментов на современном этапе является открытие новых и усовершенствование существующих методик развития силы.

При анализе существующих методов силовой подготовки создается впечатление некоторой односторонности, которая сводится к развитию спортсменами главным образом абсолютной силы. Известно, что метатели должны много времени уделять развитию и абсолютной силы, и так называемой «взрывной силы», и, в некоторой степени, силовой выносливости. Поэтому появилась необходимость в создании такого специализированного метода, который бы обеспечивал одновременное развитие всех перечисленных

выше качеств. Такой метод был теоретически обоснован и впоследствии подвергнут практической проверке в спортивной школе г. Пловдива.

Основным в этом методе является то, что наряду с выполнением большого объема силовых упражнений в повторном режиме работы спортсмены включали в промежутки между отдельными подходами к штанге серии специальных прыжковых упражнений.

Функциональное воздействие прыжковых упражнений более слабое, чем воздействие упражнений со штангой, однако:

1) благодаря более высокой интенсивности прыжки оказывают положительное влияние на скорость протекания процессов возбуждения и торможения;

2) при этом создаются многочисленные очаги возбуждения в ЦНС, а значит, и новые рефлексы, которые благоприятствуют трансформации «голой» силы во «взрывную»;

3) смена очагов возбуждения отодвигает начало процесса торможения;

4) прыжковые упражнения являются своеобразным «мостиком» между сило-

выми упражнениями со штангой и упражнениями «взрывного» характера;

5) выполнение прыжков «на фоне» больших объемов силовых упражнений вызывает более глубокие функциональные сдвиги в нервно-мышечном аппарате спортсмена, чем те же упражнения, выполняемые в отдельном занятии;

6) прыжковые упражнения являются в то же время своеобразной формой активного отдыха от силовых упражнений и позволяют затем вновь увеличить силовую нагрузку;

7) периодическое применение контрольных упражнений, требующих от спортсмена проявления максимальных усилий, углубляет фазу пессимума, что, как известно, способствует затем более высокой экзальтации (работоспособности на более высоком уровне).

В основу работы со штангой мы положили метод, предложенный БФА (Болгарская федерация легкой атлетики). В этом методе интенсивность выполняемой нагрузки вычисляется в процентах от максимального результата соответствующего движения для каждого метателя отдельно. А объем нагрузки — в

деленная величина сопротивления. Например, если программируется большее сопротивление в начале движения и меньшее в конце, трос наматывается вначале на диск с большим диаметром, а затем переходит на диск с малым диаметром. При программе с меньшим сопротивлением в начале движения и большим в конце трос наматывается сначала на диск меньшего диаметра и переходит на больший.

Помимо применения направляющей имеется возможность использования основного снаряда — копья. При этом трос крепится к хвостовой части копья, а угол метания определяется перемещением блока, который устанавливается на стойке (8). Спортсмен может выполнять финальное движение как с места, так и с одного-трех шагов подбега.

Кроме копьеметателей использовать данную установку в своей тренировке могут толкатели ядра, метатели диска и молота. Это осуществляется с помощью изменения угла направляющей (при толкании ядра) и применением специальных рукояток и дополнительных блоков, устанавливаемых в другой плоскости (горизонтальной) для метания диска и молота.

Установка позволяет выполнять упражнения как в преодолевающем, так и в уступающем режимах работы мышц, если трос закреплен на диске. После выполнения работы в преодолевающем режиме вал по инерции продолжает вращаться, тем самым наматывая трос в обратном направлении, и создается нагрузка на мышцы, работающие в уступающем режиме.

Установка с успехом может быть использована в тренировке спринтера для повышения уровня специальной силы. Трос крепится к специальному поясу, давая возможность спортсмену выполнять бег со старта как с постоянным сопротивлением, так и с переменным, в зависимости от программы трениров-

ки. Например, на первых 5 метрах можно создать большое сопротивление, постепенно уменьшая его до бега без отягощения (трос освобождается из отверстия диска). При другой программе сопротивления можно постепенно увеличивать, чего нельзя создать ни одним существующим в настоящее время средством тренировки. Это ставит специальную тренировку спринтера на совершенно иной уровень, что особенно важно

на этапе высшего спортивного совершенствования.

В силовой тренировке упражнения со штангой (тяги с большими и предельными весами, «протяжка», рывок и др.) можно заменить упражнениями с использованием данной установки.

**В. БАБАНИН,
Р. ЕРМИШКИН,
ВНИИФК**

силовых единицах. Эталон силовой единицы = 1 подходу к весу равному 100 — 95% от максимального = 2 повторениям с весом 90% = 4 повторениям с 85% = 6 — с 80% = 8 — с 75% = 10 — с 70% и 12 — с 60% (Н. Буков).

Такой подход дал нам возможность достичь в работе с метателями самой строгой индивидуализации тренировки.

Кроме того, мы включали в силовую тренировку со штангой после каждых 5 подходов по 3 серии подскоков или прыжков, количество которых в одной серии зависит от конкретных задач этапа. Месячные тренировочные циклы были построены таким образом, что после трех недель объемной работы со штангой применялись контрольные тесты для проверки ее эффективности. В недельных циклах тренировочная нагрузка распределялась между тремя основными упражнениями для развития силы следующим образом: в понедельник — в основном жим лежа, в среду — приседания и полуприседы со штангой на плечах, в пятницу — тяги (толчковая и рывковая) и рывки штанги. По существу, это основные движения, которые входят в контрольные тесты и которые вместе с прыжковыми упражнениями характеризуют наш метод.

Общий объем работы в подготови-

тельном периоде составлял 597 с. е. (силовых единиц) и 4370 прыжков: в январе — 134 с. е. с интенсивностью 60% и 1770 прыжков, в феврале — 180 с. е. с интенсивностью 70% и 935 прыжков, в марте — 233 с. е. с интенсивностью 80% и 1665 прыжков. В каждом месяце одна неделя посвящалась проведению контрольных тестов. Объем нагрузки в такой неделе составлял 16 с. е. с интенсивностью 85 — 100%.

В нашем эксперименте участвовали метатели спортивной школы Пловдива. Они были распределены на две группы: первая — 10 спортсменов I и II разряда, вторая — 14 спортсменов III разряда. Методы исследований были следующие: 1) педагогическое наблюдение в процессе занятий; 2) регистрация результатов в жиме лежа, приседаниях, тягах штанги, рывке и в пятикратном прыжке с места; 3) методы медицинского контроля. При обработке данных использовались математические, графические и статистические методы.

Контрольные испытания, проведенные в конце эксперимента, дали следующие результаты. Абсолютный прирост результатов в первой группе в приседаниях со штангой на плечах равен 32 кг (относительный прирост — 29,5%), в жиме лежа — 26 кг (34,66%), в тяге штанги —

26 кг (34,4%) и в рывке штанги — 20,75 кг (34,75%). Во второй группе (спортсмены невысокой квалификации) также был отмечен значительный прирост — как абсолютный, так и относительный — результатов во всех упражнениях.

На основе анализа результатов нашего исследования можно сделать следующие выводы:

1. Предложенный нами метод достаточно эффективен для повышения абсолютных результатов метателей в основных контрольных упражнениях, причем абсолютный прирост повышается с ростом квалификации спортсменов.

2. Предложенный метод обеспечивает равномерное (без снижений) повышение уровня силовой подготовленности метателей.

3. Метод обеспечивает также параллельное повышение уровня как абсолютной, так и взрывной силы.

4. Сравнение нашего метода с другими методиками развития абсолютной и взрывной силы метателей говорит о его большой эффективности (сравнение проведено по литературным источникам).

**К. ДИМИТРОВ,
Д. БАХЧЕВАНОВ**

Болгария

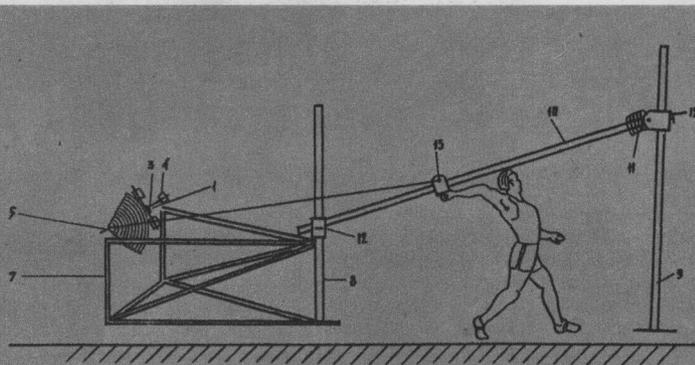


Рис. 1

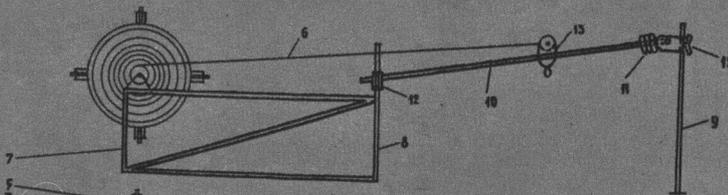


Рис. 2

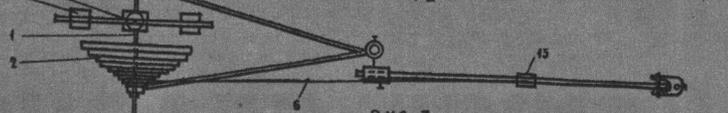


Рис. 3



На фото Е. Волкова Геннадий Близнецов

НАКАНУНЕ ГЛАВНОГО СТАРТА

В. ГЕСЕЛЕВИЧ,
кандидат медицинских наук

Завтра предстоит серьезный экзамен, где важно не просто получить удовлетворительную оценку, а сдать на «отлично»... Вы собираетесь быть летчиком или космонавтом, и завтра тот единственный день, когда медицинская комиссия может решить все... Годы труда и поисков позади, и завтра кафедра Ученого совета станет для вас последним оплотом на защите диссертации... «Завтра!» Сколько людей лишалось сил, теряло самообладание, трезвость расчета накануне решающего в их жизни события, решающего старта!

Спорт немислим без соревнования. Только в непосредственной борьбе возможно преодоление самого себя, завоевание мировых рекордов, стремление человечества к совершенству. В соревнованиях наиболее полно раскрывается умение работать на пределе своих возможностей, стремление победить, обуздать свои эмоции. Повышенное эмоциональное возбуждение, нарушение сна, раздражительность, потливость, рассеянность, частый пульс, повышение артериального давления и ряд других признаков нередко возникают еще задолго перед выходом на старт. Это так называемое предстартовое состояние, хорошо знакомое каждому спортсмену.

Предстартовое состояние накануне ответственных соревнований — необходимая условнорефлекторная реакция настроек организма. Степень выраженности эмоциональных сдвигов накануне главных стартов и их тип зависят от многих факторов. Немалое значение имеют особенности нервной системы, состояние здоровья, тренированности, спортивная конкуренция, взаимоотношения в семье и коллективе, мера ответственности, масштаб соревнований и т. п.

Предстартовое состояние делят на боевую готовность, стартовую лихорадку и апатию. Наблюдаются также патологические (болезненные) типы эмоциональных реакций.

За последние годы в спортивной печати и специальной литературе появилось немало публикаций, в которых широко обсуждается вопрос о морально-волевой или психологической подготовке к соревнованиям. Многие поражения рассматриваются прежде всего как свидетельство определенных дефектов с этих позиций. Работая на протяжении почти 20 лет в большом спорте, мне как врачу приходилось многократно наблюдать различные причины сенсационных побед и горьких поражений фаворитов. Наш опыт, опыт спортивной практики, научные исследования позволяют сегодня классифицировать этапы предстартовой подготовки.

Ошибочны представления тех, кто убежден в необходимости психологических приемов только накануне стартов. Предстартовая подготовка начинается с того момента, когда вы впервые переступаете порог спортивной раздевалки.

Мы различаем в этой связи несколько условных этапов на пути к главным стартам. Это этапы перспективной, непосредственной стартовой подготовки, подготовки в процессе самих соревнований и послесоревновательные (восстановительные) мероприятия. Каждый из этих этапов имеет свои особенности, но в рамках небольшой статьи об этом говорить трудно. Подробно все эти вопросы освещены в нашей брошюре «Предстартовое состояние спортсмена» («Физкультура и спорт», 1969).

Стартовой подготовкой можно назвать те 2—3 дня, которые легкоатлет проводит накануне серьезного испытания.

Уже сама обстановка, отличающая крупные состязания от промежуточных стартов, является сильным возбудителем нервной системы. Общий ажиотаж, сопровождающий эти предсоревновательные дни, невольно передается руководителям, тренерам, спортсменам и обслуживающему персоналу. Замечено, что настоящая «эпидемия» предстартового состояния может возникнуть при излишней нервозности руководителей и тренеров. Боязнь командного проигрыша, завышенные требования к лидерам, необоснованно частые «накачки», афиширование трудностей — вот основные приводы повышенных эмоциональных реакций.

В эти дни правильнее в спокойных беседах, лучше один на один, решать конкретные задачи, проводя и психотерапевтическое убеждение. Полезно подчеркнуть сильные стороны каждого спортсмена, вселяя уверенность и бодрость духа. Это особенно важно для тех легкоатлетов, которые испытывают неуверенность после небольшой травмы, а также тем, кого ожидает встреча с грозными соперниками.

Ожидание старта — трудное испытание. Прежде всего спортсмен должен иметь определенные (несрочные и невозбуждающие) дела, связанные с текущими интересами. Это могут быть учебные задания, выпуск стенгазеты, перевод с иностранного языка или изучение грамматических основ, рыбная ловля, неумтомительная прогулка в лесу с выполнением конкретного задания (сбор ягод, грибов), рисование, фотоработы, игра на музыкальных инструментах, монтаж любительского кинофильма, ремонт спортивного инвентаря, подгонка спортивной форма, техническое обслуживание автомашины, вязание и т. п.

При выборе театрального спектакля, кинофильма, книги для чтения лучше отдавать предпочтение героическим сюжетам, описывающим военные подвиги; детективам с описаниями деяний людей, сильных духом. Неплохо послушать в спокойной обстановке любимые мелодии. Азартные игры не рекомендуются. Их лучше заменить легкими партиями в шашки или шахматы.

Аккумуляция нервной энергии не должна сопровождаться резким снижением двигательной активности. В связи с индивидуальным планом, спецификой вида, акклиматизацией в большинстве случаев полезно использовать эти дни для тренировок, как и обычно выполняя утреннюю зарядку.

Определенные трудности возникают в предстартовые дни у девушек и женщин в менструальный период. Примерно в 25% случаев наблюдается известное ухудшение состояния в дни, предшествующие менструации. В статье «Без вреда для здоровья», опубликованной в № 3, были даны советы спортсменкам. Хотелось бы добавить, что для того, чтобы подойти к важнейшему старту в лучшем функциональном состоянии, заранее по совету врача можно изменить сроки менструального цикла. Однако частое вмешательство в гормональную регуляцию опасно для здоровья.

Одним из методов регулирования предстартового состояния и настройки на результат является самовнушение. Опытные спортсмены интуитивно выбирают для себя определенную схему самовнушения. Например, некоторые атлеты, не смотря на свою хорошую подготовленность, поддерживают версию о плохой подготовке, травме, тем самым как бы снижая для себя ответственность за результат.

Настраиваясь на крупных соревнованиях только на победу, можно, как говорят, «перегореть». Поэтому, готовясь к старту, более правильно внушать себе: «Ты хорошо подготовлен, результат близкий к рекордному ты показывал на прикличках. В чем же дело?».

Умение на соревнованиях увлекаться самой борьбой, пожалуй, наиболее рациональная система самовнушения. Однако ряд спортсменов находит возможным снизить для себя значимость даже крупнейших соревнований, говоря себе: «Ведь эти состязания просто рядовой старт».

Приводя типичные формулировки, известные из практики, мы ни в коей мере не считаем, что даем окончательный рецепт. Внутренняя убежденность спортсмена, то интимное, что скрыто от непосвященных, может быть направлено в нужное русло только людьми, которые пользуются безусловным доверием и уважением. Психотерапевтическое убеждение из уст авторитетных руководителей, тренеров и врачей создаст тот необходимый фон, который невольно направит мысли спортсмена по правильному пути.

Одним из методов самовнушения является аутогенная и психорегулирующая тренировка. Спортсмен, хорошо овладевший этим методом, имеет возможность, последовательно концентрируя внимание на изменении мышечного тонуса частей своего тела, воздействовать тем самым на эмоциональное состояние.

Этот метод используется для успокоения в предстартовом состоянии, для лучшего засыпания; при активизирующем завершении — для мобилизационной готовности перед стартом.

Можно ли пользоваться медикаментозными средствами в предстартовом состоянии? Этот вопрос правомерен. Ведь в настоящее время введен антидопинговый контроль. В нашей стране также создана антидопинговая служба.

По назначению врача в предстартовые дни спортсмен может проходить лечение в связи с выраженными эмоциональными реакциями. Однако естественно, что в этот период не следует применять наркотики, запрещенные правилами соревнований и документами Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). При нарушениях сна возможно использование антигистаминных препаратов (супрастин, димедрол), легких снотворных (например, ноксирон), препаратов валерианового корня, а при необходимости и малых транквилизаторов (триоксазин). Все указанные средства назначаются врачом в лечебных целях и не являются стимуляторами, вредно влияющими на здоровье.

За сутки до выступления обычно проводится тренировка, совпадающая по времени с моментом первого старта, или вечерняя разминка. Если представляется возможным, то желательно провести тренировку на спортивном ядре, где будут проходить основные или квалификационные соревнования. Предварительно полезно не спеша ознакомиться со спортивным объектом, изучить расположение помещений, места сбора и выхода участников, сигнализацию и информационные щиты, наметить ориентиры, учесть вентиляцию, влажность и температуру воздуха, «розу ветров». Бегунам на сверхдлинные дистанции, скороходам важно ознакомиться с профилем трассы, отметить в памяти сложные участки, оценить особенности грунта и решить некоторые основные тактические задачи.

Разминка на последней тренировке проводится в спокойном, подчеркнуто замедленном темпе, в теплом тренировочном костюме. Тренироваться накануне старта с «боевой» настройкой не оправдано. Очень высокая возбудимость нервной системы накануне старта может привести к эмоциональной разрядке, и на следующий день спортсмен может потерять ту свежесть, которая необходима на соревнованиях.

Этот день должен быть распланирован так, чтобы создать спокойный, размеренный, исключающий всякую спешку образ жизни. Мысли невольно возвращаются к тому, как сложится борьба, каковы шансы фаворитов. Желательно избежать разговоров, подогревающих спортивный азарт, не надо ожесточенно спорить о возможном исходе состязания.

Ложиться в постель накануне старта слишком рано не имеет смысла. Состояние спортсмена накануне старта можно считать оптимальным, если оно характеризуется «спокойной сосредоточенностью».

Завтра старт. Этот старт важен не только для тебя. Вместе с тобой стартуют все, кому ты дорог. Не надо делать ничего сверхъестественного. Помни, что ты сильнее, чем думаешь. Человеческие резервы безграничны, а воля и мужество удесятятую силу.

В ТВОРЧЕСКУЮ ЛАБОРАТОРИЮ ТРЕНЕРА

МОЛОДЫМ МЕТАТЕЛЯМ МОЛОТА

В серии «Библиотечка легкоатлета» вышла брошюра Е. М. Шувевича и М. П. Кривоногова «Метание молота» (ФИС, 1971, объем 2 л., тираж 20 000 экз., цена 17 коп.). Книга рассчитана на широкий круг читателей: она может служить учебным пособием для начинающих метателей, и вместе с тем спортсмены высших разрядов и тренеры найдут в ней много полезных советов и сведений. Огромный тренерский опыт авторов и их высокие спортивные заслуги придают особый авторитет излагаемому материалу.

Открывая книгу, читатель прежде всего найдет в ней сведения из истории зарождения и развития этого вида легкой атлетики. Причем авторы отмечают тот огромный вклад, который сделали представители советской школы метания молота, тем самым как бы призывая читателей продолжать лучшие традиции советских метателей.

Излагая основы современной техники и методики тренировки, авторы подчеркивают высокий уровень современного развития метания молота, требующего от спортсмена не только отличного физического развития, отточенной техники и тактического мастерства, но и морально-волевых качеств, и теоретических знаний. В разделе «Основы техники метания молота» достаточно полно изложены закономерности, которым подчиняется

движущаяся система «метатель—молот», приводится наиболее целесообразный ритм движений; читатель узнает о том, как добиться высокой начальной скорости снаряда и под каким углом выгоднее направлять его в поле. Использование законов биомеханики при изложении материала придает особую убедительность приведенным рекомендациям.

Тщательному разбору подвергнуты основные фазы броска: исходное положение, предварительные вращения, повороты (вход в поворот, одноопорная фаза и выход из поворота с двухопорной фазой). Особо выделена авторами фаза финального усилия. Излагаемый материал сопровождается цифровыми характеристиками бросков сильнейших метателей. Очевидную пользу принесет разбор ошибок, которые могут возникнуть при изучении и совершенствовании техники метания молота, тем более что авторы приводят целый арсенал средств, способствующих их устранению.

Следующий раздел посвящен описанию системы тренировки метателей молота. Здесь систематизированы основные физические упражнения, применяются метателями. Подробно рассматривается система развития силы различных групп мышц. Это показывает, какое большое значение авторы придают совершенствованию физических качеств спортсмена.

В разделе излагаются основы планирования и периодизации тренировки, особенности тактической и психологической подготовки метателей и другие вопросы. Приводятся примерные недельные циклы тренировочных занятий Р. Клима и сведения о сильнейших метателях молота. Дается характеристика основных средств тренировки спортсменов высших разрядов. При написании книги авторами широко использовались результаты собственных исследований, а также новейшие материалы научных работ.

В заключение авторы подчеркивают, что слепое копирование методов тренировки и техники метания ведущих спортсменов редко приносит успех; каждый выдающийся спортсмен имеет свою систему подготовки и свои индивидуальные особенности спортивной техники. Будь то Коннолли или Руденков, Клим или Бондарчук, каждый из них достиг мастерства за счет того нового, что было внесено им в тренировку. Поэтому, предлагая читателям свою книгу, авторы стараются пробудить у них живую творческую мысль. Только используя опыт лучших спортсменов и отыскивая свои собственные пути совершенствования, можно прийти к вершинам спортивного мастерства.

Ю. БАКАРИНОВ,
кандидат биологических наук



ТАМАРА ТЫШКЕВИЧ



„ЮНЫЙ СУДЬЯ“

ПРЫЖКИ В ДЛИНУ И ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК

Для проведения соревнований по прыжкам в длину и тройным создаются бригады судей. Перед началом соревнований старший судья на виде проверяет правильность подготовки мест. Как известно, в соревнованиях по этим видам легкоатлетической программы спортсмены совершают прыжки в яму с песком с деревянного бруска шириной 20 см, длиной 122 см и толщиной 10 см, плотно укрепляемого в земле и окрашенного в белый цвет. За дальним (считая со стороны разбега) краем бруска вдоль всей его длины делается полоса из слоя пластилина шириной 10 см, укладываемого горизонтально, заподлицо с бруском (поверхностью дорожки для разбега). Необходимо помнить, что расстояние от бруска до дальнего края ямы у молодых легкоатлетов в прыжках в длину должно быть не менее 8 м, а в тройном прыжке 15—16 м.

Приступая к судейству соревнований, судьи должны постоянно помнить, что необходимо создать такую обстановку на секторе (конечно, соблюдая все правила), которая будет способст-

вовать показу наивысших результатов. После проверки спортсменами разбега сразу же начинаются соревнования.

Судья-секретарь громко и четко вызывает участников, согласно их расположению в протоколе, для выполнения попыток. Одновременно он просит подготовиться следующих одного-двух прыгунов. При удачном прыжке старший судья говорит «Есть» и поднимает белый флажок. Затем его помощники измеряют длину прыжка и старший судья громко произносит показанный результат с тем, чтобы его слышали секретарь, судьи, показывающие результаты на демонстрационном табло, и сами участники. При неудачном прыжке (заступ, пробегание или нарушение в яме) следует команда «Нет», и поднимается красный флажок. На школьных соревнованиях старший судья может показывать участнику место, где он оттолкнулся. Это исключит подсказки с трибун и обращение за советами к тренеру. Результат прыжка измеряется от ближайшей к бруску точки следа, оставленного в яме любой частью тела прыгуна. Измерение производится от колышка, отмечающего след, по кратчайшей линии, перпендикулярной бруску (или его продолжению). При измерении нулевая отметка рулетки должна быть у колышка, а результат читается на пересечении рулетки и ближнего к яме

Лето 1941 года Тамара встретила в деревне Иконки Витебской области, куда родители отправили ее на каникулы. Там девочку и застала война. Витебская область была оккупирована, и в деревне расположился фашистский гарнизон. Началась жизнь, полная тревог и опасностей. Школу фашисты закрыли, по вечерам нельзя было показываться на улицах. И все же десятилетняя Тамара вместе с другими ребятами ухитрилась незаметно для оккупантов переправлять хлеб партизанам...

Лишь в 1945 году Ефросинья Ниловна, мать Тамары, перевезла дочку в родной Ленинград. В школе Тамара занималась гимнастикой, плаванием, но без особого успеха. А осенью 1947 года произошла ее встреча с Виктором Ильичом Алексеевым, который частенько заходил в школу на уроки физкультуры. Опытный взгляд тренера сразу отметил резкость и быстроту движений Тамары, которая бросала набивной мяч намного дальше своих подруг. Так Тамара пришла в легкоатлетическую школу Алексеева.

Через год после начала занятий Тамара пробежала 100 м за 13,3, прыгала в высоту на 140 см и толкала ядро за 9 м. А еще через два года она выполнила в толкании ядра норматив I разряда.

В 1952 году советские спортсмены впервые выступили на XV Олимпийских играх в Хельсинки. В их числе была и Тамара Тышкевич, мастер спорта СССР, обладательница третьего в мире достижения в толкании ядра — 14,98. Однако первый олимпийский старт не принес девушке большого успеха — она заняла четвертое место, «недобрав» до личного рекорда более полуметра.

Последующие годы Тамара провела как бы в тени блестящих достижений Галины Зыбиной, которая за это время установила около десяти мировых рекордов. Но на I Спартакиаде народов СССР в 1956 году наступил перелом. Тамара Тышкевич впервые на крупных состязаниях опередила свою подругу и стала победительницей. Дуэль продолжалась и на XVI Олимпийских играх в Мельбурне. Галина Зыбина лидировала до заключительной, шестой попытки, но именно в ней Тышкевич сумела послать ядро на 6 сантиметров дальше рекордсменки мира и одержала победу с олимпийским рекордом 16,59!

За выдающиеся спортивные достижения заслуженный мастер спорта Тамара Тышкевич была награждена орденом Трудового Красного Знамени.

края бруска отталкивания (или его продолжения).

По окончании предварительных соревнований проводится финал с участием восьми спортсменов. Если все прыгуны прыгали на данном секторе, то судьи должны быстрее начать проведение финала. В финале каждому участнику дается еще три попытки. Если участников окажется 8 человек или меньше, то они все допускаются к финалу, за исключением случая, когда спортсмен в предварительных соревнованиях не имел ни одного зачитанного прыжка.

Выявление победителя и определение всех последующих мест между участниками производится по лучшему результату из всех шести попыток (предварительных и финала). В том случае, если два или несколько участников показали одинаковые результаты, места между ними распределяются по лучшим результатам из остальных прыжков. Например, прыгун А показал следующую серию результатов: 15,20, 15,37, 14,86, 15,23, 14,95, 15,02, а прыгун Б — соответственно 15,24, 0, 0, 0, 14,42, 15, 37, в этом случае преимущество получает прыгун Б, как имеющий лучший результат в остальных прыжках — 15,24 против 15,23 у прыгуна А.

С. КУЗНЕЦОВ,
заслуженный мастер спорта,
заслуженный тренер СССР





ПАМЯТИ ПАВШИХ ГЕРОЕВ

Во второй мировой войне от рук фашистов погибло свыше 50 миллионов человек. Среди них 20 миллионов советских граждан, 6 миллионов граждан Польши, 2 миллиона — Югославии, 400 тысяч — Чехословакии. Огромен этот скорбный перечень жертв фашизма. Немало среди них национальных героев, отдавших жизнь за свободу своих народов, ставших на путь социализма.

О трех из них — спортсменах и патриотах — мы рассказываем в этом номере «Юного олимпийца».



20 июня 1940 года под Варшавой рука фашистского палача оборвала жизнь выдающегося польского спортсмена Януша Кусочинского. Насыщенная стартами спортивная биография Кусочинского, его борьба на дорожках с не знавшими дотоле себе равных в беге на длинные дистанции финнами Исо-Холло и Виртаненом украшена завоеванием золотой олимпийской медали в беге на 10 000 м на Играх 1932 г. в Лос-Анджелесе. Сын варшавского пролетариата, Януш Кусочинский в дни гитлеровского нашествия показал себя настоящим патриотом — антифашистом.

В сентябре 1939 г. Януш в составе отряда добровольцев одним из первых встал на защиту Варшавы и мужественно сражался с врагом на подступах к столице. Вскоре после того как оккупанты заняли город, Кусочинский был арестован, его пытали, но он не произнес ни слова...

Так оборвалась жизнь замечательного польского спортсмена и патриота Януша Кусочинского.

Трагична и судьба чехословацкого бегуна Евжена Рошицкого. Он был злодейски вырван из жизни пулями, направленными взводом гестаповцев 25 июня 1942 го-

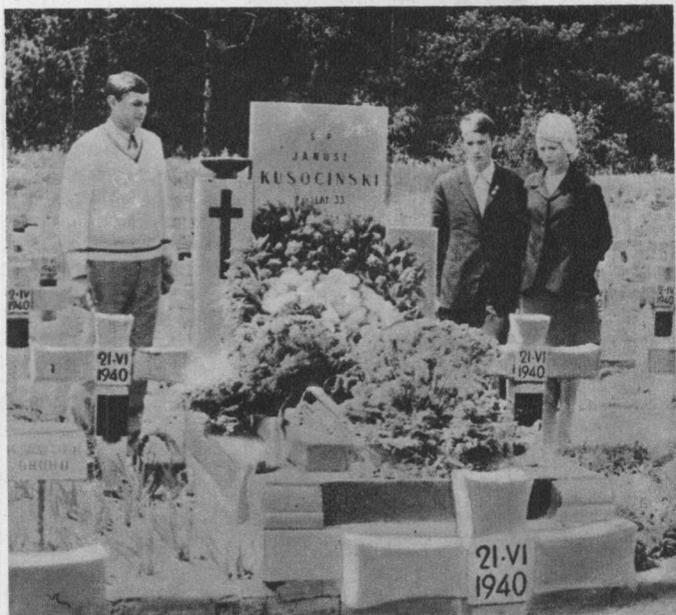
да. Его обвиняли в причастности к покушению на наместника Гитлера в Чехии и Словакии Гейдриха. Бок о бок с Евгеном был расстрелян его отец Ярослав. Чехословацкий народ чтит память о выдающемся спортсмене — восьмикратном рекордсмене и семикратном чемпионе страны в беге на 800 м и 400 м с барьерами.

Евжен Рошицкий был великолепным журналистом. Он работал в редакции газеты «Руде право» рядом с национальным героем Юлиусом Фучиком, с которым его связывала не только журналистская деятельность, но и крепкие товарищеские узы коммунистов.

Наряду с советскими воинами, сражавшимися на территории Югославии, было много и спортсменов-антифашистов, отдавших жизнь за освобождение своего народа от немецко-фашистского ига. Среди них был и Борис Ханжекович, рекордсмен Югославии 1939 и 1940 гг. в беге на 110 м с барьерами. Коммунист Хан-

жекович был расстрелян при попытке к побегу охраной концентрационного лагеря Ясиновац в последние дни войны.

В память о выдающихся спортсменах-патриотах после войны ежегодно проводятся соревнования — Мемориалы Кусочинского, Рошицкого, Ханжековича, прочно вошедшие в международный спортивный календарь. Эти соревнования стали важными событиями мировой легкоатлетической жизни. На этих состязаниях всегда стартует большая группа легкоатлетов из разных стран мира — олимпийских чемпионов, рекордсменов Европы и мира. Среди участников соревнований, отдающих дань светлой памяти спортсменом-антифашистов, постоянно выступают и советские легкоатлеты. В этом году Мемориалы проводятся в июне: 4 июня в Загребе — Мемориал Бориса Ханжековича, 21 июня в Праге — Евжена Рошицкого и 27—28 июня в Варшаве — Януша Кусочинского.



Советские спортсмены — участники Мемориала Януша Кусочинского 1971 г. — Борис Савчук, Валентин Таратынов и Сармите Штула у могилы героя Фото мастера спорта СССР международного класса Юрия Алексашина

На photographиях сверху (слева направо): Януш Кусочинский, Евжен Рошицкий и Борис Ханжекович Редакция «Легкой атлетики» сердечно благодарит редакции журналов «Легкоатлетика» [Варшава], «Атлетика» [Прага] и газеты «Спортске новости» [Загреб] за любезно присланные ими фотографии героев-антифашистов.





ОЛИМПИЙСКИЕ

В ЭТОМ НОМЕРЕ ЖУРНАЛА ПУБЛИКУЕТСЯ ПРЕДПОСЛЕДНЯЯ СТАТЬЯ ИЗ ЦИКЛА «ОЛИМПИЙСКИЕ ФАВОРИТЫ». ОНА СДАВАЛАСЬ В НАБОР В КОНЦЕ АПРЕЛЯ, И МЫ, ЕСТЕСТВЕННО, НЕ МОГЛИ УЧЕСТЬ РЕЗУЛЬТАТОВ, ПОКАЗАННЫХ СИЛЬНЕЙШИМИ ЛЕГКОАТЛЕТАМИ МИРА В НАСТУПИВШЕМ ЛЕТНЕМ СЕЗОНЕ. ДУМАЕТСЯ, ЧТО С УЧЕТОМ ПОСЛЕДНИХ РЕЗУЛЬТАТОВ НАШИ ЧИТАТЕЛИ СМОГУТ НАГЛЯДНО ПРЕДСТАВИТЬ СЕБЕ СООТНОШЕНИЕ СИЛ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ.

Фавориты

(Продолжение. Начало см. в № 1—5, 1972 г.)

МЕТАНИЯ МУЖЧИНЫ

Ядро

Долгие годы гегемонию в толкании ядра удерживали американские метатели. Но бурный прогресс легкой атлетики в ГДР, передовая методика тренировки в этой братской стране позволили немецким спортсменам на равных бороться с океанскими соперниками. Достаточно сказать, что по итогам предолимпийского сезона метатели ГДР вышли на первые места: рекордсмен Европы Ханс-Иоахим Ротенбург (1944 г. р., рост 185 см, вес 106 кг) — 21,12 и его соотечественник чемпион континента Хартмут Бризеник (1949 г. р., рост 191 см, вес 108 кг) — 21,08 возглавляют список сильнейших мира за 1971 г. Второй раз за последние семь лет признанный фаворит, олимпийский чемпион Рэнди Матсон из США (1945 г. р.) вынужден уступить первенство, и не своему соотечественни-

ку, а европейским атлетам; но нынешний сезон Матсон начал неплохо, показав 21,09.

Большого прогресса добился польский атлет Владислав Комар (1940 г. р., рост 195 см, вес 123 кг) — 20,55. Уже в 1972 г. высокий результат имеет Эл Фейербах (США) — 21,42 (1948 г. р., рост 186 см, вес 109 кг). Нельзя не отметить успех двух советских метателей — Валерия Войкина (1945 г. р., рост 192 см, вес 118 кг) — 20,38 — девятый результат в мире за сезон и Римантаса Плунге (1944 г. р., рост 189 см, вес 113 кг) — 20,10 — шестнадцатый в мире. Оба наши атлета достойны войти в число десяти сильнейших. Возможно, в число финалистов сможет «пробиться» и быстро прогрессирующий Александр Барышников (1948 г. р., рост 198 см, вес 122 кг), единственный среди толкателей применяющий «вращательный» способ разгона ядра.



Сильнейшие метатели Европы (слева направо): В. Войкин (СССР), Х. Бризеник и Х. И. Ротенбург (оба ГДР), В. Комар (Польша)
Фото из журнала «Мируар Д'Атлетизм»

Диск

XX Игры станут третьей Олимпиадой для американского дискбола Джея Сильвестра. В предолимпийском сезоне Сильвестр (1937 г. р., рост 191 см, вес 117 кг) установил несколько своеобразных рекордов — он дважды превышал официальный мировой рекорд, достигнув в лучшем броске 70,38, первенствовал в 30 из 32 соревнований, в которых принимал участие, и в 30 из 32 выступлений ему удавалось достичь высокого международного уровня — 200 футов (60,96). Все это позволяет надеяться, что третья в его спортивной биографии олимпиада будет более удачной, чем предыдущие.

Среди тех, кто сможет подняться на пьедестал почета вместе с Сильвестром, называется прежде всего чемпион Европы чехословацкий легкоатлет Людвик Данек (1937 г. р., рост 194 см, вес 115 кг). Предолимпийский сезон Данек закончил с четвертым результатом (66,92), пропустив вперед, кроме Сильвестра, Бруха (68,32) и второго американского дискбола — чемпиона США Тима Воллмера (67,39). Но наш друг из ЧССР отличается высокой стабильностью: только в 1971 году он 40 раз выходил на старт, в 33 превышая рубеж 60 м. Небезынтересны и такие данные о чехословацком метателе: за последние 9 лет он участвовал в 292 соревнованиях, в которых трижды добивался результатов лучше 66,00, 20 — лучше 64,00, 89 — лучше 62,00 и 190 — лучше 60,00! Заметим, что в 1971 году Данек четырежды проигрывал Сильвестру, но общий счет их взаимных встреч ничейный — 11:11. Новый сезон чех начал отличной серией бросков, добившись в лучшем 64,74.

Он дважды проигрывал в 1971 году Бруху, но одержал убедительную победу в Хельсинки, где швед занял девятое место.

Перед шведским метателем Риккардом Брухом (1946 г. р., рост 199 см, вес 120 кг), имеющим второй результат сезона в мире, в настоящее время стоят трудности психологического плана, и если ему удастся их разрешить, он будет на Олимпиаде грозным соперником.

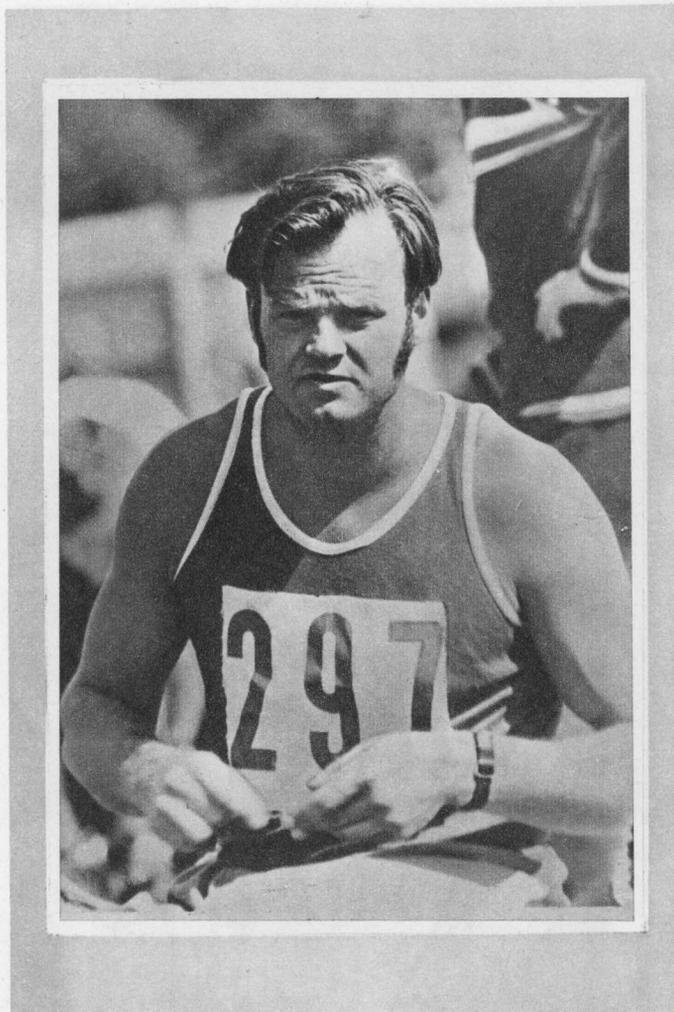
Бронзовый медалист европейского первенства Геза Фейер (Венгрия) (1945 г. р., рост 192 см, вес 120 кг, 66,92 в 1971 году). Он — второй европейский метатель (помимо Бруха), которому удалось нанести поражение мировому рекордсмену в прошлом сезоне.

А вот серебряный призер европейского чемпионата Лотар Мильде (ГДР) (1934 г. р., рост 195 см, вес 108 кг, 63,80) не слишком стабильно выступал в минувшем сезоне. Высоко оцениваются шансы двух западногерманских метателей — Клауса-Петера Хеннига (1947 г. р., рост 196 см, вес 97 кг, 64,02 в 1971 г.) и Дирка Виппермана (1946 г. р.), знакомых нашим зрителям. Если у Хеннига к концу сезона форма пошла на убыль, то Випперман только на финише достиг пика формы, установив в октябре новый рекорд ФРГ — 65,88.

Американский дискбол № 2 Тим Воллмер (1946 г. р., рост 190 см, вес 100 кг), показал третий результат сезона — 67,39, является национальным чемпионом и имел ряд побед в международных состязаниях, однако выступал недостаточно стабильно. А замыкают «десятку» олимпийских фаворитов вторые номера национальных сборных Венгрии и ГДР — Ференц Тегла (1947 г. р., рост 186 см, вес 102 кг, 65,44) и Хартмут Лош (1943 г. р., рост 197 см, вес 109 кг, 63,76).

Четырехкратный олимпийский чемпион А. Ортер (США) неоднократно заявлял о том, что не собирается участвовать в соревнованиях. Однако Джей Сильвестр сказал недавно, что поверит этим заверениям Ортера лишь тогда, когда не увидит его в секторе во время отборочных предолимпийских состязаний.

Увы, среди наиболее вероятных участников олимпийского финала дискболов мы не видим советских метателей. Между тем в 1971 году усилиями трех динамовцев — Гурама Гудашвили из Грузии, Владимира Ляхова из Подмосковья и Вельо Куусемя из Таллина — рекорд СССР «подрос» до 63,70. И даже рекордные показатели не позволили ни одному нашему метателю войти в десятку сильнейших в мире; по итогам сезона Куусемя — 14-й, Ляхов — 16-й, а Гудашвили — 22-й. Удачно стартовал в олимпийский сезон спартаковец из Орджоникидзе 22-летний Борис Караев. Он в первом же состязании установил новый рекорд СССР, послав снаряд на 63,84. Прошло несколько дней, и неоднократный чемпион страны Владимир Ляхов вернул себе всесоюзный рекорд, впервые у нас в стране послав диск за 64 м — 64,14.



Олимпийский чемпион Янис Лусис наблюдает за выступлением соперника

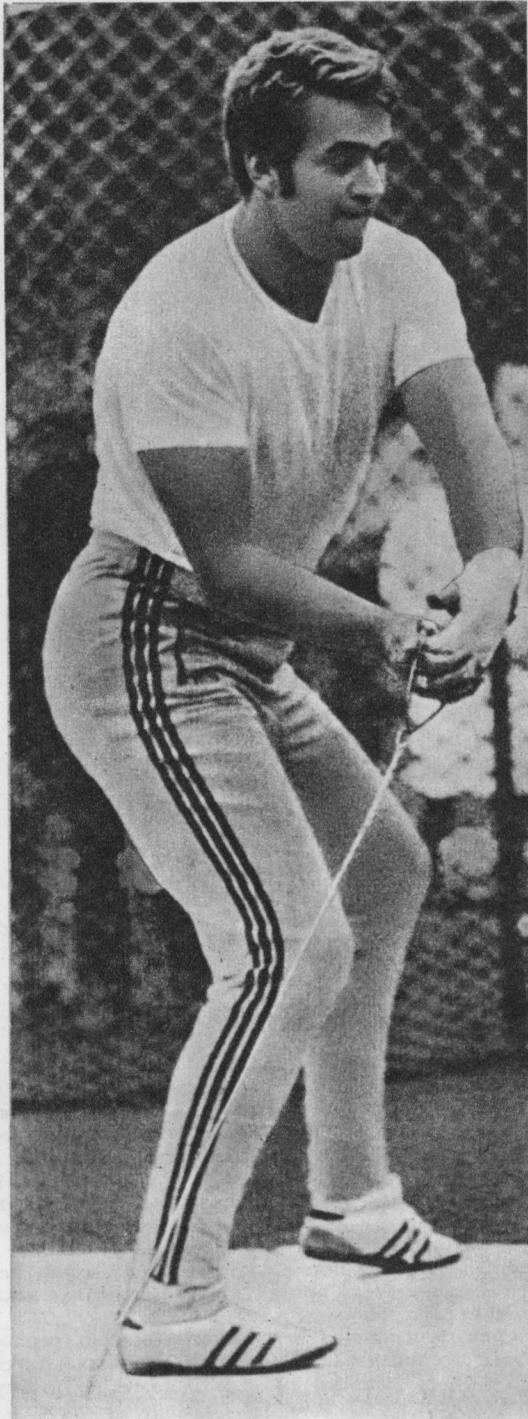
Фото Р. Максимова

Копье

Не надо быть большим знатоком легкой атлетики, чтобы назвать олимпийского фаворита № 1 в метании копья. Им, вне всякого сомнения, является четырехкратный чемпион Европы, победитель XIX Олимпийских игр в Мехико Янис Лусис (1939 г. р., рост 180 см, вес 90 кг) из Риги. Этого спортсмена отличает не только высокая техника, исключительное трудолюбие, но и умение подойти к пику наивысшей формы в необходимый момент, проявить самые высокие волевые качества в ответственном состязании. Да, когда необходимо, наш копьеметатель находит в себе силы для заключительного, победного броска.

А кто может поспорить с Лусисом? Конечно, первым мы назовем имя его земляка и первейшего соперника Яниса Доиньша (1946 г. р., рост 184 см, вес 87 кг). И не потому, что в списке сильнейших копьеметателей мира прошлого года с результатом 89,33 он занимает второе место. Серебряный призер первенства Европы сумел в прошлом году четырежды превзойти своего более опытного и старшего соперника, в том числе и в таком ответственном состязании, как матч СССР — США.

Не намерены отдать олимпийское «золото» без боя и финские копьеметатели, не без основания считающие, что этот вид легкой атлетики — их, финский. Занимающий в прошлом году в списке сильнейших в мире третье место финн Ханну Сиитонен — 88,42 — довольно часто выступал в состязаниях, стремясь встретиться со всеми грозными соперниками. Этот турнирный опыт, безусловно, поможет ему и в олимпийских стартах. А вот его соотечественник мировой рекордсмен



Очередную попытку выполняет чемпион Европы Уве Бейер (ФРГ)

Фото из журнала «Ляйхтатлетик»

Йорма Киннунен не может похвастаться большим количеством удачных выступлений в предолимпийском году: нередко он оказывался вне тройки призеров. Так, например, было и на европейском чемпионате, где ему пришлось довольствоваться лишь пятым местом — 80,96. Нынешний сезон рекордсмен начал с интенсивной подготовки, тренируясь в Польше вместе с сильнейшими польскими метателями копья.

Настоящим открытием прошлого года явился молодой атлет из ГДР Вольфганг Хайниш (1951 г. р., рост 186 см, вес 85 кг). В 1970 году он даже не мечтал о покорении 80-метрового рубежа. Теперь же с результатом 84,38 он занял одиннадцатое место в мире, а специалисты, учитывающие не только абсолютный результат, но и достигнутые победы над соперниками, ставят немецкого атлета на четвертое место.

Список претендентов на медали всех трех достоинств можно продолжить именами венгерского спортсмена Миклоша Немета (1946 г. р., рост 183 см, вес 96 кг) — 85,54 и метнувшего копьё несколько дальше, чем венгр, Клауса Вольфермана (1946 г. р., рост 176 см, вес 87 кг) из ФРГ — 86,28.

Владислав Никичюк (1940 г. р., рост 182 см, вес 92 кг) из Польши с результатом 83,88 занимал в прошлом году лишь 14-е место в мире, но стабильность позволила вывести его на восьмое место, а следовательно, теоретически и на место в олимпийском финале. По итогам сезона венгр Кулчар (1934 г. р., рост 184 см, вес 90 кг) и молодой советский копьеметатель Александр Макаров (1951 г. р., рост 184 см, вес 91 кг) занимают соответственно восьмое (85,14) и девятое (84,48) места, по достигнутым победам они замыкают мировую десятку.

До сих пор речь шла, в основном, о европейских атлетах. Но следует обратить внимание и на американцев, оставшихся в предолимпийском сезоне в тени. Лучшим из американцев является Гэри Фэлдманн. Он имеет 13-й результат в мире — 83,97, что хуже, чем у его соотечественника У. Скиннера (84,48), но сами американцы отдают предпочтение Фэлдманну. Не исключено, что в олимпийскую сборную США смогут войти и такие атлеты, как Ларри Стюарт (83,24) и Марк Мюрор (82,93), а также Билл Шмидт (82,30).

Молот

Советские «молотобойцы» всегда относились к числу фаворитов на олимпийских играх. В последние два-три года отряд наших метателей молота пополнился многими молодыми именами — это прежде всего новый рекордсмен страны 23-летний Иосиф Гамский из Львова, 24-летний Василий Русановский из Подмосковья и киевлянин Валерий Валентюк. По-прежнему сильна и старая гвардия — экс-рекордсмены мира Ромуальд Клим (1933 г. р., рост 186 см, вес 110 кг) и Анатолий Бондарчук (1940 г. р., рост 183 см, вес 110 кг), Анатолий Щупляков и Геннадий Кондрашов, и многие другие. Заметно улучшил свои результаты в прошлом году Василий Хмелевский 74,00. Но разве наличие у нас большой группы метателей, посылающих молот за отметку 70 метров, позволяет успокаиваться на достигнутом? Вряд ли. У советских поклонников этого мужественного вида легкой атлетики не могло не вызвать тревоги то обстоятельство, что в течение прошлого сезона мы потеряли и мировой рекорд, и титул чемпиона Европы. На первые роли в предолимпийском году выдвинулись западногерманские атлеты Вальтер Шмидт и Уве Бейер. Новый рекордсмен мира Шмидт (1948 г. р., рост 192 см, вес 125 кг) — 76,40 — свои лучшие достижения смог показать лишь на стадионе родного города Лара. На это остро прореагировали составители рэнкинга — он оказался лишь на шестом месте.

А первым поставлен чемпион Европы Бейер (1945 г. р., рост 191 см, вес 108 кг), который, однако, после европейского форума дважды потерпел поражение от Бондарчука. Высоко оценивают шансы спортсмена из ГДР Рейнхарда Теймера (1948 г. р., рост 185 см, вес 99 кг) — 74,02 — специалисты, отводят ему вслед за Бондарчуком третье место. Четвертым поставлен Ромуальд Клим и только пятым Гамский (1949 г. р., рост 181,5 см, вес 103 кг), блестяще показавший себя на финише сезона.

Олимпийский чемпион Дьюла Живоцки (Венгрия, 1937 г. р.) из-за травмы не смог выступить на первенстве континента, но думается, что он будет стремиться отстоять свой титул в Мюнхене.

Среди тех, кто может оказаться в олимпийском финале, также Иохен Заксе (1948 г. р. — 72,76) из ГДР и еще один венгр — Иштван Энчи (1943 г. р.—73,28).

ЖЕНЩИНЫ

Ядро

Богатые традиции в этом виде олимпийской программы у советских спортсменок: на Играх в Хельсинки в 1952 году «золото» завоевывает Галина Зыбина, а «бронзу» — Клавдия Точенова, четыре года спустя в Мельбурне Тамара Тышкевич становится чемпионкой, а Галина Зыбина — серебряным призером. Проходит еще одна Олимпиада, и на Играх в Риме успех приходит к Тамаре Пресс, повторившей затем свой триумф и на Токийских играх. Эстафета наших побед была прервана только в Мехико, где спортсменка из ГДР Маргита Гуммель, установившая новый мировой и олимпийский рекорды — 19,61 м, — сумела нанести поражение непобедимой до этого Надежде Чижовой.

Ныне в графе мировых рекордов против фамилии советской метательницы значатся цифры 20,63. Но дает ли это основание быть спокойным за исход борьбы на Олимпийском стадионе? Думается, нет.

Предолимпийский сезон Надежда Чижова (1945 г. р., рост 172 см, вес 89 кг), хотя ее преследовали травмы, провела довольно успешно. Свидетельство тому — повторение мирового рекорда и победа на первенстве Европы в Хельсинки. Но достигнутые успехи не дают права на самоуспокоение. Ведь, по мнению специалистов, Гуммель провела сезон 1971 года не в полную силу (лучший результат 20,03), вероятно готова сюрпризы для сезона олимпийского.

Однако не исключено, что в спор сильнее всего вмешаются и другие спортсменки, прежде всего из ГДР и СССР. Так, переживающая вторую молодость советская метательница Антонина Иванова (ей осенью исполняется 40 лет), не намерена оставаться в стороне от борьбы. По итогам прошлого сезона она занимала третье место в мире — 19,39 — имела в своем активе серию убедительных побед над сильнейшими соперницами. Да и нынешнюю зиму победительница V Спартакиады народов СССР провела с подъемом, что позволяет надеяться на достижение Ивановой и 20-метрового рубежа. Такой уровень мастерства позволил бы ей войти в число трех первых призеров на Олимпиаде.

Наши друзья из ГДР воспитали немало метательниц международного класса. Это и Марита Ланге (1943 г. р., рост 182 см, вес 84 кг), и Марианна Адам (1951 г. р., рост 183 см, вес 75 кг), и Ханнелоре Фридель (1948 г. р., рост 177 см, вес 74 кг), и многие другие. Кто из них войдет в состав сборной команды ГДР, судить пока трудно, ясно лишь одно — на Олимпиаде советских метательниц ожидает острое соперничество со всеми тремя представительницами команды ГДР. Но не только от немецких спортсменок следует ожидать сюрпризов — за последние годы толкание ядра завоевывает все большую популярность и в других странах; быстро прогрессируют и опытная Иванка Христова (Болгария) — лучший результат этого сезона 19,14 и Людвика Хевиньская из Польши, показавшая в последние три года: 17,44, 18,08 и 18,43.

Да и в нашей сборной Галина Некрасова и Елена Кораблева еще не исчерпали своих потенциальных возможностей. Можно надеяться, что в олимпийском сезоне эти спортсменки будут более стабильно стартовать и прочно освоят 19-метровый рубеж.

Диск

Метание диска для советских спортсменок — один из самых успешных видов олимпийской программы. Вспомните, как 20 лет назад на XV Олимпийских играх в Хельсинки Нина Ромашкова-Пономарева стала первой олимпийской чемпионкой. Тогда ей принес олимпийское «золото» бросок на 51,42: Этот результат явился и первым олимпийским рекордом наших девушек. А рядом с чемпионкой стояли советские спортсменки Е. Багрянцева и Н. Думбадзе, ввысь были подняты три наших флага. В 1960 году Н. Пономарева во второй раз стала олимпийской чемпионкой, а четыре года спустя Т. Пресс продолжила победную эстафету наших метательниц. Лишь в 1968 году в Мехико среди обладательниц олимпийских медалей в этом виде впервые не оказалось советских спортсменок. Неудачи заставили наших тренеров пересмотреть свои взгляды на подготовку метательниц диска, смелее стали внедряться прогрессивные методы тренировки, все это не замедлило сказаться. Дважды в минувшем сезоне



Рекордсменка мира в метании диска Фаина Мельник
Фото Жанни Морено

31 мая 1972 года Ф. Мельник установила новый мировой рекорд 65,42

спортсменка из Армении Фаина Мельник устанавливала мировые рекорды (64,22; 64,88), завоевала титул чемпионки Европы. Небезынтересно, что в анкете, определяющей лучшую метательницу диска в Европе и в мире (а именно европейские спортсменки задают тон в этом виде), проводимой чехословацким статистическим изданием «Старт», Фаина получила 53 первых и лишь одно второе место у 54 специалистов из разных стран.

Оптимизм наш вполне обоснован. Фаина Мельник, бесспорно, фаворит № 1, ее огромные потенциальные возможности позволяют надеяться, что в нынешнем году мировой рекорд долго не устоит. Восемнадцать раз в сезоне 1971 года выходила она на старт и только в трех состязаниях уступила соперницам. О ее силе можно судить по результатам выступлений в минувшем сезоне: 5 раз она превысила рубеж 59 м и в 9 состязаниях ее диск приземлился за 60-метровой дугой.

Думается, что комментарии к этим результатам излишни. Вместе с тем мы не склонны считать, что победа на Олимпийском стадионе достанется легко. Вне всякого сомнения, экс-рекордсменка мира Лизель Вестерман (ФРГ), подбадриваемая земляками, попытается взять реванш за поражение, которое она потерпела на мюнхенском Данте-штадионе в сентябре 1971 года. По своим физическим данным западногерманская спортсменка мало в чем уступает Мельник (обе имеют рост 172 см и вес 80 кг), правда, немка на год старше нашей спортсменки (1944 г. р.). В 1971 году Вестерман семь раз посылала снаряд за 60 м, показав свой лучший результат в сезоне равный 63,00. Хотелось бы напомнить, что прошлогодняя сентябрьская дуэль двух спортсменок в Мюнхене разочаровала поклонников Вестерман — она проиграла Мельник 4 м 32 см!

Не исключено, что в спор с ними вступят и другие спортсменки: это прежде всего чемпионка XIX Олимпийских игр, участница пяти олимпиад Лия Манолуи (рост 179 см, вес 85 кг) — 60,69 в 1971 году, а также ее молодая соотечественница Арджентина Менис (1948 г. р., рост 171 см, вес 80 кг), имевшая в прошлом сезоне четыре броска за 60 м, лучший из которых равнялся 61,08 м. Олимпийский сезон она начала

отлично, трижды улучшая национальный рекорд — 63,42, 63,62, 64,24.

Среди тех, кто может поспорить за «золото» и медали иной пробы, и наш дуэт — Тамара Данилова (1939 г. р., 61,98 в 1971 г.) и Людмила Муравьева (1940 г. р., 61,88 в 1971 г.), две спортсменки из ГДР — Карин Иллген (1940 г. р., рост 181 см, вес 83 кг, 61,16) и Кристина Шпильберг (1941 г. р., рост 187 см, вес 83 кг, 60,72), а также еще одна румынка — Олимпия Катарама (1940 г. р., рост 166 см, вес 83 кг, 60,50) и, наконец, венгерка Иолан Клейберне (1939 г. р., рост 178 см, вес 81 кг, 60,18).

Копье

Достижения в этом виде уже в течение нескольких лет остаются примерно на одном уровне — мировой рекорд, принадлежащий советской спортсменке Е. Горчаковой, был установлен еще в 1964 г. Судя по результатам прошлого года сезона, наибольшие шансы на победу может иметь Данута Яворская (Польша) — чемпионка Европы 1971 года (1946 г. р., рост 164 см, вес 64 кг). Любители спорта помнят, что успех в Хельсинки ей принес бросок на 61,00. Пожалуй, трудно найти другую спортсменку, столь преданную своему виду спорта, как Данута. Ее отличает большое трудолюбие, самоотверженность. И хотя Яворская не является лидером прошлого года — она проигрывает своей соотечественнице Еве Грызецкой (1948 г. р., рост 171 см, вес 68 кг), правда только... 4 см, соответственно 62,10 м и 62,06 м, однако специалисты женской легкой атлетики отдают предпочтение именно ей.

Уместно привести итоги их стартов в 1971 году: Яворская имеет в своем активе 7 бросков за 60 м, 3 — свыше 59 м, а Грызецкой лишь трижды удалось послать копье за 60-метровую отметку.

Весма ошутимого прогресса добилась за последнее время советская копьеметательница Нина Маракина (1947 г. р., рост 168 см, вес 72 кг), тренирующаяся вот уже более года у признанного мастера подготовки спортивных талантов Виктора Ильича Алексеева. С результатом 55,88 м она занимала 15-е место в мире в сезоне 1970 года, а год спустя мы увидели ее уже среди лидеров — на матче СССР—ФРГ в Киеве 18 сентября прошлого года ее копье пролетело 62,04! Однако нашу сильнейшую в этом виде спортсменку пока еще не отличает высокая стабильность.

Круг претенденток на олимпийские медали не может не включать Рут Фукс из ГДР (1946 г. р., рост 169 см, вес 64 кг, 60,56), Эву Янко из Австрии (1945 г. р., рост 180 см, вес 72 кг, 60,34), Наташу Урбанчич из Югославии (1945 г. р., рост 175 см, вес 80 кг, 60,18), рекордсменку ФРГ Амели Колоску (1935 г. р., 59,40), нашу Светлану Королеву (1947 г. р., 59,38) и, возможно, других спортсменок из Венгрии, ФРГ, США, Австралии. Кстати, австралийская метательница Петра Риверс (ей 20 лет, рост 175 см, вес 69 кг) в сезоне 1970 года произвела сенсацию, добившись нового национального рекорда — 61,77 и улучшив на... пять метров свое личное достижение. Но в 1971 году из Австралии не поступило новых вестей об этой, безусловно талантливой, спортсменке.

Одним из сюрпризов наступившего сезона стал бросок копья 22-летний Марион Беккер (рост 167 см, вес 64 кг). Она установила в мае новый рекорд Румынии — 61,42, что сразу выдвинуло ее на роль одной из соискательниц олимпийских медалей.

(Окончание в следующем номере)

по страницам братских журналов



Еженедельник немецкого легкоатлетического союза ГДР «Дер Ляйтатлет» в последнее время значительно уделяет IV детско-юношеской Спартакиаде, которая состоится летом текущего года в Берлине. Этой теме посвящены редакционные статьи в № 1 и 2 за 1972 г. Детско-юношеская Спартакиада ГДР — один из этапов подготовки к международным спортивным играм молодежи X Всемирного фестиваля, который состоится в Берлине в 1973 г. О подготовке к этому международному спортивному форуму рассказал ответственный секретарь немецкого легкоатлетического союза ГДР Хайнц Червински в статье «Через Спартакиаду к X Всемирному фестивалю молодежи и студентов», опубликованной в № 9.

Один из наиболее интересных разделов журнала — «Международное обозрение». Здесь публикуются не только аналитические статьи, но и любопытные статистические материалы. Например, в № 3 и 4 приведены высшие мировые достиже-

ния для залов у мужчин и женщин, в № 5 и 6 — списки сильнейших легкоатлетов Африки. Накануне зимнего чемпионата Европы (в № 10) журнал напечатал подборку результатов зимних национальных чемпионатов в некоторых странах. В № 13 помещены «десятки» лучших легкоатлетов Румынии за 1971 г., результаты матча СССР — США в Ричмонде, заметки о 59-м Кроссе наций в Кембридже (Англия), об атлетах СССР и Австралии.

Традиционно проводимый анализ результатов десяти лучших спортсменов ведущих легкоатлетических держав (№ 3 и 4) показывает значительный рост уровня развития легкой атлетики во всем мире за прошедший сезон и позволяет судить о степени развития отдельных видов в некоторых странах. Интересно, что ведущие позиции по результатам десяти лучших в каждом виде занимают у мужчин команды США и СССР (186 912 и 183 269), а у женщин команды СССР и ГДР (110 247 и 109 964).

Под рубрикой «Успехи молодых» журнал периодически рассказывает о наиболее талантливых юных спортсменах. Так, в № 10 дается зарисовка о чемпионке ГДР среди юниоров по спортивной ходьбе Лутце Липовском. В № 14 опубли-

кованы новые рекорды юниоров ГДР с внесенными в них коррективы в соответствии с решением Европейской атлетической ассоциации (ЕАА) 1971 г. С этого года будут регистрироваться (с утверждением по всем правилам, как и у взрослых) европейские рекорды юниоров.

Систематически в разделе «Предстоящие соревнования» «Дер Ляйтатлет» сообщает о стартах, которые состоятся в различных городах в ближайшее время, и об условиях их проведения. В них может принять участие практически любой желающий. В преддверии весеннего сезона соревнований под рубрикой «Дер Ляйтатлет комментирует» в № 13 помещена статья под заголовком «Спортивный судья — это больше, чем просто «контролер», где подчеркивается большая роль спортивного судьи в организации и проведении соревнований на высоком уровне.

В нынешнем году журнал продолжает публикацию статей под рубрикой «Беглый взгляд на историю легкой атлетики». Так, обзор, напечатанный в № 3, рассказывает об истории развития бега на 800 м, обзор в № 4 — о беге на 1500 м. В № 13 последняя страница посвящена прыжкам в высоту, в № 14 и 15 — прыжкам с шестом и в длину.

В методическом разделе журнала большое место уделяется анализу зарубежного опыта. Например, в № 10 и 11 опубликована статья Е. Кручалыка (Польша) «О силовой подготовке спринтеров в годовом цикле». В № 13 находим перевод из нашего журнала (№ 7 за 1971 г.) статьи профессора Н. Пономарева «О содержании и форме физических упражнений», в № 14 — перевод статьи доктора Л. Прокопа из Вены «Витамины и способность к спортивным движениям».

Вниманию тренеров, спортсменов и всех любителей легкой атлетики!

Подписку на легкоатлетические издания социалистических стран можно оформить с любого квартала. Подписка на ежемесячные журналы «Атлетика» [СССР], «Леккоатлетика» [ПНР] и еженедельник «Дер Ляйтатлет» [ГДР] принимается во всех отделениях связи.

Последний срок подписки — за 2 месяца до начала ближайшего квартала.

Хильдегард Янце (теперь известная всем под фамилией Фальк) громко заявила о себе едва придя в легкую атлетику. Занимаясь бегом меньше года, она сумела победить на первенстве ФРГ 1967 г. среди девушек в беге на 800 м с относительно высоким результатом — 2.11,9, а на чемпионате страны среди юниоров была второй, улучшив свое достижение на 0,6 сек. Немногие так ярко начинали свою спортивную карьеру. Впрочем, Хильдегард к этому времени имела уже значительный спортивный стаж — с 13 лет она занималась плаванием, которое помогло ей выработать неплохую выносливость. Однако заметим, что с легкой атлетикой девушка познакомилась в более позднем возрасте, чем большинство нынешних асов беговой дорожки.

Зимой 1967/68 г.г. она практически не имела времени для тренировок, так как заканчивала учебу и осваивала новую профессию — преподавателя гимнастики. Впрочем, все свободное время Хильдегард по-прежнему отдает легкой атлетике. Памятным для нее оказался чемпионат страны среди взрослых, где она пробежала свою коронную дистанцию за 2.08,9, заняла 4-е место и была включена в национальную сборную страны. А спустя некоторое время молодая спортсменка успешно дебютировала в сборной, одержав победу на матче ФРГ—Франция.

1969 г. в силу ряда причин оказался не таким удачным. Она снова не могла проводить полноценную подготовку: мешали травмы и болезни. На весеннем первенстве по кроссу ей досталось лишь 4-е место. Не повезло Хильдегард и на беговой дорожке. В первом же старте на стадионе она получила серьезную травму и была вынуждена прервать тренировки на несколько недель.

Лето 1970 г. принесло Янце много радостей и в личной жизни, и в спорте. С этого времени она стала носить другую фамилию — Фальк. Кстати, ее муж, товарищ по спортклубу Рольф Фальк, тоже бегун на 800 м.

В одном из первых стартов того года на беговой дорожке стадиона Хильдегард значительно улучшает свое личное достижение, доведя его до 2.05,2. Затем следует успех на матче ФРГ—США в Штутгарте, где немецкая спортсменка уверенно побеждает, вновь улучшив

Хильдегард Фальк



Легкоатлетическое общество г. Вольфсбурга.

Родилась 8 июня 1949 г.

Рост 173 см, вес 58 кг.

Преподаватель гимнастики.

Спортом (плаванием) начала заниматься в 1962 г., легкой атлетикой — в 1966 г.

В сборную ФРГ входит с 1968 г.

Тренер Вернер Рихман.

Рекордсменка мира в беге на 800 м — 1.58,5 [рекорд находится в стадии утверждения].

Чемпионка Европы в закрытом помещении 1971 г.

Результаты по годам:

	400 м	800 м	1500 м
1967 [18]	—	2.11,3	—
1968 [19]	—	2.08,9	—
1969 [20]	—	2.11,9	—
1970 [21]	54,6	2.02,8	4.22,3
1971 [22]	53,7	1.58,5	4.14,6

свой личный рекорд. Теперь он равен 2.04,6. Фальк много работает над повышением скорости и добивается успеха и на 400-метровой дистанции.

Серьезным испытанием было для Хильдегард выступление на своей основной дистанции в полуфинале Кубка Европы. Здесь она встретилась в очном поединке с мировой рекордсменкой Верой Николитч из Югославии, чей рекорд был равен 2.00,5. Но Фальк не испугалась громкого имени

своей соперницы. После первого круга она возглавила бег и не уступала лидерства до финиша. Вновь улучшено личное достижение. Результат — 2.04,1. Николитч отстала на 0,9 сек.

Казалось бы, Фальк исчерпала свои резервы. Но она упорно продолжала сражаться теперь не столько с соперницами, сколько с секундной стрелкой. На чемпионате ФРГ она финиширует с новым рекордом страны — 2.02,8. С этим результатом по итогам сезо-

на Фальк занимает 6-е место в десятке лучших спортсменок мира в беге на 800 м. Итак, в течение одного года она сбрасывает со своего рекорда 6,1 сек.!

Удачным был для Хильдегард и зимний сезон 1971 г. Сначала она устанавливает высшее мировое достижение для залов — 2.03,3, а затем на II чемпионате Европы в закрытом помещении в Софии побеждает со временем 2.06,1.

Удивляет широта спортивного диапазона молодой спортсменки. Она хорошо выступает не только в беге на 800 м, но и уверенно чувствует себя на 400-метровой дистанции и в беге на 1500 м. Летом 1971 г. Фальк показывает на 400 м 53,7, а затем в эстафете пробегает свой этап за 52,4. В этом же сезоне в ее активе появляется высокий результат на полторакилометровой дистанции — 4.14,6, с которым она делит 8—9-е места в десятке лучших мира.

Дорожка Штутгарта вновь оказалась счастливой для Хильдегард. 11 июля прошлого года, стартова в чемпионате ФРГ, Фальк с первых метров финального забега взяла на себя роль лидера. Первые 200 м были пройдены за 28,4, следующие 200 м — за 30,0, 600 м — 1.28,4, 800 м — 1.58,3! Официальный мировой рекорд превзойден на 2 сек. Ни у одной спортсменки мира не было такого поразительного скачка в самом трудном диапазоне, на уровне мирового рекорда.

Однако ИААФ приняла к утверждению 1.58,5... Почему? На чемпионате ФРГ применялся автоматический фотофиниш фирмы «Юнганс» (который будет и на XX Олимпийских играх), но с предвключенным реле времени в 0,15 сек. Технический комитет ИААФ отвергает применение такого реле. Если же прибавить к зафиксированному фотофинишем времени эти 0,15 сек., то получится время 1.58,45, которое и было округлено до 1.58,5.

Естественно, что после такого успеха большинство специалистов стали называть Фальк в качестве первой претендентки на звание чемпионки Европы в Хельсинки. Но этим прогнозам не суждено было сбыться — она упала в финале. Впрочем, она все же поднялась на пьедестал почета и получила серебряную медаль за выступление в эстафете 4×400 м.

Б. ЛЬВОВ,
заслуженный мастер спорта

разные под крышей



Сверху этот гигантский козырек похож на причудливую морскую раковину, лежащую на изумрудном газоне. Серо-коричневая ракушка блестит на солнце и поворачивается разными изгибами, когда глядишь на нее со смотрового кольца телебашни. Правда, это только кажется: мы сами медленно возвращаемся вместе с кольцом, из зеркальных окон которого весь стадион со смежными аренами, вся разноэтажная Олимпийская деревня видны как на ладони.

— Да, много здесь разных этажей, — соглашается с нами начальник отдела информации оргкомитета Герберт Рот, сопровождающий советских журналистов в их путешествии по аренам будущей Олимпиады.

— И тех, что невидимы оку!

— Есть и такие, — улыбка сходит с лица нашего гида. — И, поверьте, их обитатели нас тревожат не меньше, чем вас.

...Это продолжается разговор, который мы вели и с ним, и с другими сотрудниками оргкомитета в один из летних дней минувшего года в Мюнхене. Разговор колючий и, наверное, полезный. Но, прежде чем пересказать его суть, обратимся к некоторым фактам, обнародованным прессой, зафиксированным в многочисленных фотографиях и телерепортажах. К фактам, раскрывающим облик тех, кто прячется в подвалах многоэтажного олимпийского здания.

Знойное лето 1970 года. Киль, город докеров и мореходов. Строгий и деловой Киль. Непривычно шумны его окраины. Непривычно крикливы улицы, заполненные бледнолицыми юнцами, размахивающими флажками с эмблемами городов и земель, принадлежащих другим странам... Они шагают к стадиону, они устраивают там дикую оргию на трибунах, впадая в экстаз, когда на дорожках появляются бегуны с эмблемами «Бреслау», «Данцига», «Кенигсберга»... Это так называемая «Померанская встреча» — состязания, устроенные реваншистами, не признающими послевоенных границ ФРГ, организованные недобитыми эсэсовцами и бывшими офицерами вермахта. Состязания, призванные вызвать у нынешней молодежи только ненависть, только чувство вражды к молодежи социалистических стран.

...Идет забег «ветеранов»: под барабанный бой бегут по дорожке седые люди в майках, увешанных гитлеровскими крестами, полученными за «подвиги» на Восточном фронте. Идет забег самых младших: на дорожке в майках с названиями городов, которых они никогда не видели, появляются 15-летние девочки и мальчики...

Может быть, эта «встреча» носит «локальный» характер! Но почему тогда на плакатах реваншистов намалеваны олим-

пийские кольца, почему вывеска их «штаба» с гитлеровским орлом красовалась рядом с живописным зданием морского яхт-клуба, отведенного под резиденцию оргкомитета Олимпийских игр в Киле! Когда спустя год я побывал в этом яхт-клубе, вывески по соседству не было и в помине; остались лишь фотографии в газетных подшивках. Принявший нас Дитер Мархайнике, шеф бюро оргкомитета в Киле, молодой и энергичный человек, так ответил на вопрос о «Померанской встрече»:

— Ее организовали те, кто живет жадной реванша, кто бредит войной. Мне тридцать лет, в бюро работают мои сверстники. Мы не знали войны, мы не хотим ее знать. Повторной «встречи» не будет: во всяком случае, на земле Киля, об этом позаботятся городские власти. Хотя, как вы знаете, реваншисты разрешения не спрашивают...

Да, конечно же, не спрашивают. И далеко не всюду им пытаются преградить путь так, как это делают социал-демократы, находящиеся у власти города Киля.

Лето 1971 года. Штутгарт. Чемпионат легкоатлетов ФРГ, проводимый ДЛФ — Немецким легкоатлетическим союзом (ФРГ). В те же сроки в 15 километрах от Штутгарта, в небольшом городе Эслингене, состоялась «традиционные» соревнования легкоатлетов из немецких восточных областей. Соревнования проходили по полной программе. С афишами, входными билетами, парадом участников, судьями в соответствующей форме и легкоатлетами тоже в форме — той, которую для них придумали реваншисты. Здесь выступали команды несуществующих областей, несуществующих районов. Это был «турнир призраков», как метко назвала состязания газета «Франкфуртер альгемайне».

Но это был отнюдь не «локальный» турнир: на его трибунах распространялись листовки той же неонацистской реваншистской организации АКОН («Акция Одер-Нейссе»), которая организовала за год до этого «Померанскую встречу». Листовки разжигали страсти, листовки призывали всех молодых немцев: «Возвращение Восточной Германии — задача молодежи!» Авторы подметных листовок визжали, обращаясь к спортсменам: «Неужели вы признаете границу по Одере-Нейссе!» Они науськивали: «Выступайте под девизами родных земель — этим вы вносите вклад в нашу борьбу». И юнцы выступали...

Состязания в Эслингене явились частью плана, направленного на создание нетерпимой обстановки для спортсменов социалистических стран в канун Олимпиады. Именно с этой целью распространялись среди легкоатлетов листовки поджигательского плана.

этажи олимпиады

В Эслингене прыгун в высоту Рольвер Кюттвиц победил со скромным результатом 1,75. Но выступил с заявлением, которое даже правые газеты смущенно назвали «нескромным». «Мне доставляет удовольствие, — заявил этот развращенный реваншистами спортсмен, которому едва исполнилось 20 лет, — выступать в таких соревнованиях, я мечтаю о более серьезных победах в настоящих битвах». Нужно ли комментировать эти слова неонациста, который уже видит в своих руках автомат...

И еще одно интервью, опубликованное тогда в газетных отчетах из Эслингена. Гундела Шенинг выступала в форме спортклуба «Алленштейн». Она заявила: «Я участвую в чемпионате потому, что мой отец из Восточной Пруссии». Ей только исполнилось 13 лет, она никогда не была в бывшей Восточной Пруссии, она не подозревала бы и о существовании такого «спортклуба», если бы не отец и его друзья-реваншисты...

Детям вместе с техникой бега преподают уроки ненависти... Что может быть кощунственнее подобных явлений в спорте!

Но оказывается, это возмущает далеко не всех людей в ФРГ, имеющих отношение к спорту и призыванных блюсти традиции олимпийских идей мира и дружбы между народами. По странному стечению обстоятельств сборище реваншистов-легкоатлетов проводилось не только в одни сроки с чемпионатом страны — одним из этапов подготовки к Олимпиаде, но и рядом с ареной этого чемпионата. Более того, как установили западногерманские журналисты, в Эслингене судьи пользовались теми же бланками протокола с грифом ДЛФ, что и их коллеги в Штутгарте. Дальше — больше. Стало известно, что руководство ДЛФ вначале хотело провести оба соревнования вместе, но потом «посоветовало» реваншистам перенести старты в Эслинген, чтобы «не возбуждать излишних кривотолков»...

Обо всем этом мы говорили в Мюнхене не только с Гербертом Ротом, но и с руководителями оргкомитета. Генеральный секретарь оргкомитета, старый спортсмен, в прошлом президент Союза конькобежцев ФРГ, Герберт Кунце был внимателен и участлив, разделяя наши тревоги и опасения. Мы говорили о реваншистах, растлевающих молодежь, о неонацистах, блокирующих с ними, об отравителях эфира из радиостанций ЦРУ «Свобода» и «Свободная Европа», расположенных в Мюнхене. Он сказал в заключение:

— Мы постараемся создать такие условия, чтобы Олимпиада стала действительно праздником мира. Но надо, чтобы к этому стремились и другие. К сожалению, не все зависит от нас:

радиостанции, например, как вы знаете, не принадлежат Мюнхену, а у деятелей из «Немецкой молодежи Востока» или же «Силезского землячества» есть свои покровители...

И тогда я напомнил ему слова одного рабочего, Хартмута Швальке, с которым беседовал на строительстве олимпийского бассейна в Обервизенфельде: «Надо быть реалистами, надо смотреть жизни в глаза. Если мы хотим вместе с детьми и внуками прожить под мирным небом, — надо признать границы, в которых люди в Европе нынче живут спокойно и им на головы не сыплются бомбы».

Генеральный секретарь одобрительно кивнул головой. Он трудился на олимпийском ристалище и понимал этого рабочего...

Но вот уже в разгаре олимпийский сезон, и совсем небольшая дистанция отделяет нас от того дня, когда в Обервизенфельде вспыхнет олимпийский огонь. А передо мною свежие телеграммы зарубежных агентств, свидетельствующие, что реваншисты, враги мира, не унимаются: задумали создать свой «европейский конгресс» националисты из АКОНА, нацисты из молодежных организаций «Акция сопротивления», «Молодежный союз Адлер», ведут подрывные передачи радиодиверсанты из «Свободы», готовят снова различные походы и состязания «силезских стайеров», «судетских прыгунов» те, кто мечтает о реванше.

Я листаю блокнот с записями своих встреч с разными людьми сегодняшней Западной Германии, где силы доброй воли и силы реакции и ненависти ведут острейшую борьбу. И мне снова видится извещенный ныне всему миру козырек над олимпийским стадионом. Жизнь свидетельствует: под этой крышей — очень разные этажи. На одних трудятся строители, подобные немцу Хартмуту Швальке, итальянцу Джованни Пармине, югославу Нихџ Мариновичу и многим другим умельцам, руками которых возведены великолепные спортивные арены. На других работают организаторы, подобные Д. Мархайнике и Г. Кунце, заботящиеся о будущих стартах олимпийцев. Но где-то в мрачном подполье замышляют очередные провокации, плетут свои подлые замыслы против Олимпиады диверсанты из радиостанций ЦРУ и реакционеры от спорта, реваншисты из гамбургских кабаков и недобитые гитлеровские вояки из Киля, подонки из эмигрантского отребья и просто уголовники.

Им нельзя давать волю. Их надо обезвредить там, в подполье. До того, как вспыхнет олимпийский огонь.

СЕМЕН БЛИЗНЮК

Киль — Мюнхен — Москва
Рисунки Игоря Соколова



Карин Бурнеляйт



Фото З. Межавикса

Берлин, «Динамо».

Родилась 18 августа 1943 г.

Рост 167 см, вес 51 кг.

Педагог.

Легкой атлетикой начала заниматься в 1964 г.

В сборную ГДР входит с 1968 г.

Тренеры: Гюнтер Заурр и Курт Залк.

Рекордсменка мира в беге на 1500 м — 4.09,6.

Чемпионка Европы 1971 г. в беге на 1500 м.

Результаты по годам: 800 м — 1964 г. — 2.16,4;

1965 — 2.10,4; 1966 — 2.07,6; 1967 — 2.06,8;

1968 — 2.03,3; 1970 — 2.02,2; 1971 — 2.00,9.

1500 м — 1970 — 4.12,2; 1971 — 4.09,6.

Финал бега на 1500 м среди женщин на X чемпионате Европы в Хельсинки прошел в увлекательной борьбе. Спортсменки, лидировавшие попеременно — Э. Титтель из ФРГ, Р. Кляйна и Г. Хоффмайстер из ГДР на финише вынуждены были уступить К. Бурнеляйт (ГДР), державшейся почти весь забег в тени. Мощный финиш принес Бурнеляйт не только победу, но и новый мировой рекорд.

Карин Бурнеляйт. Это имя стало широко известно лишь после чемпионата в Хельсинки, хотя свою первую победу на соревнованиях европейского масштаба она одержала еще в 1968 г.

Карин Бурнеляйт родилась в небольшой деревушке Толлов Висмарского округа ГДР. Как и все дети Германской Демократической Республики, она занималась физкультурой по школьной программе, но не больше. И

в этом ее спортивная биография несколько необычна для мировой рекордсменки, так как по-настоящему она начала тренироваться только в 1964 г., когда ей был уже 21 год.

В 1964 г. Карин поступила на сельскохозяйственно-садоводческий факультет университета им. Гумбольдта в Берлине. По плану университетских занятий по физической культуре она должна была избрать спортивную специальность и совершенно произвольно выбрала легкую атлетику.

Курт Залк, преподаватель спорта университета, в котором училась К. Бурнеляйт, уговорил Карин тренироваться в беге на средние дистанции, но особого интереса она не проявляла.

Не ладилось у Карин и дело с учебой. Она убедила себя, что никогда не сумеет овладеть учебной программой, и испытывала панический страх перед экзаменами. Внезапно она принимает решение бросить университет и возвращается на прежнюю работу садовода.

Однако Залк, глубоко убежденный в талантливости Бурнеляйт, не оставлял попыток привлечь ее к систематической тренировке.

«Зимой 1964 года, — рассказывает К. Залк, — Карин, которая изредка приходила ко мне на тренировку, была предупреждена, что она заявлена в команду в эстафетном беге. Но в душе я вынашивал другие планы. В день соревнования, вручая Карин шиповки, я сказал ей, что она должна бежать 800 м. Но Карин, которая до сего времени еще никогда не бегала в шиповках, решила бежать босиком. Дистанцию она закончила второй с результатом 2.27,0, что было не так уж плохо для того времени».

Это выступление решило дальнейшую спортивную судьбу Карин. Отныне все свое свободное время она посвящала тренировкам. Возникает у нее и желание получить спортивное образование, чтобы учить детей.

По настоянию К. Залка она решает поступить на педагогический факультет института физического воспитания. Но тут появилось серьезное затруднение. Карин не умела плавать, вернее, могла проплыть всего несколько метров. На помощь пришел К. Залк. Три раза в неделю он отправлялся с Карин в бассейн и, наконец, желанный экзамен сдан. Бурнеляйт — студентка педагогического факультета по специальности спорт

и география. На сей раз учеба пошла успешно. Продвигались и дела спортивные. Она стала членом берлинского клуба «Динамо».

Но К. Залк продолжал внимательно следить за успехами своей бывшей ученицы. «Недостаток Карин заключается в том, — говорил он, — что ей не хватает скоростной выносливости и в этом отношении ее превосходят пока другие бегуньи. Однако наибольших успехов Карин добьется не на 800 м, а на 1500». Это было в 1968 г., и тогда же он предсказал ей победу на III Европейских играх в закрытом помещении в Мадриде.

Предсказания К. Залка сбылись. Незадолго до соревнований в Мадриде, где она была первой, Карин установила высшее мировое достижение для залов в берлинском «Шпортхалле» в беге на 800 м (2.06,2).

В том же 1968 г. К. Бурнеляйт получила и «боевое крещение» на Олимпийских играх в Мехико, но в полуфинале выбыла из борьбы.

В 1969 г., поглощенная учебой, она вообще не выступает, хотя продолжает тренироваться, обращая особое внимание на повышение скоростной выносливости.

Первых значительных успехов в беге на полутораклометровой дистанции К. Бурнеляйт добивается в 1970 г. на первенстве ГДР. Со старта вперед ушли К. Бурнеляйт и Г. Хоффмайстер. За триста метров до финиша Бурнеляйт ускоряет бег, оставляя за собой свою давнюю соперницу Хоффмайстер. Казалось, победа уже обеспечена. Но примерно в 100 м до финиша Хоффмайстер отвоевывает метр за метром и обходит Карин. Время победительницы — 4.16,0, Карин — на 0,1 сек. хвже.

В 1970 г. Карин Бурнеляйт устанавливает новый рекорд ГДР на 1500 м — 4.12,2, а на Универсиаде в Турине занимает третье место на 800 м, показав в забеге и в финале 2.02,2.

В 1971 г. Бурнеляйт целенаправленно готовилась к европейскому первенству, не придавая особого значения выступлению в соревнованиях, предшествовавших главным стартам. Кульминационным пунктом прошлого года явилась победа Карин Бурнеляйт на первенстве Европы в Хельсинки с новым мировым рекордом — 4.09,6.

Е. КАЙТМАЗОВА



Думынский тренер Наполеон Беркару предлагает интересные новшества, которые, по его мнению, будут способствовать дальнейшему прогрессу результатов в прыжках в длину и в стипль-чезе. Прыгуну в длину он рекомендует начинать разбег, как и в спринте, со стартовых колодок. Это позволит быстрее набрать максимальную скорость, сократит длину разбега. Такая позиция на старте поможет спортсмену сосредоточиться и добиться большей стабильности в попадании на брусок. Прыгунам придется работать над совершенствованием низкого старта, что повысит скорость, прыгучесть, мощность и координацию. В стипль-чезе нововведение касается преодоления ямы с водой. В настоящее время бегун ставит на барьер у ямы маховую ногу и затем совершает прыжок. Беркару предлагает преодолевать это препятствие, как и остальные, барьерным шагом. Такая техника особенно подходит высоким худощавым спортсменам. Эксперимент показал, что на преодоление ямы с водой прежним способом уходит около 1,2 сек. ($7 \text{ кругов} \times 1,2 = 8,4 \text{ сек.}$). Преодолевая препятствие новым способом, спортсмен тратит 0,6 сек. ($7 \times 0,6 = 4,2 \text{ сек.}$). Бегун приземляется в яму с водой на расстоянии 2—2,5 м от барьера и оставшуюся часть ямы преодолевает за 0,3 сек. ($7 \times 0,3 = 2,1 \text{ сек.}$). Таким образом, новый способ преодоления ямы с водой дает преимущество в 2 сек. перед прежним способом.

Рисунки И. Соколова



Необузданный темперамент привел итальянского судью по легкой атлетике Паоло Росселини к годичной дисквалификации. Чем заслужил он это суровое наказание? Когда после двух фальстартов он в третий раз поднял свой пистолет, один из спортсменов вновь сорвался с места до выстрела. Росселини подбежал к спринтеру и сильным пинком поверг его на землю.

Сейчас, в канун XX Олимпийских игр, спортсмены, тренеры, болельщики нередко вспоминают не только о выступлениях на предыдущих олимпиадах, но и о том, как встречали дома чемпионов и неудачников. Как показывает история, спортсмены должны быть готовы ко всему не только во время олимпийских баталий, но и по их окончании.

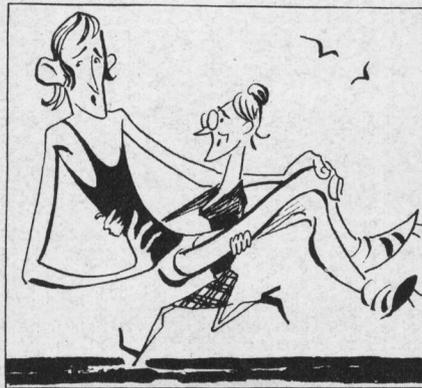


Возвращение в родной город Бордо олимпийской чемпионки француженки Колетт Бессон было триумфальным. Гремели оркестры, весь город вышел на улицы. Мэр города преподнес спортсменке в дар 400 бутылок замечательного бордоского вина: по бутылке за каждый метр выигранной дистанции. Виноделы шутили: хорошо еще, что кто-либо из жителей Бордо не выиграл... марафонский бег!

Спортивные соревнования проходили по всем правилам. На старт вышли английские домохозяйки... со скалками в руках. Победила Элеонора Смит из Лидса, метнувшая скалку на 27 метров. По этому поводу муж чемпионки получил от друзей многочисленные... соболезнования.



Люксембуржец Бартель, неудачно выступив на Олимпийских играх, заявил журналистам: — Я и не мог пробежать успешно. Во время подготовки к играм мне больше помощи оказала мама, чем вся наша федерация легкой атлетики. Откровенность спортсмена деятеля легкой атлетики Люксембурга оценили... шестимесячной дисквалификацией.



ЦВЕТОВАЯ ГАММА СТАДИОНА

70482

Цена 30 коп.

Всесоюзная коллегия судей ввела на всех стадионах страны унифицированную цветовую разметку дорожки, что облегчит судьям проведение соревнований, а спортсменам — участие в них и тренировочные занятия.

Все линии разметки наносятся на покрытие дорожек в соответствии с правилами соревнований. Ширина большинства линий — 5 см. Линии сбора участников бега на 1500, 2000 и 3000 м с препятствиями и 1500, 5000 и 10 000 м гладкого бега наносятся штрихами шириной 3 см.

Разметка дорожки производится линиями белого цвета за исключением:

- линий стартов бега на 800 м — зеленого цвета;
- линий стартов эстафетного бега 4×200 — 4×400 м — черного цвета на светлой дорожке или красного цвета на черной дорожке;
- линий перехода с отдельных дорожек на общую, линий границ зон передач в эстафетном беге и линий начала бега у зон второго и третьего этапов эстафеты 4×200 м и второго этапа эстафеты 4×400 м — желтого цвета;
- линий, ограничивающих беговую дорожку, и стартовых линий для бега с препятствиями — синего цвета.

В качестве примера приводим фрагмент разметки беговой дорожки на наиболее сложном ее участке.

В зонах передачи при эстафетном беге наносятся справа под углом 45° к линиям начала и конца зоны две черты длиной 15 см: в направлении бега в начале зоны и в обратном направлении в конце зоны.

Маркировка мест установки барьеров производится по обеим сторонам дорожки у линий разметки чертами шириной 2 см и длиной 3 см, которые должны быть нанесены впереди отметки (по направлению бега).

Отметки для установки препятствий наносятся на дорожке у бровки или за бровкой линиями синего цвета шириной 5, длиной 15 см.

Разметка секторов для прыжков (линии, ограничивающие ширину дорожки разбега в прыжках в длину, тройным и с шестом); дорожки для метания копья и секторов толкания ядра, метания молота и диска — белого цвета.

В. КУЗНЕЦОВ,
судья всесоюзной категории

ЦВЕТА ЛИНИЙ РАЗМЕТКИ

Линии стартов бега на 800 м

Линии стартов эстафетного бега 4×200 и 4×400 м

Стартовые линии и линии дорожки для бега с препятствиями

Линия перехода на общую дорожку

Зоны эстафетного бега
2-й этап 4×200 м
3-й этап 4×200 м
2-й этап 4×400 м

Все остальные линии

МАРКИРОВКА МЕСТ УСТАНОВКИ БАРЬЕРОВ

100 м

110 м

200 м мужчины

200 м женщины

400 м

ФИНИШ 1 2 3 4 5 6 7 8

10 10 10 10