

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

ежемесячный спортивно-методический



журнал



**ВЫШЕ
ТРЕБОВАТЕЛЬНОСТЬ**

**МЕТАНИЕ
МОЛОТА**

**... ТЫ
ПРЫГНЕШЬ
НА
5.80**

**БЕГ
И ЗДОРОВЬЕ**
ЖУРНАЛ
В ЖУРНАЛЕ

Игорь Паклин в январе на соревнованиях в Милане преодолел высоту 2,36



**ЧЕМПИОНЫ
«КУЗНЕЧИКА»-84**

Во время зимних школьных каникул в ленинградском Зимнем стадионе на Манежной площади собрались на свой традиционный сбор более трехсот мальчишек и девчонок из разных уголков страны — лучшие из большой армии всесоюзного спортивного клуба «Кузнечик» — кстати, единственного в стране детского клуба поклонников «королевы спорта». Как известно, организатором его является всесоюзный пионерский журнал ЦК ВЛКСМ «Костер». Девиз клуба «От значка ГТО — к олимпийской медали». В этом году юные легкоатлеты в пятый раз вели борьбу за почетные призы «Костра» и Управления легкой атлетики Спорткомитета СССР.

Начались соревнования с приятного для всех членов клуба события. Президент «Кузнечика», олимпийский чемпион Юрий Тармак вручил ленинградке Елене Топчиной приз журнала «Костер» — Кубок «Надежды». Лена — ветеран «Кузнечика», выступала на трех его финалах, причем на двух последних стала победительницей. «Кузнечик» помог ей достичь уже больших спортивных высот — в прошлом году Лена стала победительницей международных соревнований социалистических стран «Дружба», а затем в столице Австрии Вене завоевала звание чемпионки Европы среди юниорок, установив одновременно мировой рекорд для спортсменок своего возраста — 1,94. Успех Лены — успех «Кузнечика». Вот за эти результаты и был вручен юной чемпионке, десятикласснице из города на Неве, почетный приз.

Члены клуба соревновались в программе троеборья, куда входил прыжок в высоту и в длину и бег на 60 м.

Доброй традицией «Кузнечика» стало открытие новых имен. Нынешние, юбилейные, соревнования, которые были посвящены 60-летию присвоения пионерской организации имени В. И. Ленина, не стали исключением.

Юному Андрею Коландо из деревни Дивная Витебской области всего 11 лет, и легкой атлетикой он занимается только три года. Но в Ленинграде, куда он приехал впервые в своей жизни, Андрей сумел удивить специалистов, выиграв соревнования среди самых юных участников с результатом 1,65.

НАШ ПРИЗ

Согласно сложившейся традиции читательский актив, редакция и редакция журнала «Легкая атлетика» по итогам минувшего сезона определяет «Лучшего легкоатлета года». Редакция учредила специальный приз, которым отныне будет награждаться лучший наш спортсмен.

На снимке: первая обладательница почетной награды рекордсменка и чемпионка мира Тамара Быкова.



Эта высота не очень впечатляет на первый взгляд, но интересен другой факт — самый младший среди чемпионов сумел прыгнуть на 19 см выше своего роста!

А самый высокий прыжок в этот день удался Коле Сиетиньшу из Латвии — 2,08 (он выступал в группе юношей 1967—1968 гг. рождения). Среди победителей нынешнего года оказались юные прыгуны из Бердичева Е. Чумак и Н. Гармашева, ребята из Ростова-на-Дону Р. Фролов и Е. Обухов, Л. Плахотская из Могилева и Е. Давыдова из Алма-Аты.

Завершился пятый финал «Кузнечика» награждением. Награды получили все призеры в отдельных видах, а также сильнейшие в многоборье. Были вручены призы за «Волю к победе», «Самой дружной команде», «Лучшему филиалу «Кузнечика» и др.

**НЕОБЫЧНОЕ
СОРЕВНОВАНИЕ**

На зимнем первенстве СССР минчанин Сергей Каснаускас (1962 г. р.) дважды улучшал высшее европейское достижение в толкании ядра. В четвертой попытке он достиг 21,42 и в шестой — 21,46. В новинку были для нас такие выступления толкателей ядра. В последние годы зимние соревнования в этом виде проходили как-то незаметно. Невысоки были результаты спортсменов. Но вот сразу все изменилось. Во всю старался не проиграть Каснаускасу прошлогодний чемпион Янис Боярс. В пяти попытках он толкал за 21 м, а в четвертой его ядро упало на отметке 21,25.

Произошло в тот день в секторе еще одно событие: состоялась «возвращение» победителя Московской олимпиады Владимира Киселева. Он занял 3-е место — 21,06. После длительного перерыва ему вновь удалось одолеть рубеж 21 м.

Впервые в мире на соревнованиях в закрытых помещениях сразу три атлета толкнули за 21,00.

Каснаускас сдержанно отнесся к своему результату.

— Выступление не совсем получилось, — говорил он, — мог установить мировой рекорд. Но немного травмировал руку, это мне и помешало. Утром на тренировке я толкнул за 22 метра. Но выступления зимой — промежуточный этап подготовки к летним соревнованиям. Сегодня я уверен, что летом стану сильнее. В прошлом году зимой я толкнул только на 18,57. Такая разница в результатах объясняется тем, что лишь с 1983 года стал по-настоящему серьезно тренироваться и прошлым летом имел уже 21,17. Техника, я считаю, у меня очень хорошая, идеально соответствует моим индивидуальным качествам. И силовыми показателями тоже доволен — лежачему штангу весом 220 килограммов и приседаю с 270.

И только Киселева полностью удовлетворило состязание.

— Я планировал толкнуть на 21 метр и, как видим, даже перевыполнил свое задание. Очень доволен результатом. По графику подготовки к лету наметил достичь 22 метров. К интенсивным тренировкам приступил с июля прошлого года, однако подготовку стараюсь не форсировать.

НАША ОБЛОЖКА



Чемпион мира в прыжке с шестом Сергей Бубка



№ 4'84 (347) апрель
ежемесячный спортивно-методический журнал
Комитета по физической культуре и спорту
при Совете Министров СССР
Издается с 1955 года

СОДЕРЖАНИЕ

Выше требовательность	1
С мыслями о будущем	3
Негруца П. Честь смолоду	6
Бакаринов Ю., Фанталис А., Чеботарев В. Метание молота	8
Петров В. ...Ты прыгнешь на 5,80	14
Целебрицкий Ю. Голос над стадионом	17
Синицкий З. В массовости — сила	18
Бег и здоровье (журнал в журнале)	19
10 лучших молодых легкоатлетов мира 1983 года	25
10 лучших юных легкоатлетов СССР 1983 г.	26
Дмитриев Н., Гескин В. Лица соперников	30
Чернов Е. Олимпиец из Чувашии	
Рекордсмен в черном берете	

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

А. П. БОНДАРЧУК, В. Ф. БОРЗОВ, В. И. ВОРОНКИН, Э. В. ГУЩИН, Ю. И. ЖУКОВ, А. Н. ЕФИМЕНКО, В. Н. КАЛЯСЬЕВ (ответственный секретарь), В. С. КАЮРОВ (главный редактор), Н. И. ПОЛИТИКО, В. Б. ПОПОВ, Н. И. ПУДОВ, И. Н. ПРЕСС, В. Д. САМОТЕСОВ, Ф. П. СУСЛОВ, Л. С. ХОМЕНКОВ, Е. Б. ЧЕН (редактор отдела «Техника и методика»)

Редакторы отделов: Н. Д. Иванов, Е. В. Масалина, А. К. Шедченко

Художественное оформление Н. Н. Левитской
Редактор Л. И. Тареева

Выше требова- тельность

Идет третий год со времени выхода в свет сентябрьского (1981 г.) постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта». Сегодня уже можно говорить об определенных результатах в работе по развитию легкоатлетического спорта, отметив успехи и недостатки, наметить перспективу.

Свыше 7 млн. легкоатлетов представляют сегодня армию «королевы спорта», более 3400 стадионов, около 70 манежей предоставлены в распоряжение спортсменов, почти 18 тысяч тренеров занимаются ныне с атлетами. Словом, наш спорт — это целая индустрия. И она с каждым годом будет расширяться.

Сейчас, например, уже не только спортивные общества и ведомства активно включились в движение за подъем массовости легкой атлетики, но и трудовые коллективы. Создание легкоатлетических групп и секций на предприятиях, в учреждениях, в школах и вузах, колхозах и совхозах, повсеместная организация клубов любителей бега становятся жизненной потребностью. Все меньше и меньше становится людей, которых еще надо «зазывать» на трассы кросса, тропы здоровья. На легкоатлетической карте страны высвечиваются новые мощные центры развития массового легкоатлетического спорта, в особенности оздоровительного бега. Эти маяки с успехом работают во многих областях Украины, в Прибалтике, Свердловской и Челябинской, Кировской и Смоленской областях.

Однако темпы подъема массовости в нашем виде спорта еще не полностью отвечают современным требованиям, нас они никак не могут удовлетворить. Чтобы вся эта работа была в полной мере результативна, шла по нужному руслу, нужно еще немало сделать. И в первую очередь повысить требовательность к этой работе. На декабрьском (1983 г.) Пленуме ЦК КПСС подчеркивалось, что ключ к любому успеху — в повышении ответственности кадров, в высокой требовательности к ним, в их способности безукоризненно выполнять свои обязанности. Именно с этих позиций надо сегодня рассматривать деятельность физкультурных и спортивных организаций, работу руководителей по развитию легкоатлетического спорта.

Всеобщее признание получил ныне оздоровительный бег. Большую часть увлеченных этим видом легкой атлетики объединяют клубы любителей бега. Однако с ростом КЛБ растет и армия самостоятельно занимающихся бегом. Вроде бы здесь должно быть все ясно и руководителям спортивных обществ, ведомств, спортивных организаций

Выше требовательность

и коллективов надо идти навстречу этому ставшему уже популярным движению, с высокой требовательностью подойти к созданию необходимых условий не только для КЛБ, но и для тех, кто самостоятельно и регулярно занимается бегом.

Сегодня при создании КЛБ и различных групп физической подготовки необходимо конкретно знать, на какую аудиторию мы рассчитываем прежде всего. Для тех, кто приходит в клуб, чтобы укрепить свое здоровье, нужен один подход, а для тех, кто пришел испытать себя в спорте, — другой. Нет, наверное, смысла, молодых, крепких здоровьем людей приглашать заниматься оздоровительным бегом. Скорее надо открывать больше групп и секций спортивного бега, в которых молодежь могла бы совершенствовать свои спортивные достижения. Особенно эта работа важна среди учащейся молодежи — в стенах институтов, техникумов, профессионально-технических училищ и общеобразовательных школ. Этой цели могут послужить и широкие контакты с органами культуры и хозяйственными организациями, чья помощь даст реальную возможность создавать территориальные и ведомственные культурно-спортивные комплексы, особенно в сельских районах.

Так должно быть, но в действительности порой видится иная картина.

К примеру, в облсоветах ДСО «Труд» Калининградской, Курской, Калининской, Омской, Ульяновской, Пермской и других областях мало проявляют заботы по организации и открытию клубов любителей бега, хотя армия самостоятельно занимающихся растет из года в год и давно требует к себе внимания. Более того, руководство советов не замечает, что в большинстве подведомственных им коллективов вообще не развивается массовая легкая атлетика. Ныне приходится говорить о таких фактах: более 50 процентов производственных коллективов Липецкой и Омской областей вообще не культивируют легкую атлетику.

Не лучше дела обстоят в Омской области и в другом спортивном обществе — студенческом. Так, в Дне бегуна, который проводил облсовет ДСО «Буревестник», участвовало немногим более 4 тыс. человек. И это при наличии таких мощных коллективов, как политехнический, автодорожный, педагогический, медицинский институты, университет и институт фи-

зической культуры. Слабая требовательность и незаинтересованность в подъеме массовости этого важного звена легкоатлетического спорта, естественно, накладывает отпечаток и на состояние резерва студенческой легкой атлетики. Уже давно «Буревестник» перестал делегировать своих представителей даже в сборную команду области. И хотя омские легкоатлеты стоят на высоких позициях в Российской Федерации, добились они этого без студенческого общества.

А вот другой пример по той же Омской области. Уже более десятка лет проводят здесь праздники «Королевы спорта», организуемые областным советом «Урожай» и его общественным активом. Причем финальная часть праздника каждый год проходит в разных районах области. Для этого в обязательном порядке готовят базу. Бывает, приходится не просто реконструировать имеющиеся старые стадионы, а строить новые спортсооружения. Стройки, как правило, народные. И надо представить, в какое настоящее торжество выливается после всего этого праздник «Королева спорта», который обычно приурочивается к окончанию сельскохозяйственных работ. Такие события не проходят бесследно, после них к нашему спорту приобщаются тысячи сельских тружеников, и в первую очередь молодежь.

Возникает вопрос: вызвал ли опыт специалистов сельского общества интерес у их коллег из «Труда» и «Буревестника»? До сих пор этого не случилось. Вот и получается: у одного руководителя работа кипит, а у соседа, под боком, с такими же условиями и возможностями, что называется, тишь да гладь.

К сожалению, аналогичные контрасты в деятельности двух равнозначных коллективов, призванных решать одни задачи, не всегда еще находят должную оценку у руководителей вышестоящих организаций. Думается, у российских республиканских советов ДСО «Труд» и «Буревестник», равно как и у Омского областного спорткомитета, призванного координировать работу спортивных обществ на местах, направлять их деятельность в нужное русло, есть тема для серьезного разговора.

Требовательность может быть разной. Можно требовать, создав при этом необходимые условия для плодотворной работы, а можно требовать, не шевельнув для дела пальцем. Нас, например, не может не волно-

вать нынешнее состояние резерва, качество его подготовки. Еще не все наши детские спортивные школы работают на должном уровне, готовят хороший резерв для пополнения сборных. Не случайно этому важному вопросу был посвящен и специальный пленум Федерации легкой атлетики СССР, состоявшийся в феврале этого года. И в продолжение тех мыслей, высказанных на пленуме, необходимо на нынешнем этапе решать и проблему спортивных классов. Специалисты знают, какое это подспорье иметь для ДЮСШ и СДЮШОР свои спортивные классы при общеобразовательных школах. За те годы, что существуют спортивные классы, они внесли существенный вклад в развитие юношеской легкой атлетики. Дело это выигрышное для нашего спорта и важное. Чем больше у нас будет спортклассов, тем эффективнее станет работа детских спортивных школ, тем меньше издержек при отборе, а значит, и меньше потерь при подготовке резерва сборным командам. Словом, спортивные классы нужно открывать, и повсеместно. Это требование дня, веление времени. Пока нас не может удовлетворить имеющееся количество спортклассов. У нас есть все условия для их организации, есть более 96 тыс. общеобразовательных школ. Но разве можно мириться с тем, что в Таджикистане, Армении, Грузии до сих пор спортивные классы по легкой атлетике исчисляются единицами!

Не надо сегодня объяснять, какое значение в жизни трудовых коллективов имеет организация социалистического соревнования, как помогает оно в решении важнейших экономических и хозяйственных задач.

Организация соцсоревнования — существенный резерв в развитии физической культуры в нашей стране. Все это понимают, но не везде делается так, как того требует дело. Сегодня социалистическое соревнование не стало еще действенным средством улучшения всей физкультурно-спортивной работы в трудовых коллективах, упрочения связи физической культуры с производственной деятельностью. Во многих физкультурных организациях условия соцсоревнования не конкретны, итоги подводятся формально, без проверки представленных данных, что в конечном итоге приводит к многочисленным припискам и очковитательству. Так, например, установлено

завышение систематически занимающихся физической культурой и спортом в Грузинской, Азербайджанской, Киргизской союзных республиках, подготовки спортсменов массовых разрядов по ДСО «Спартак», «Труд», «Урожай». За такое надо строго спрашивать. Спрашивают, конечно. Так, за допущенные приписки аннулированы результаты социалистического соревнования Бельцкого и Сорокского городских советов ДСО «Молдова», многие руководители и спортивные работники за низкую требовательность и слабую организацию социалистического соревнования понесли наказание.

Легкоатлетический спорт, как массовый, так и высшего мастерства, также не может в полной мере развиваться без организации социалистического соревнования. Условия организации соцсоревнования ныне имеют в каждом спортивном обществе, физкультурном коллективе. Обязанность руководителя провести в коллективе социалистическое соревнование на высоком уровне, что явится дополнительным резервом в решении поставленных перед нашим спортом задач. Сделать так, чтобы в социалистическом соревновании ни один пункт не был формальным, в них выделась прямая заинтересованность, деловой подход, участие каждого и всех. Чтобы каждый пункт соцобязательства стал источником для яркого проявления творчества и энтузиазма, поднимал широкие массы активистов на решение таких важных проблем, как работа спортивных сооружений, их загруженность и эффективное использование, привлечение как можно большего числа людей к регулярным занятиям бегом, создание новых клубов любителей бега и условий для самостоятельного занимающихся оздоровительным и спортивным бегом.

Требовательность не может быть местной или всесоюзной, динамовской или спартаковской, она — едина для всех. А единство требований предполагает, что все организации, начиная от коллектива физкультуры и кончая сборными командами, должны одинаковой меркой оценивать успехи спортсмена, тренера, коллектива в целом. Каждый призван решать свою задачу, но она у нас общая — создавать все условия для плодотворной и здоровой жизни советского народа, укреплять престиж страны на международной арене.

С МЫСЛЯМИ О БУДУЩЕМ

С пленума Федерации легкой атлетики СССР

Прошедший в феврале пленум Федерации легкой атлетики СССР был полностью посвящен актуальной проблеме подготовки качественного резерва и обсуждению работы федераций легкой атлетики Белорусской ССР, ВДСО «Трудовые резервы» по подготовке легкоатлетических резервов в свете постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта».

С основными докладами на Пленуме выступили заместитель председателя федерации легкой атлетики БССР В. М. Михаленя и председатель федерации легкой атлетики ВДСО «Трудовые резервы» А. Хомский, а также А. А. Шурепов — председатель федерации легкой атлетики Украины, В. И. Воронкин — председатель федерации легкой атлетики Москвы, профессор, заведующий кафедрой легкой атлетики ГЦОЛИФКА; Б. С. Петренко — председатель федерации легкой атлетики Новосибирской области, директор ШВСМ; П. Г. Зуев — председатель федерации легкой атлетики Свердловской области, Герой Социалистического Труда; Л. И. Маслакова — председатель женского комитета президиума Федерации легкой атлетики СССР, заслуженный мастер спорта; А. И. Иссурин — председатель федерации легкой атлетики Ленинграда; В. М. Кухно — тренер-преподаватель Киевского спортинтерната; А. Г. Санадзе — начальник Управления легкой атлетики Спорткомитета СССР, заслуженный мастер спорта, кандидат технических наук.

Пленум отметил, что за последние годы все основные показатели по подготовке резервов в стране довольно-таки существенно повысились. Так, за пять лет число отделений легкой атлетики в ДЮСШ и СДЮШОР возросло с 2000 до 2300, число занимающихся в них с 298 до 375 тысяч, число тренеров с 10 700 до 14 300. Возросли и качественные показатели работы спортивных школ: число ежегодно готовящихся мастеров спорта международного класса — с 14 до 45, мастеров спорта — с 228 до 350, кандидатов в мастера — с 920 до 1500.

Определенное улучшение качества работы спортивных школ не только положительно сказалось на результатах молодежных сборных команд в международных соревнованиях последних двух лет, но и, глав-

ное, способствовало значительному усилению притока сильнейших юниоров в основной состав сборной команды страны и закреплению их на ведущих позициях. Примером здесь служат имена Г. Авдеенко, С. Бубки, И. Паклина, А. Крупского, С. Литвинова, В. Полякова, А. Троцило, Н. Бочинной и других, кто за 1—2 года из лидеров юниорской команды смог стать первым номером основной сборной.

Обещают стать таковыми и нынешние юниоры — победители и призеры юниорского чемпионата Европы 1983 г. — Р. Гаулли, Р. Эммян, Ю. Сергиенко, Е. Топчина, С. Подузов, В. Будько, Р. Мищенко, Н. Помощникова, Е. Балута, О. Пахоль и ряд других молодых атлетов.

Пленум отметил, что определенная работа по подготовке резервов, улучшению работы детско-юношеских школ проводится федерациями легкой атлетики Белорусской ССР и ВДСО «Трудовые резервы». В Белоруссии создано 7 специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и 6 отделений в школах высшего спортивного мастерства, 147 отделений в ДЮСШ. В период 1981—1983 гг. в республике подготовлено 137 мастеров спорта СССР, 41 мастер спорта международного класса; кандидатами в сборные команды СССР включался 61 легкоатлет.

В ВДСО «Трудовые резервы» создано 24 центра олимпийской подготовки, в которых занимаются 162 легкоатлета юношеского и юниорского возраста. В них ежегодно готовятся 50—80 мастеров спорта, 12—15 мастеров спорта международного класса. Президиум федерации регулярно рассматривает состояние подготовки резервов, участие в этой работе общественных формирований на местах, практикует проведение выездных заседаний. В спортивных школах общества воспитаны известные легкоатлеты, не раз защищавшие честь сборной команды на международных соревнованиях.

Вместе с тем Пленум отметил, что в деятельности этих федераций в вопросах подготовки резервов сборных команд имеются серьезные недостатки.

Обсуждение проблем подготовки легкоатлетических резервов в этих организациях вылилось на Пленуме в большой разговор о состоянии дел в нашей юношеской легкой атлетике. А проблем в ней, недостатков, нерешенных задач (а значит, и резервов) еще предостаточно.

Об этом говорили многие выступавшие.

В подготовке спортсменов высокой квалификации, членов сборной страны должна существовать и существует система. Сегодня на уровень сборной команды страны спортсмен может выйти, только пройдя ступеньки ДЮСШ, спортинтерната, школы высшего спортивного мастерства или родственному ему центра олимпийской подготовки или экспериментальной группы.

В работе всех звеньев этой системы должна быть преемственность, все звенья должны работать эффективно. Здесь важно, чтобы одно звено работало на другое, тогда конечный продукт будет высокого качества. К сожалению, в различных звеньях системы подготовки достойного резерва сборной СССР много недоработок, причины которых различны.

Много недоработок в нижнем звене — группах начальной подготовки ДЮСШ. Как отметил начальник управления легкой атлетики Спорткомитета СССР Л. Г. Санадзе, большинство групп начальной подготовки, многие учебно-тренировочные группы распадаются через 1—2 года работы, комплектуются вновь легкоатлетами, которые отвечают режимам работы в ДЮСШ лишь по возрасту, но не усвоившим азов легкоатлетического образования.

Не лучшее положение дел и во многих спортинтернатах. Достаточно сказать, что до 40 % учащихся отделений легкой атлетики зачисляются в 7—8-й классы ШИСП, не получив необходимой начальной подготовки в ДЮСШ и СДЮШОР. И нет ничего удивительного, что до 50 % учащихся отделений легкой атлетики отчисляются из интернатов, причем свыше половины из них — за невыполнение программных требований.

Большим тормозом является также то, что сегодня Министерство просвещения использует интернаты прежде всего как базы для подготовки к очередным спартакиадам школьников. Между тем перед ними стоят совершенно иные задачи — воспитание спортсменов высокой квалификации, ближайшего резерва сборных команд страны, сказал В. М. Кухно.

Слабым местом нижнего звена являются сельские детские спортивные школы, которых только в Белоруссии больше половины. Изучение их опыта показывает, что в большинстве из них еще отсутствует нормальная современная легкоатлетиче-

ская база, работают невысокой квалификации тренеры, недостаточен календарь соревнований.

До сих пор не изжит еще ведомственный барьер в подготовке резерва. О нем также говорили многие выступающие. Этот барьер легко, как подсказывает опыт лучших, можно преодолеть. Об интересной совместной работе детской спортивной школы системы народного просвещения и ДСО «Трудовые резервы» рассказал А. Е. Хомский.

Несколько лет назад представители «Трудовых резервов» заключили договор со СДЮШОР горно Тирасполя Молдавской ССР. В ряде средних школ города совместно были открыты спецклассы, выделено питание, организован центр подготовки. Спортивное общество помогло школе приобрести инвентарь, оборудование, улучшить жилье ведущим тренерам, приглашает их на все методические конференции, проводимые «Трудовыми резервами». В свою очередь, все спортсмены школы выступают под флагом общества «Трудовые резервы». Успехи тираспольской школы общеизвестны. В прошлом году она стала победительницей всесоюзных соревнований среди СДЮШОР страны на призы газеты «Советский спорт».

Такое же содружество являют собой отношения СДЮШОР Кировского горно и ДСО «Спартак» Ленинграда, где выросли такие известные спортсмены, как М. Серкова, Е. Топчина, А. Литвинов.

Успешно решает вопросы, связанные с ведомственными барьерами, федерация легкой атлетики Белоруссии.

В январе прошлого года здесь открыта республиканская ШВСМ по легкой атлетике. По предложению федерации было принято совместное постановление Спорткомитета БССР, Белсовпрофа и Министерства просвещения Белоруссии, согласно которому спортсмен, занимающийся у тренера республиканской ШВСМ, выступает только за тот город, из которого он приехал в Минск на учебу или работу. Таким образом, 24 тренера РШВСМ практически не имеют в вопросе закрепления за собой лучших юношей и девушек препятствий со стороны областных комитетов, ДСО и ведомств. Сейчас здесь ведется работа по представлению таких же прав самым лучшим тренерам республики, работающим в областных ШВСМ, в ДСО и ведомствах.

С МЫСЛЯМИ О БУДУЩЕМ

В витебской СДЮШОР СК «Двина», которая входит в десятку сильнейших школ страны, основной упор в подготовке олимпийского резерва сделан на творческую и тесную связь со школой-интернатом. Тренеры СДЮШОР не менее активно, чем тренеры ШИСП, участвуют в поисках на Витебщине способных легкоатлетов, определяют их в интернат, работают там с ними бригадным методом совместно с тренерами ШИСПа и по окончании интерната продолжают работать с этими спортсменами опять в СДЮШОР или ШВСМ.

Затронули участники Пленума и вопрос повышения квалификации тренеров, работающих с резервом.

Аттестация тренеров, проведенная в Белоруссии, сказал В. М. Михаленя, показала, что многие тренеры не выполняют своих обязанностей, получают зарплату, которую «не вырабатывают».

Высокое качество работы тренеров СДЮШОР, ШВСМ, ШИСП, их профессиональный уровень определяют и качество всей работы с резервом. Стержневым вопросом в этом деле является организация учебы тренеров. Существующая система курсов повышения квалификации позволяет ежегодно проходить переподготовку по линии профсоюзов и Министерства просвещения только 50—55 тренерам. Значит, каждый тренер республики может пройти через эту систему один раз в 10—12 лет. В Белоруссии ежегодно проводится от 8 до 10 двух-трехдневных семинаров по группам видов легкой атлетики. Но эти меры, конечно же, недостаточны. Вопрос повышения квалификации должен всегда беспокоить и спорткомитеты, и центральные, республиканские советы спортобществ.

Выступавшие отметили и ряд других серьезных проблем, мешающих развитию легкоатлетических резервов.

До сих пор многие детские тренеры все еще работают по старинке, не используют в своей работе не только последних достижений спортивной науки, но даже не выполняют элементарных требований программы для спортивных школ. В ближайшем будущем выйдут в свет поурочные программы для отделений легкой атлетики ДЮСШ, СДЮШОР и спортинтернатов. Важно, чтобы эти программы неукоснительно выполнялись тренерами на местах. Лишь при этом условии можно держать

под контролем всю систему подготовки легкоатлетических резервов на местах, анализировать и вносить нужные коррективы.

Уже не раз говорилось о том, что многие спортивные школы открываются бессистемно, без учета наличия базы, тренерских кадров, традиций подготовки высококлассных легкоатлетов. Например, в последние годы в Белоруссии открыто 5 отделений легкой атлетики в спортинтернатах, а в России — всего 3, причем ни одного за Уралом. Аналогичная картина со СДЮШОР. Например, в Московской области их 5, в Краснодаре — 4, а в таких городах с миллионным населением, как Челябинск, Новосибирск, ни одной.

Беспокоит и то обстоятельство, что юношеская легкая атлетика становится во многих регионах в основном зимним видом спорта, а летом, когда начинаются каникулы и, казалось бы, наступает самое время для серьезной работы, в большинстве спортивных школ, особенно системы Министерства просвещения, легкоатлетическая жизнь замирает. В лучшем случае ребят вывозят в лагеря, которые лишь с большой натяжкой можно назвать спортивными, а по сути же они являются обычными пионерскими лагерями. Но чаще не делается даже этого — ребята просто прекращают тренировки на 2—3 месяца, а их наставники спокойно уходят в отпуск, нисколько не заботясь о том, что в сентябре от их групп почти ничего не останется и им придется начинать с нуля.

Важнейшим звеном в подготовке по-настоящему всесторонне развитого атлета, способного бороться в любых условиях с любым соперником, является воспитание.

Без хорошо поставленной воспитательной работы не будет и волевых спортсменов. За эту работу в полной мере ответственны и тренерские советы школ, и персональные наставники спортсменов.

Не способствуют повышению качества воспитательной работы и руководители, старающиеся перетягивать юных легкоатлетов из одной организации в другую.

Но эти факты — из ряда исключений. В основной массе школ, спортивных коллективов ведется постоянная целенаправленная воспитательная работа. Интересен в этом отношении опыт Ленинградской федерации

легкой атлетики, о котором рассказал А. И. Иссурин. В городе на Неве стало доброй традицией накануне нового года в Доме журналистов проводить легкоатлетический вечер, куда приглашаются и молодые легкоатлеты, и ветераны. На нем идет интереснейший разговор о легкой атлетике, ее добрых традициях, истории, чествуются лучшие спортсмены города, их тренеры, проводится викторина «Легкая атлетика Ленинграда». В этом году в ходе празднования 40-летия разгрома немецко-фашистских войск под Ленинградом по представлению федерации городской спорткомитет утвердил навечно в списке сборной команды города пять чемпионов и призеров довоенных лет, погибших в боях за Родину: Л. Елисееву, М. Варламова, М. Зебрину, И. Козлова, О. Кроковского, Г. Тимченко.

Пленум принял постановление «О работе федераций легкой атлетики Белорусской ССР, ВДСО «Трудовые резервы» по подготовке легкоатлетических резервов в свете требований постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта».

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Василию Ивановичу Гордиенко — 70 лет. Он и сегодня в трудовом строю — заботится о подготовке спортивного ядра одного из лучших манежей Киева.

В 40-е годы Василий Гордиенко был известен как один из лучших бегунов на сверхдлинные дистанции Советского Союза и Европы. В те годы он был ближайшим соперником еще одного выдающегося советского марафонца Ф. К. Ванина. Дважды становился чемпионом СССР (1947 и 1949 гг.) в марафонском беге. Кроме того, устанавливал всесоюзные и мировые рекорды на неклассических дистанциях от 20 до 30 км. Довольно удачно выступил на втором для советских спортсменов чемпионате Европы в Брюсселе в 1950 г. — показал пятый результат в марафонском беге. В 1949 г. В. Гордиенко было присвоено звание заслуженного мастера спорта.

Простой дружелюбный характер открывал ему сердца и друзей, и соперников.

Желаем уважаемому Василию Ивановичу доброго здоровья, успехов в работе, энергии и интересного отдыха.

Пленум отметил положительный опыт этих федераций и обратил их внимание на необходимость принятия дополнительных конкретных мер по устранению имеющихся недостатков в работе. Всем федерациям рекомендовано оказывать всемерное содействие спорткомитетам, советам ДСО и ведомств в выполнении планов развития легкоатлетического спорта, подготовки резерва сборных команд.

Пленум призвал федерации союзных республик, ДСО и ведомств усилить организаторскую и методическую работу по подготовке легкоатлетических резервов: совершенствовать систему поиска и отбора способных юных атлетов, управления учебным процессом, вести планомерную работу с тренерским составом, внедрять бригадный метод, специализацию тренеров, заботиться о повышении их квалификации, постоянно улучшать идейно-воспитательную работу с юными легкоатлетами, воспитывать у них высокую политическую и трудовую активность.

Пленум обязал президиум федерации ДСО профсоюзов рассмотреть вопрос состояния детской и юношеской легкой атлетики в профсоюзных физкультурных организациях, проверить работу спортивных школ. Федерация легкой атлетики союзных республик, Москвы, Ленинграда, ДСО и ведомственных физкультурных организаций усилить контроль за подготовкой кандидатов в сборные команды страны, республик, ДСО к международным соревнованиям, Спартакиаде школьников 1984 года.

Пленум рассмотрел организационные вопросы. В связи с личной просьбой пленум освободил от обязанности председателя Всесоюзной коллегии судей и вывел из состава президиума Ю. С. Титова. Пленум поручил президиуму провести собрание Всесоюзной коллегии судей по вопросу избрания председателя и утвердить его кандидатуру на заседании президиума.

В состав президиума Федерации легкой атлетики СССР избраны В. В. Горбатко — дважды Герой Советского Союза, летчик-космонавт СССР, заместитель председателя Спорткомитета Министерства обороны СССР, В. И. Воронкин — профессор, заведующий кафедрой легкой атлетики ГЦОЛИФКа, председатель федерации легкой атлетики Москвы.



НА ПОЛНОЙ СКОРОСТИ

В те зимние дни ей не было равных. Галина Захарова, которая бегаёт на 3000 м, начала разгон в лето. В феврале на соревнованиях в Бостоне она показала 8.48,1 — высшее европейское достижение, второй результат в мире для залов за все годы.

— Я только с 22 лет занимаюсь бегом, — рассказывает Захарова, — а до этого была лыжницей. С самого начала выступаю в беге на 3000 метров. В первом же соревновании выполнила первый разряд, и стало мне любопытно: как дальше пойдут дела. В лыжных гонках на результат влияли такие обстоятельства, как подбор нужной мази, качество лыж. А в беге есть только дорожка, и все зависит только от тебя. В предыдущие годы я подводила себя к главному для меня олимпийскому сезону, копила силы. Старалась при наименьших затратах показывать наивысший результат. Выступала на отборочных соревнованиях, однако не стремилась во что бы то ни стало попасть на первенство Европы и на чемпионат мира. Наш вид требует большой отдачи сил, поэтому очень трудно выступать на высоком уровне несколько лет подряд.

Зимой 1983 г. Захарова пробежала лишь за 9.26. Сегодня мы

Галина Захарова минувшей зимой установила высшее европейское достижение на дистанции 3000 м — 8.48,1

видим, как решительно выдвинулась вперед уже в начале года 27-летняя бегунья из Челябинска. Однако она подчеркнула, что была готова и на большее.

— Мой бостонский результат близок к мировому достижению двукратной чемпионки мира Мэри Дэккер, и все же я собиралась его побить. У Дэккер можно выиграть, можно было и в Хельсинки, — с уверенностью говорила Захарова. — Мэри очень сильна в скорости. Американская спортсменка предпочитает возглавлять бег, навязывать свой темп, и она очень не любит видеть впереди себя чью-то спину. К лету, я считаю, нужно быть готовой бежать не хуже чем на 8.20. Но и это не предел. Разумеется, результат состязаний не обязательно окажется таким высоким. Многое зависит от того, как сложится бег.

Добавим, что Захарова показала третье время в мире за прошлогодний сезон (8.34,60).

НОВОЕ ИМЯ

Практика соревнований в прыжке в высоту в последние годы подтвердила мнение специалистов о преимуществе, которое получают прыгуны, чей рост приближается или даже превосходит два метра.

Тем больший интерес вызывают удачные выступления не столь высоких атлетов. К таким вот прыгунам можно отнести чемпиона летней Спартакиады народов СССР Валерия Середу ростом в 186 см. А в нынешнем зимнем легкоатлетическом сезоне на лидирующие позиции в нашей стране выдвинулся киевлянин Александр Котович, чей рост лишь 180 см. Уже в январе он прыгнул на соревнованиях в Минске на 2.32. Победил на Кубке СССР, показав 2.28. На чемпионате страны он преодолел 2,30. Однако по попыткам проиграл Серее и занял второе место.

Александр Котович родился на Украине, в небольшом городке Нововольске, прыжками в высоту начал заниматься в шестом классе, и долго не мог сделать окончательный выбор между легкой атлетикой и футболом, в котором Саше прочили большое будущее. Сейчас он вспоминает, что первый результат, показанный им в официальных соревнованиях, равнялся 1,40.

В последние годы Котовичу мешали травмы. Сам он считает, что их причиной часто была неправильная техника разбега и отталкивания. Лишь начав углубленно работать над техникой а одновременно и над скоростью под руководством тренера Владимира Журавлева, Котович постепенно приблизился к результатам международного класса, и летом 1983 г. занял на Спартакиаде народов СССР четвертое место с результатом 2.26.

— Раньше я считал, что с моим ростом мне не удастся даже выполнить норматив мастера спорта международного класса — 2,28. Но, взяв 2,26, понял, что это не так. Ныне я уверен, что рост — не главное, — говорит 24-летний прыгун из Киева.

НАДЕЖДЫ РЕКОРДСМЕНКИ

Наталья Бочина впервые попала в сборную команду СССР в 1980 г., незадолго до Олимпийских игр в Москве. Выступление 18-летней ленинградки на Олимпиаде оказалось на удивление удачным. Она завоевала две серебряные медали — на дистанции 200 м, где установила рекорд СССР (22,19), и в эстафете 4×100 м. В следующем сезоне Бочина стала лидером нашего женского спринта. На чемпионате СССР выиграла бег на 100 и 200 м.

Однако в мае 1982 г. Бочина получила травму коленного сустава. Операция, сделанная в сентябре, прошла не совсем удачно, и, вместо того чтобы начинать подготовку к чемпионату мира, Бочина вновь попадает в клинику — на этот раз в Ленинградский институт травматологии и ортопедии к известному хирургу А. И. Терещенко. В феврале 1983 г. Наталье сделали вторую операцию. Лишь в июле прошлого года рекордсменка СССР Наталья Бочина приступила к регулярным тренировкам.

— Сейчас, после травмы, мы с моим тренером Ниной Михайловной Гусевой делаем упор на технику бега, много работаем над стартом — он всегда был моим слабым местом. Включаю в тренировку упражнения со штангой и вообще заметно увеличила объем общефизической подготовки. Мне кажется, что я никогда не тренировалась так много, как сейчас. А техника бега, по-моему, стала лучше, — говорит Бочина.

Она готовится выступить на всех главных предолимпийских соревнованиях, полагая, что место в олимпийской команде на дистанции 200 м будет гарантировать результат 22,50.

СОХРАНЯЯ ТРАДИЦИИ

Это хорошо, что у нас существуют специализированные спортивные состязания, отличающиеся оригинальной программой, имеющие свое лицо. К таким с полным правом следует отнести соревнования по спринтерскому и барьерному многоборью на призы спортивного клуба «Десна» производственного объединения «Брянский машиностроительный завод».

В нынешнем году эти пользующиеся уже солидным авторитетом соревнования прошли в шестнадцатый раз. Популярность им прибавляют добрые традиции, в ряду которых прежде всего следует отметить гостеприимный прием участников и отличную организацию состязаний. Интересно, что в этом году время, которое показывали спортсмены, фиксировалось фотофинишным аппаратом собственного изготовления. Да, прибором, сконструированным и сделанным энтузиастами организованной при спортклубе «Десна» научно-практической лаборатории. Отличает соревнования в Брянске (и это тоже традиция) интересный состав участников, что позволяет атлетам на исходе зимнего сезона проверить еще раз себя в соперничестве с сильными спортсменами. Еще одна традиция — участие в соревнованиях ведущих советских спринтеров и барьеристов. В них в разное время выступали такие известные атлеты, как Людмила Самотесова, Наталья Лебедева, Людмила Кондратьева, Марина Степанова (Макеева), Андрей Прокофьев, Александр Пучков.

К ценным традициям надо отнести и умение организаторов каждый раз готовить для победителей и призеров оригинальные призы. Помогает содружество с Дятьковским хрустальным заводом — одним из старейших в стране предприятием, удивительные изделия которого пользуются заслуженной славой и у нас в стране, и за рубежом. Для победителей соревнований «Десна» дятьковцы каждый раз делают специальный приз.

Из спортсменов, входящих в группу сильных наших атлетов, в этом году в брянских соревнованиях приняли участие Ирина Добренко, Наталья Точилова, Марина Степанова (Макеева), Анна Титова, Али Алиев, Александр Романенко, Алим Сафаров, Павел Воронков. Они и были главными претендентами на почетные призы. А победителями соревнований стали в спринтерском троеборье (60, 150 и 300 м) М. Степанова и А. Сафаров, а в барьерном троеборье первенствовала И. Добренко и П. Воронков.

ЧЕСТЬ СМОЛОДУ

Я уверен: если такого воспитания не будет, то от человека трудно ожидать чего-либо путного. Вот и поговорим давайте об этом воспитании, которое в конце концов венчает успех любого дела.

В основе глубочайшего чувства нашего долга перед страной лежит прежде всего патриотизм, безграничная и непоколебимая вера в свой народ. Большая честь быть его представителем. Человек, как известно, не рождается патриотом, и чувство долга в нем формируют повседневные дела окружающих его людей, та активность, которую проявляет он сам. И чем больше это чувство в человеке, тем теснее жизнь человека переплетается с интересами его народа, тем ярче и заметнее роль данного человека в жизни общества. История советского спорта полна замечательными примерами проявления долга перед Родиной, защиты чести ее спортивного стяга. И мы не должны проходить мимо любого проступка, пусть даже не типичного в сути своей, но который накладывает тень на советский спорт, на нашу страну. Не будем забывать, что ныне с еще большим накалом идет борьба за умы человечества между капитализмом и социализмом. Мы обязаны говорить об этом, тем более что предстоящие летние Олимпийские игры будут проходить в США, цитадели ярого антисоветизма. Вот почему мы еще и еще раз должны говорить о достоинстве и чести советского спортсмена. Я знаю, что нет-нет да и проявляются еще у некоторых наших отдельных чемпионов признаки «звездной болезни». Можно ли от этого недуга излечиться? Думаю, да. И конечно, надо прежде всего предотвращать его, этот недуг.

Сегодня мои размышления связаны с итогами декабрьского (1983 г.) Пленума ЦК КПСС.

В их свете глубоко анализируешь главный резерв воспитательного процесса, который видится прежде всего в отношении человека к порученному делу. И в этом плане мне хотелось бы поговорить сначала о наставничестве, точнее, о роли наставника в воспитании. Думаю, в спорте эти слова не теряют своего смысла. Ведь, насколько я знаю, диплом, который получает выпускник спортивного вуза, свидетельствует, что его обладатель — педагог. У нас же, как посмотришь, спортсменов больше тренируют, забывая иногда о том, что надо и воспитывать.

Вот, например, как организо-

вано на нашей шахте наставничество. Ну, само собой, молодые рабочие прикреплены к опытным, старшим товарищам. Эта, в общем, форма не новая. Но используем и такую. В свое время мы ввели так называемый коэффициент трудового участия. Суть его проста: работаешь хорошо, получаешь соответствующие блага, провинился — не взыщи. Будь хоть семи пядей во лбу, герой из героев. И знаете, как такая форма дисциплинирует, поднимает сознательное отношение к труду, к делу, которое тебе поручили. А почему бы и в спорте не сделать что-то вроде нашего коэффициента трудового участия. Скажем, мастерство спортсмена растет из года в год, дисциплина его не вызывает нареканий, к тому же атлета можно увидеть не только на стадионе, но и в близлежащей школе или в Доме культуры, на предприятии или в колхозе. Он там не просто гость, а желанный человек, нужный. Пусть он встречается с молодежью, рассказывает о себе, о своих планах. Думаю, тема всегда найдется. Почему бы такого спортсмена как-то не выделить, не отметить. Да еще в торжественной обстановке. Уверен, если такое будет постоянно, если спортсмен будет видеть в этом не поручение, а необходимость, свою причастность к жизни коллектива, такое не останется бесследным. За такого атлета можно быть спокойным. Не подведет, в каких бы ситуациях не оказался.

Конечно, все, о чем я здесь говорю, наверняка делается. Но порой, по-моему, слишком уж сухо, казенно, что-ли. Скорее для «галочки», чем для души. Я знаю, что при каждой сборной команде есть тренерские советы, комсомольские и даже партийные группы. Это же великая сила! Только ее надо правильно использовать. А у нас зачастую все так упростили, что дальше ехать некуда. Одно комсомольское собрание перед выездом на соревнование с мало значащими словами напутствия руководителей — вот и, пожалуй, вся воспитательная работа. На учебно-тренировочных сборах почти то же самое. Ну, может, в гости какую-нибудь знаменитость пригласят. Вот и все. Весь процесс воспитания. Иной раз смотришь в планы культурно-массовой и политико-воспитательной работы и диву даешься — все на одно лицо, словно под копирку сделаны. Нет души в этих планах, не чувствуешь в них заботы тех, кто отвечает за порученное дело.



Наступил очередной летний легкоатлетический сезон. Он, как всегда, будет насыщен большими и малыми турнирами, в ряду которых Игры XXIII Олимпиады займут особое место. За оставшееся до Игр время предстоит еще немало сделать. Тем более, что за последнее время в адрес нашей главной команды страны не раз высказывались критические замечания. Причина одна: слабое выступление на международной арене. Анализируя выступления сильнейших атлетов страны, специалисты высказывали мнение, что в основе неудач лежат просчеты не столько в физической или тактической, сколько в морально-волевой подготовке атлетов. Как поднять на более высокий уровень воспитательную работу, где искать корни и черпать силу грядущих побед!... — на эти и другие вопросы отвечает бригадир комплексно-механизированной бригады горнорабочих очистного забоя шахты имени А. Ф. Засядько, Герой Социалистического Труда, делегат XXVI съезда КПСС Петр Семенович Негруца.

Смотришь на наших спортсменов — душа радуется. Стройные, подтянутые, веселые. И радость вдвойне, когда они приезжают с победой. На нашей шахте немало ребят, кто и уголек добрый выбивает, и на спортивных аренах рекорды ставит. И мастера спорта есть, и кандидаты на это звание. Когда только успевают все делать! Даже по-хорошему завидую им: сколько энергии, энтузиазма. Но нет-нет да набегают «тучки» на спортивном небосклоне.

Тут еду как-то в троллейбусе, напротив меня двое молодых парней стоят со спортивными сумками. Высокие, крепко сбитые, симпатичные ребята. Видно было, что спортсмены, да и разговор они вели все больше о спорте. И все бы ничего, но изредка беседа их переливалась нецензурной речью. Неприятно было слышать такое из уст молодых. Сделал замечание. Но я сейчас не об этом. О другом. Ведь кто-то этих ребят воспитывает, готовит к жизни. Невольно подумалось: нецензурная их речь — куда как не безобидные словечки. Нет! Тут, думается, нужно говорить о более серьезных вещах — об издержках воспитания. О выдержке, дисциплине, ответственности.

Мы сегодня много говорим о борьбе с безответственностью, недисциплинированностью. А ведь одна из причин, порождающих эти явления, по-моему, недостаточный уровень культуры в самом высоком и широком смысле этого слова. Той культуры, которую воспитывает искренняя увлеченность. А разве спортсмен, — настоящий атлет — не фанатик в своем увлечении!

Живое дело больше, чем металл ржавчины, боится формализма

Процесс воспитания — это не просто коллективно сходить в кино или театр, где можно увидеть о том, что такое хорошо и что такое плохо. Нет. В жизни все значительно сложнее.

Сложнее уже потому, что мы имеем дело с человеком. С конкретным человеком. И в коллективе надо видеть не всю массу людей, а каждого в отдельности, ибо каждый требует своего подхода. По своей бригаде знаю. Был в прошлом году у нас такой случай: за два часа до конца смены с работы ушли два молодых рабочих. Мне понятно: всякое бывает, — может, случилось что-то важное. Однако не предупредили ни звеньевую, ни меня. Что делать? Вроде бы на выполнение сменного задания бригады их уход не повлиял. Можно было бы спустить, как говорится, все на тормозах. Но ведь речь шла о молодых ребятах. И вот заседание совета бригады, членами которого наряду с ветеранами были и сверстники нарушителей. Можно себе представить, каким это был разговор. Им высказывали все, без обиняков. Говорили те, с кем плечо к плечу в забое работают. Представляет состояние ребят, которые не могли даже смотреть своим товарищам в глаза. Они поняли: чтобы выполнить сменное задание, бригаде из-за них пришлось работать с большим напряжением.

А разве нельзя опыт нашего совета бригады использовать и в работе со сборными командами. Будет ли это совет команды или еще что — суть не в этом, важно, чтобы ни одно, даже маленькое, нарушение не оставалось без внимания. Больше того, было гласным для всего коллектива. Кстати, о гласности. Бывает, что дружеский юмор в стенной газете возымеет большее действие, чем разговор руководителя «по душам». Нет, что ни говорите, а сила коллектива в воспитании очень велика.

Однако проблема обозначена четко: что же нужно делать и чего, наоборот, не нужно, чтобы среди спортсменов, членов сборных команд у нас было больше людей, болеющих за честь своего коллектива, за наши общие дела? Какие формы идеологической, политико-воспитательной работы лучше всего могут оправдать себя в условиях занятий спортом, а что вредит делу, мешает? Тут я все более убеждаюсь: живое дело лучше, чем металл ржавчины, боится формализма.

Я не случайно заговорил о гласности. Слышал, что наш чемпион мира Сергей Литвинов в Хельсинки во время награждения проявил бестактность к товарищам, зрителям. Но об этом я слышал, а что конкретно знаю о поступке Литвинова? Неужели команду легкоатлетов нельзя было сразу же после чемпионата мира привезти на телевидение, сделать что-то вроде встречи со зрителями. Пусть спортсмены ответили бы на вопросы любителей спорта. Да и те, кто готовил спортсменов к соревнованиям, пусть тоже держали бы ответ. И хорошее бы отметили, и промахи не забыли. А то ведь слухи-то уже ползут, обрастают небылицами, как снегом ком. Ну, не получилось на телевидении, есть же своя спортивная печать. Причем в каждой республике есть. Рассказали бы все, как есть, без приукрашивания.

Вот это и будет самое что ни на есть живое дело. Оно — это дело, многому научит не только самого виноватого, но и других. Тех, кто еще надеется на всепрощенчество. Ни на минуту нельзя забывать, что наши чемпионы — это кумиры миллионов мальчишек и девчонок. Каждый шаг чемпиона на виду, каждый их жест, каждое слово ловятся налету, воспринимаются по своему. Вот почему приходится говорить, что какими бы титулами спортсмен ни обладал, каким бы знаменитым и авторитетным ни был, прежде всего он должен быть человеком. С большой буквы Человеком. А тем более советский спортсмен.

Чего греха таить, мы пока больше спорту даем, чем спрашиваем с него. Вот, например, на шахте иные рабочие по несколько лет стоят в очереди на получение квартиры, а заезжий варяг из спортсменов, глядишь, не успел еще, как говорится, пыль дорожную стряхнуть, ему уже чуть ли не на подушечке ключи от квартиры несут. А что он сделал для города? Приехал! — и только. Не подумайте, что я против того, чтобы спортсменам давать квартиры или еще там что, нет. Знаю, что труд настоящего атлета, мастера своего дела — не сладкий мед. Поощрять лучших нужно, но мера поощрения должна быть соразмерена с тем вкладом, что вносится в общее дело. Это надо очень тонко чувствовать.

Многие беды еще у нас от инертности. Никогда не поверю, если мне скажут, что в той или иной команде никто не видит, что с отдельными спорт-

сменами происходит что-то неладное. Наверняка был и один проступок, и второй. Незначительные пусть, но были. На них сквозь пальцы посмотрели. А потом вдруг драка, нарушение тренировочного режима, употребление спиртных напитков. И пошло — поехало. Вот оно — следствие этой самой инертности.

О спортсменах говорят много. Но часто как-то получается, что не человек главный, а результат, который он показал. Это тоже наша беда. Мог бы здесь привести примеры, когда знал, что спортсмен, как человек, никудашный, но о нем такой очерк распишут, что диву даешься. Потому что он рекордсмен? А мне каково читать, а еще сотням, что знают этого «героя». Такие материалы пишутся на поверхностных фактах: родился тогда-то, жил там-то, далее — рекорды, рекорды... А человека-то не видно, характера нет. Настоящего, советского характера. Который бы научил жизни десятки тысяч пацанов, порадовал бы ветеранов. В таких случаях, по-моему, лучше воспитывать на примере тех, кто, как говорится, с неба звезд не хватает, но в спорте, в быту, да и вообще в жизни всегда остается человеком. Конечно, такого трудно выделить из общей массы: обыкновенный, не броский, он просто, как мы говорим, пашет. Но он есть — этот герой, труженик, которого надо искать и о котором надо чаще рассказывать.

Мне приходится бывать в нашей футбольной команде «Шахтер». Не только подбодрить перед матчем прихожу, но иногда и поругать. Чего скрывать, нарушения бывают всякие. И игра откровенно слабая случается. Наши встречи не проходят бесследно. Каждый член команды знает, что шахтеры всегда могут спросить с них за плохую игру, потребовать отчета. Кстати, отчеты футболистов перед нами, шахтерами, стали традиционными. И я скажу, что такие встречи благотворно влияют на коллектив. Почему не могут сделать этого же легкоатлеты? Они ведь тоже представляют чей-то коллектив. И у них есть свои поклонники. Честно говоря, когда я встречаюсь с футболистами, мне есть что им сказать. Начинаю всегда свой разговор с ними просто: ваша хорошая игра, ваши забытые мячи — это наше хорошее настроение.

А что такое для шахтера хорошее настроение? Это же лишние тонны угля. И, знаете, помогает такое.



РЕКОМЕНДУЕМ ПРОЧИТАТЬ

Спорт и личность. Спортивный ежегодник. Вып. 6-й/Сост. Елисейкин А.— М.: Мол. гвардия, 1983.— (Спорт и личность.) Выпуск посвящен вопросам развития физкультурного движения.

Станкин М. И. Спорт и воспитание подростка.— М.: ФиС, 1983. В книге рассказывается о педагогических способностях тренера, преподавателя физической культуры, необходимых для эффективного воспитания и перевоспитания подростков.

Плахтиенко В. А., Блудов Ю. М. Надежность в спорте.— М.: ФиС, 1983.— (Наука — спорту; Психология.) В книге рассматриваются теоретико-методологические основы проблемы надежности в спорте. Авторы раскрывают возможности прогнозирования надежности спортсмена, спортивной команды, дают практические рекомендации.

Джамгаров Т. Т., Румянцева В. И. Лидерство в спорте.— М., ФиС, 1983.— (Наука — спорту; Психология.) В книге даны описания лидерства, показаны функции лидера, его вклад в достижение командной цели.

Сирис П. З. и др. Отбор и прогнозирование способностей в легкой атлетике / Сирис П. З., Гайдарска П. М., Рачев К. И.; Предисл. Ю. Г. Травина.— М.: ФиС, 1983. Советский автор П. Сирис и болгарские специалисты П. Гайдарска и К. Рачев привносят методические рекомендации (тесты, нормативы, физиологические и антропометрические характеристики) по отбору спортсменов и их специализации.

История физической культуры и спорта. Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В. В. Столбова.— М.: ФиС, 1983. В учебнике рассматриваются всеобщая история физической культуры и спорта, история физической культуры и спорта в СССР, история международно-го спортивного движения.

МЕТАНИЕ СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНИКА МОЛОТА

ЗАОЧНЫЙ ФАКУЛЬТЕТ
ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ
ТРЕНИНГОВОГО МАСТЕРСТВА

В 1954 г. советский метатель молота Михаил Кривонос стал чемпионом Европы и установил мировой рекорд — 63,34. С этого времени наши метатели успешно конкурируют с сильнейшими зарубежными спортсменами практически на всех крупных международных турнирах. Легкоатлетическому миру хорошо известны имена Василия Руденкова, Ромуальда Клима, Анатолия Бондарчука, Юрия Седых, Сергея Литвинова и других спортсменов, каждый из которых вписал яркую страницу в историю легкой атлетики.

■ Конечная цель спортивного совершенствования — достижение рекордных результатов или завоевание побед на соревнованиях самого высокого ранга — определяется интегральной готовностью спортсмена. Ее составляющими являются физическая и техническая подготовленность, тактическое мастерство, состояние важнейших для данного рода деятельности функциональных систем организма, отражающих прежде всего психофизиологическое состояние, состояние системы координации двигательной деятельности и анализаторных систем. Таким образом, решение вопросов качественного и количественного взаимосочетания уровней развития различных сторон подготовленности с целью достижения наивысшей интегральной готовности к моменту участия в соревнованиях — суть всего процесса подготовки спортсменов.

В СЛОЖИВШЕЙСЯ СИСТЕМЕ подготовки метателей структура тренировочных упражнений в основном определяется упражнениями, совершенствующими в первую очередь скоростно-силовую подготовленность (43%), и упражнениями специального технического характера (40%). Оставшиеся упражнения представляют бег, прыжки, различные спортивные игры. Соотношение первых двух групп упражнений в годичном цикле изменчиво: первые в большей мере присутствуют в подготовительном периоде, вторые — в соревновательном.

Такая структура средств тренировки определяет скоростно-силовую направленность подготовленности метателей. Фактор скоростно-силовой подготовленности остается наиболее значимым на всех этапах годичного цикла подготовки метателей.

В подготовительном периоде лишь шестое по значимости место в факторной структуре ин-

тегральной готовности у метателей занимают показатели психофизиологического состояния и уровня развития координации двигательной деятельности.

Однако в соревновательном периоде координационная подготовленность, способность к ориентации в пространстве, а также состояние вестибулярного анализатора, функции равновесия занимают уже более высокие места в иерархии признаков подготовленности метателей.

Наряду с этим (и это особенно важно) наши исследования показали, что спортивный результат в метании на уровне развитого спортивного мастерства в основном определяется уровнем координационной и технической подготовленности. Поэтому трудно найти возражение суждению о том, что наряду с очевидной важностью всех составляющих интегральную готовность ее реализация в спортивный результат возможна лишь при технически совершенном исполнении двигательного действия.

Еще в 1967 г. В. М. Дьяков обратил внимание на различие понятия спортивной техники и технического мастерства. Одной из важнейших задач совершенствования технического мастерства он определял повышение эффективности техники спортивных движений, главным фактором которой называл стабильность и устойчивость двигательных координаций, точность движений.

Спортивная техника — это специализированная система одновременных и последовательных движений, направленных на рациональную организацию взаимодействия внешних и внутренних сил, действующих на тело спортсмена, с целью наиболее полного и эффективного использования их для достижения возможно более высоких спортивных результатов.

В понятие же технического мастерства наряду с вполне понятным наличием выработанных двигательных навыков включается совершенство механизмов саморегуляции и управления движениями, которые в конечном счете и обеспечивают высокий и, главное, устойчивый эффект спортивного действия в условиях обостренной спортивной борьбы.

Есть все основания во всей сложной структуре совершенствования способностей к исполнению специфических упражнений наряду с понятиями техники и технического мастерства выделять еще и понятие коор-

динационной подготовленности. Причем ее необходимо подразделять на общую координационную (ОКП) и специальную координационную подготовленности (СКП). В этом случае техническое мастерство или способность к выполнению специфической двигательной деятельности во многом отождествляется с СКП.

В ФИЗИОЛОГИИ ДВИЖЕНИЙ имеются исследования, которые свидетельствуют о наличии трех раздельных подсистем управления пространственными, временными и силовыми компонентами произвольных движений (причем организация движений по пространственным параметрам происходит более совершенно, чем по временным и силовым). Иными словами, при анализе техники, в частности метания молота, все исследования в конечном счете сводятся к изучению трех переменных движения — времени, пространства и силы в их взаимосвязи и единстве.

1. Важнейшим элементом структуры является временная организация движений или временные компоненты техники метания молота, и в первую очередь темповые и ритмические взаимоотношения фаз и частей движений.

Биомеханический анализ временной организации движений по поворотам у сильнейших метателей молота мира имеет свою предысторию. Так, анализ, выполненный американским специалистом И. Блэком во время Монреальской олимпиады, выявил, что длительность трех поворотов и финала (при средней дальности бросков 74,37) оказалась равной $1,55 \pm 0,01$ с. Длительность первого, второго и третьего поворотов составляла соответственно $0,64 \pm 0,2$ с, $0,48 \pm 0,3$ с и $0,43 \pm 0,1$ с. Время полета молота при этом равнялось $3,8 \pm 0,2$ с. Корреляционная зависимость результатов бросков от длительности поворотов была слабой (0,29). Причиной такой слабой зависимости дальности полета молота от длительности поворотов могло стать неадекватное определение фазовой структуры броска на основании подразделения его по поворотам. Это и подтвердилось результатами наших исследований*.

При изучении техники метания сильнейших метателей была выявлена тесная корреляционная зависимость дальности полета молота от длительности фаз

поворотов (при метании с трех поворотов). Причем с длительностью двухполюсных фаз результат коррелировал положительно, а однополюсных фаз — отрицательно. Следовательно, уменьшение длительности однополюсных фаз и увеличение длительности двухполюсных фаз поворотов способствует увеличению дальности полета молота. Длительность выполнения финального движения также положительно коррелирует с результатом.

Из сказанного следует, что для современной техники метания молота с трех поворотов характерно стремление к уменьшению отношения однополюсных и двухполюсных фаз поворотов. Предпочтительнее также такой ритм метания, когда имеется заметное сокращение длительности каждого из последующих поворотов, что соответствует увеличению скорости выполнения поворотов. Финал следует выполнять как можно «шире», «длиннее».

Структура временной организации метания молота с четырех поворотов оказалась значительно сложнее, что в первую очередь определяется спецификой выполнения первого поворота на передней части стопы (на носке). Ведущим фактором особенности временной организации движений при выполнении первого поворота является стремление к значительному по времени двухполюсному

*Для регистрации кинематических характеристик техники метаний использовался аппаратный комплекс «Атлет-2». В качестве регистрирующей аппаратуры использовались две скоростные синхронизированные кинокамеры, ориентированные по сагиттальной и фронтальной осям к объекту съемки на высоте 1 м от поверхности круга. Материалы киносъемки подвергались циклограмметрическому анализу. В качестве иллюстраций приводятся кинограммы броска С. Литвинова на 84,14 м, фотографии отдельных поз Ю. Седых и И. Никулина и рисунки с изображением проекций траекторий движения молота на фронтальную и сагиттальную плоскости (цифрами на кинограммах указывается текущее время; сплошной линией — траектория движения молота в двухполюсных фазах, прерывистой — в однополюсных).

В 1956 году Михаил Кривоносов открыл нашим метателям молота дорогу на олимпийский пьедестал



Высота расположения НТ и ВТ (в см) и углы наклона траектории движения молота (в град.)

	Нижняя точка				
	1	2	3	4	Финал
С. Литвинов	47	25	17	14	9
И. Никулин	80	72	52	38	23
Ю. Седых	27	23	16	—	10

	Верхняя точка				
	1	2	3	4	Финал
С. Литвинов	153	185	193	195	165
И. Никулин	127	163	200	215	162
Ю. Седых	180	206	220	—	183

	По поворотам				Финальный разгон	Угол вылета
	1	2	3	4		
С. Литвинов	16	29	34	35	38	38
И. Никулин	2	8	21	32	36	40
Ю. Седых	24	31	38	—	39	39

положению во входе в первый поворот (что равнозначно далекому выводу молота влево и по широкой амплитуде во входе до момента отрыва правой ноги от поверхности круга (кадры 1—3). Это, в свою очередь, приводит к уменьшению отношения времени одноопорного и двухопорного положений в первом повороте и к увеличению отношения длительностей первого и последнего поворотов.

Второй фактор отождествляется с величиной отношения длительностей одноопорных и двухопорных фаз в третьем и в четвертом поворотах. Важное значение в оценке техники метания молота с четырех поворотов имеет уменьшение длительности одноопорной фазы в четвертом повороте, что может быть достигнуто быстрой постановкой правой ноги и увеличением скручивания туловища метателя перед исполнением финала (кадр 17). Другие факторы отражают ритмику броска в целом, а именно отношение длительности второго и третьего поворотов и финала к длительности четвертого поворота. Итак, при анализе временной

структуры техники метания молота с четырех поворотов на первое место также выдвигаются временные соотношения отдельных фаз поворотов, а ритм выполнения всего движения отодвигается на второй план.

Заканчивая разговор о временной организации движений в метании молота, отметим один важный момент, который заключается в принципиальных различиях координации движений по темпу и ритму.

В связи с этим важным показателем совершенства технического мастерства спортсмена является сохранение стабильной ритмической структуры броска при различном темпе метания (в том числе и при метании снарядов разного веса).

II. Характерной пространственной особенностью современной техники метания молота является далекий вывод снаряда влево в двухопорном положении при входе в первый поворот (фото 1). Правая нога, поворачиваясь на носке, выталкивает тело на вращающуюся на пятке или носке левую ногу, которая, находясь в упоре,

противодействует этому. В результате ОЦМ проецируется примерно на середину прямой, соединяющей точки опоры. Угол в коленном суставе левой ноги в момент перехода в одноопорное положение составляет у С. Литвинова 135° , а в коленном суставе правой ноги около 90° (кадр 3). В момент постановки правой ноги при переходе из одноопорной в двухопорную фазу второго поворота первый угол уменьшается до 98° , а второй увеличивается до 140° (кадр 5). Такая закономерность изменения углов в коленных суставах сохраняется при выполнении всех поворотов. Однако если диапазон изменений угла в коленном суставе левой ноги в поворотах колеблется в пределах $30\text{—}47^\circ$, то в коленном суставе правой ноги наибольшие изменения угла наблюдаются в первом повороте, а затем они варьируются в пределах $5\text{—}15^\circ$.

Руки метателя остаются прямыми и не напряженными во всех положениях. Это особенно важно в момент постановки правой ноги на поверхность круга, когда создается максимальное скручивание осей таза и плеч.

Поскольку изменения угла скручивания сопряжены со сменной одноопорных и двухопорных положений, то они характеризуют изменения пространственной угловой величины траектории движения молота в одноопорной или в двухопорной фазе (на рисунках траек-

торий они различаются характером линий).

На рис. 1 положение молота в моменты снятия и постановки правой ноги в каждом из поворотов на траектории движения снаряда в броске С. Литвинова на 84,14 обозначены: в моменты снятия правой ноги цифрами 4, 20, 33, 44; в моменты постановки — цифрами 12, 27, 39, 50. Закономерность изменений положения данных точек очевидна — это все больший перевод положения молота в левую сторону по траектории движения в момент снятия правой ноги (кадры 7, 11, 15) и такой же перевод по траектории в моменты ее постановки (кадры 5, 9, 13). Исключения составляют вход в первый поворот и приход на правую ногу перед выполнением финала, о чем уже говорилось выше (кадры 3 и 17).

В качестве достаточно информативных пространственных характеристик техники метания приведем углы наклона траектории движения молота, высоту расположения нижней и верхней точек траектории (НТ, ВТ) над поверхностью круга и углы вылета молота сильнейших метателей (см. таблицу).

Отличительной особенностью современной техники метания молота является постепенный и значительный перевод от поворота к повороту положения нижней точки также в левую сторону по направлению вращения, или, что взаимобусловленно, изменение положения плоскости траектории движения

МЕТАНЦЕ МОЛОТА

молота по поворотам по отношению к направлению поступательного перемещения метателя.

Все вышесказанное обуславливает соответствующие изменения пространственных характеристик техники.

Плоскость траектории движения молота при выполнении поворотов наряду с разворотом в сторону выполнения вращений приобретает все более вертикальное положение. В рекордном броске С. Литвинова такой разворот плоскости вращения молота был в пределах

65°, а изменение угла наклона плоскости составило 22°.

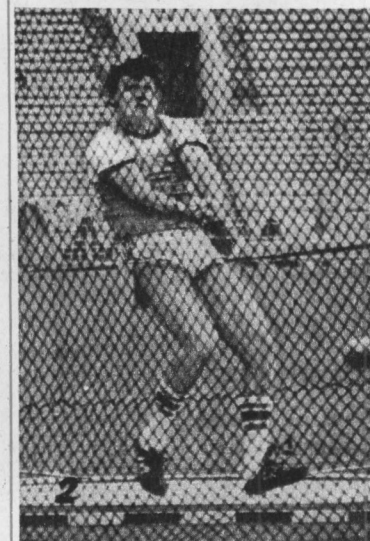
Следующим фактором пространственных изменений положения плоскости движения молота является постепенное и значительное смещение ее в левую сторону (у Литвинова это перемещение достигает 45 см).

Значимость выделенных факторов для характеристики современной техники метания молота подчеркивается соответствующими показателями техники метания двукратного олимпийского чемпиона Ю. Седых (рис.

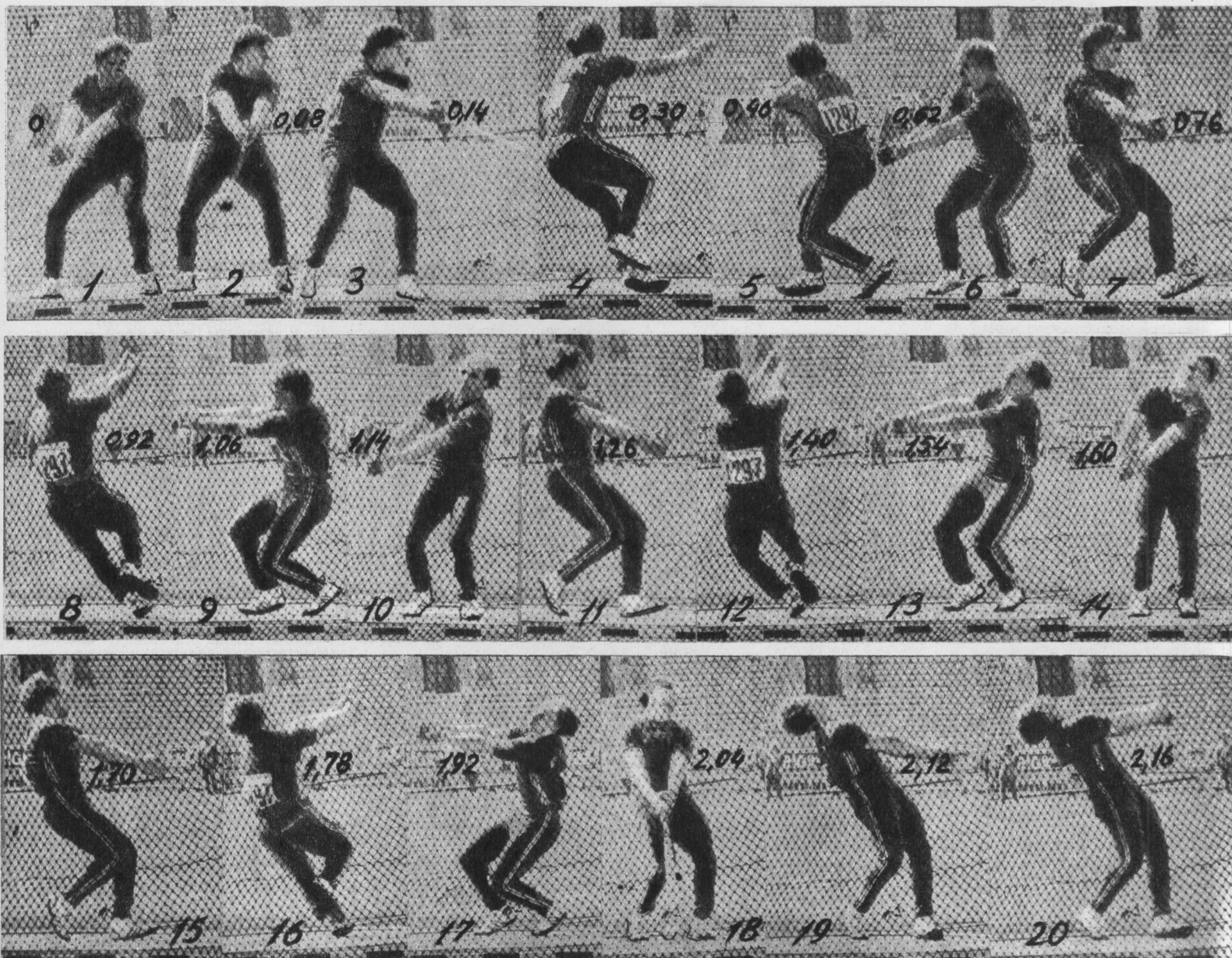


Фото 1

Фото 2



Кинограмма 1



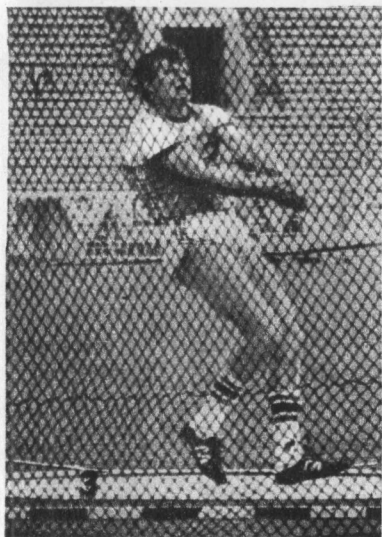


Фото 3

3—4) и призера чемпионата Европы И. Никулина (рис. 5—6).

В технике Ю. Седых присутствуют все перечисленные закономерности пространственных изменений положения плоскости траектории движения молота. Правда, они заметно менее выражены (разворот плоскости почти в два раза меньше, изменение угла наклона — 15° , перемещение влево — незначительное (6—8 см).

В отличие от Ю. Седых, техническое мастерство которого совершенно, но сам вари-

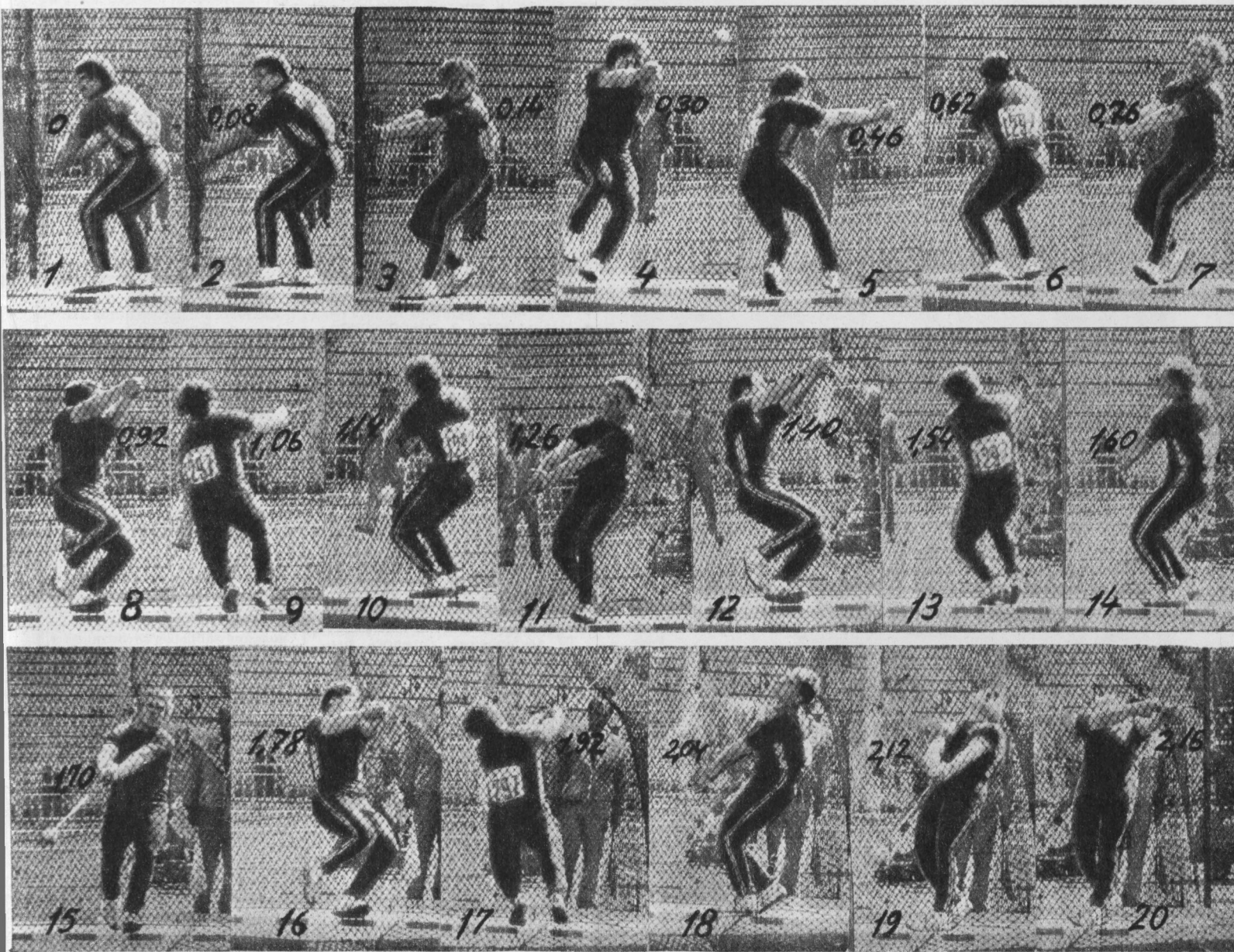
ант техники (с тремя поворотами) менее эффективен, чем у Литвинова, метанию И. Никулина присущи значительные ошибки, хотя его техника принципиально аналогична технике С. Литвинова.

Известно, что расположение плоскости вращения молота в начале разгона (в размахиваниях) близкое к горизонтальному — выгодно. Однако у И. Никулина эта близость — чрезмерна, так как в процессе выполнения поворотов ему приходится сильно изменять наклон траектории, чтобы при-

дать молоту оптимальный угол вылета. Спортсмен справляется с задачей, однако это существенно усложняет двигательные действия и, как следствие, снижает их надежность, приводит к ошибкам.

В качестве характерных ошибок следует указать на смещение положения молота на траектории в момент отрыва правой ноги от поверхности круга не влево по траектории, как у С. Литвинова, а вправо, что приводит к сокращению длительности двухопорных фаз поворотов, а следовательно, и

Кинограмма 2



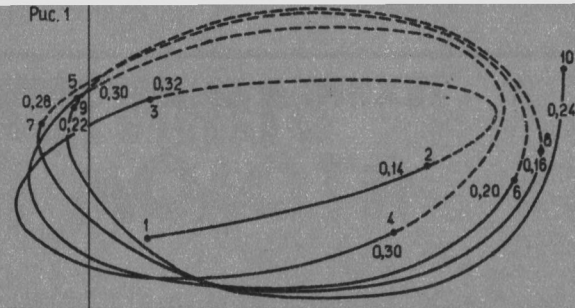


Рис. 2

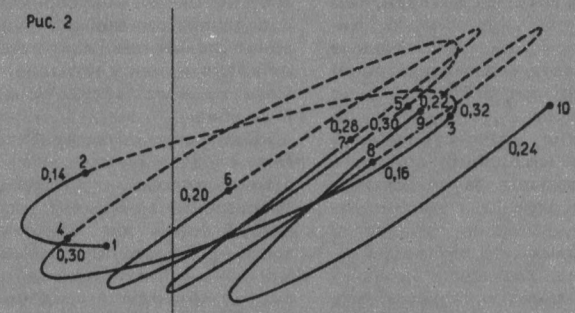


Рис. 3

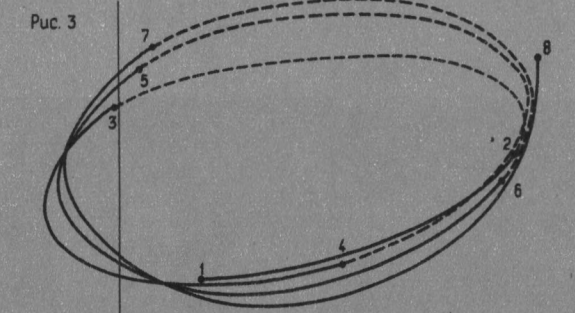


Рис. 4

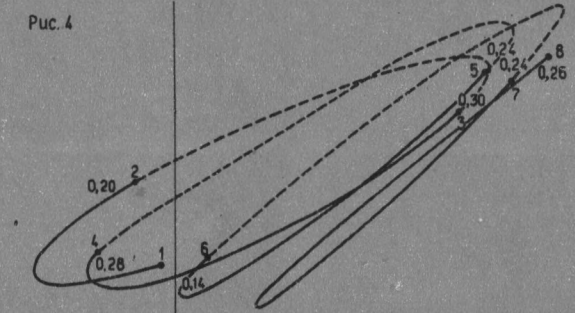


Рис. 5

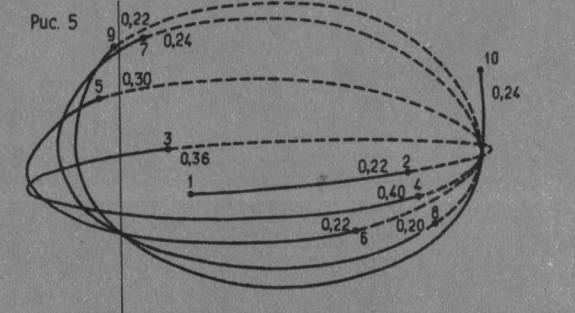
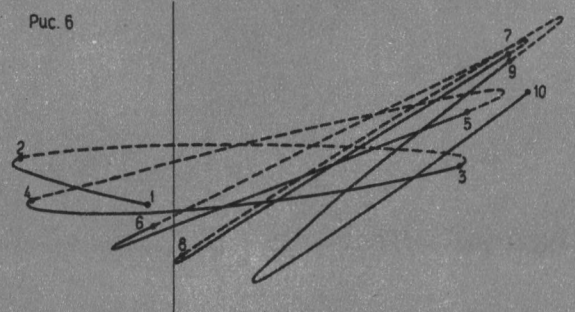


Рис. 6



к уменьшению времени приложения силы для разгона молота. И особенно влияет на снижение дальности метания сужение траектории движения молота. Если в правой части траектории ее изменения по мере выполнения поворотов отвечают известным принципам, то в своей восходящей части траектория совершенно не перемещается влево. Все это приводит к смещению ОЦМ тела на правую ногу в момент ее отрыва от круга, преждевременному развороту плеч (сравните кадры 11 и 15 на кинограмме С. Литвинова и фото 2 и 3, на которых изображено положение спортсмена в моменты отрыва правой ноги от круга во входе в третий и четвертый повороты), а также к значительному напряжению мышц рук и плечевого пояса.

III. Исследование силовой структуры техники метания молота производится с помощью тензометрической регистрации силы натяжения троса молота при выполнении броска. Как же изменяется максимальная и минимальная сила натяжения троса молота в предварительных раскручиваниях, поворотах и финале?

Сила натяжения троса молота увеличивается в двухопорной фазе и уменьшается в одноопорной фазе. При этом значения максимальной и минимальной силы натяжения увеличиваются от поворота к повороту. Плавный и ритмичный характер этого прироста от поворота к повороту является положительной стороной техники метания.

Существенным фактором силовой структуры техники метания молота является величина потери силы натяжения, которая имеет место во время прохождения одноопорной фазы поворотов. В процессе совершенствования техники такие потери должны уменьшаться.

В заключение хотелось бы еще раз подробнее остановиться на вопросе координационной подготовки. Практически весь многообразный процесс совершенствования техники сводится к становлению определенного стандартизированного двигательного действия, иными словами, к образованию навыков в проявлении усилий для перемещения отдельных частей тела метателя и снаряда в пространстве и времени.

И если нам достаточно хорошо известны методы развития двигательных качеств метателей и средства совершен-

ствования техники, то в вопросах координационной подготовки пока еще есть немало белых пятен. Нам представляется, что тренерам и ученым нужно сосредоточить внимание на освоении уже разработанных средств и методов развития общей координационной подготовленности, а затем на этой основе — и на специальной координационной подготовленности. Нужно определить их взаимосвязи, найти пути взаимного влияния и переноса уровня развития одной в другую. Это позволит более эффективно вести техническую работу на всех этапах многолетнего тренировочного процесса метателей молота.

Ю. БАКАРИНОВ,
мастер спорта СССР,
кандидат биологических наук,
А. ФАНТАЛИС,
мастер спорта СССР
В. ЧЕБОТАРЕВ
мастер спорта СССР



**РЕКОМЕНДУЕМ
ПРОЧИТАТЬ**

Стресс и тревога в спорте: Международный сборник научных статей / Сост. Ю. Л. Хавин.— М.: ФиС, 1983. В сборнике обобщается передовой опыт в области исследований стресса.

Педагогика: Учебник для техникумов физической культуры / Под ред. В. В. Белорусовой.— М.: ФиС, 1983. В учебнике дано научное обоснование вопросов воспитания и обучения.

Вирюков А. А., Буровых А. Н. Практикум по спортивному массажу: Пособие для инструкторов физической культуры.— М.: ФиС, 1983. Практикум предназначен для студентов институтов физической культуры, факультетов физического воспитания педагогических институтов, тренеров и массажистов.

Новиков И. Т. Олимпийский меридиан Москвы.— М.: ФиС, 1983. Автор рассказывает о том, как готовилась и проходила Московская олимпиада. Затронуты все аспекты подготовки и проведения Игр.

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Первая кинограмма — это была кинограмма техники бега чемпиона Европы 1954 г. Ардальона Игнатьева — появилась еще в № 2 «Легкой атлетики» в 1955 г. С тех пор журнал опубликовал не менее 500 кинограмм сильнейших бегунов, прыгунов и метателей СССР и мира с комментариями лучших тренеров, специалистов, ученых. Было время, когда для публикации кинограмм делалась специальная вкладка или они помещались на 3-й странице обложки, но чаще всего кинограмма занимала в журнале центральное (в прямом и переносном смысле) — место — на 16-й и 17-й страницах. Такое положение кинограмм не случайно: оно позволяет расположить на одном журнальном развороте и фотографию спортсмена, и динамику его результатов, и саму кинограмму, и комментарий к ней. Вот о комментариях мы и хотели сегодня поговорить поподробнее.

В течение ряда лет сложилась довольно традиционная форма анализа техники, где наряду с некоторыми данными о спортсмене (дата рождения, рост, вес, результаты в смежных видах или в контрольных упражнениях) комментатор приводил данные, характеризующие главным образом внешний рисунок движений спортсмена, взаимосвязь и последовательность тех или иных элементов, попутно указывая на наиболее характерные ошибки. Но достаточен ли такой комментарий сейчас? Удовлетворяет ли он наших читателей?

Вот что пишет в своем письме кандидат педагогических наук Л. И. Дурсенев из Харькова:

«В настоящее время, когда специалисты владеют методикой получения массы интересной информации на основе данных кино съемки, те кинограммы, которые вы печатаете, должны сопровождаться именно этой информацией. Те, кто сопровождает текстом кинограммы, должны быть прежде всего исследователями... К сожалению, текстуальное сопровождение кинограмм в журнале сейчас находится на уровне 30—40-х годов. А ведь мы живем в восьмидесятых, когда уровень подготовки и знания наших специалистов неизмеримо выросли».

Л. И. Дурсенев предлагает, чтобы в анализе кинограмм фигурировали такие параметры, как скорость бега или разбега, скорость вылета тела или снаряда, углы вылета и изменения направления скорости, амплитуда и скорость маховых движений, и т. п.

На первый взгляд, предложение это весьма логичное. И в самом деле, существующие сейчас инструментальные методики позволяют по кинограмме (с известной частотой съемки и ее масштаба) определить большинство временных и пространственных характеристик движений. Справедливости ради отметим, что и в журнале подобный расчет кинограмм производился. Для примера сошлемся хотя бы на анализ кинограммы чемпиона мира в прыжке с шестом С. Бубки, опубликованный в № 12 за 1983 г.

В то же время часть тренеров, в своем большинстве работающие в ДЮСШ и СДЮШОР, сетуют на то, что для них данные, за которые ратует Л. И. Дурсенев, являются малоинформативными по той причине, что они не имеют возможности сравнивать параметры сильнейших с аналогичными характеристиками своих воспитанников. Ведь в спортивных школах нет не только видеоматрифоносов, но и кинокамер для фиксации кинограмм юных спортсменов. В школе кинограммы используются главным образом как наглядное учебное пособие, и при этом, естественно, описание движений приобретает немаловажную роль. Это следует учитывать при публикации кинограмм, поскольку в контингенте читателей юные спортсмены и тренеры спортшкол составляют самую многочисленную группу.

А возможно, истина лежит посредине двух высказанных точек зрения. И человек, комментирующий кинограмму, должен провести все необходимые исследования по изучению временных и пространственных характеристик техники, а в своем анализе в достаточно доходчивой форме использовать только те из них, которые будут информативными для широкого круга спортсменов и тренеров.

Словом, нам хотелось бы продолжить разговор на эту волнующую нас тему, и поэтому мы просим читателей высказаться по этому вопросу: каким, по их мнению, должен быть по форме и содержанию комментарий к кинограммам сильнейших атлетов.

Е. ЧЕН,
редактор отдела
«Техника и методика»



КНИГИ ГОДА

КАКИЕ КНИГИ ВЫПУСКАЕТ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ» В ТЕКУЩЕМ ГОДУ? ЭТОТ ВОПРОС ИНТЕРЕСУЕТ МНОГИХ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ.

Несколько названий книг получают любители легкой атлетики, спортсмены и тренеры. В серии «Твой первый старт» выйдут из печати книги олимпийской чемпионки в беге на 1500 м Л. Брагиной «Мечтам надо сбываться» и экс-рекордсмена мира в прыжке в длину И. Тер-Ованесяна «Летающие над землей», где авторы делятся секретами своего мастерства, дают советы юным атлетам. Четырехкратный олимпийский чемпион В. Санеев в книге «Четвертая вершина» рассказывает о своем пути в спорте, делится взглядами на процесс воспитания спортсмена. Подготовлено учебно-методическое пособие для ДЮСШ «Юный легкоатлет» (авт. В. В. Попов, Ф. П. Сулов, Е. И. Ливадо). В книге «Герои Московской олимпиады» (сост. Т. В. Козлова) читатель узнает о таких атлетах, как С. Коз, Л. Домбровский, П. Меннеа, М. Ифтер и др. Подготовлены к печати традиционный ежегодник «Панорама спортивного года, 1983» (сост. А. Н. Корольков), литературный сборник «Эстафета». Будут изданы также «Таблицы оценки результатов в легкой атлетике» (сост. А. А. Ушаков, А. С. Полосин), которые можно использовать при проведении соревнований.

Серия «Наука — спорту» пополнится книгами: Ю. А. Коломейцева «Взаимоотношение в спортивной команде», Р. А. Пилояна «Мотивы спортивной деятельности», Э. М. Синельниковой «Основы неврологического контроля», Е. Н. Суркова «Психомоторика спортсмена», В. Л. Уткина «Биомеханические аспекты спортивной тактики», С. В. Хрущева и В. В. Шварца «Медико-биологические аспекты спортивной ориентации», В. И. Шапошниковой «Индивидуализация и прогноз в спорте».

Учащиеся техникумов физической культуры получат учебники по анатомии, физиологии, психологии, истории физической культуры и спорта, студенты институтов физической культуры — учебное пособие «Введение в эстетику спорта». Небезынтересными для наших читателей будут книги: В. Ф. Башкирова «Комплексная реабилитация

спортсменов при повреждении опорно-двигательного аппарата», Р. М. Загайнова «Психолог в команде», «Очерки по теории физической культуры» (под ред. Л. П. Матеева), «Воспитание подростков в спортивном коллективе» Ю. И. Зотова, «Спорт — политика — идеология» К. С. Степового.

Значительное число книг адресовано самостоятельно занимающимся физической культурой и оздоровительным бегом. Это сборники «Физкультура и здоровье», вып. 1 и 2 (сост. С. В. Шенкман), и «Бег для всех» (авт. А. К. Шедченко), красочно иллюстрированное издание для людей различного возраста «Искусство быть здоровым» (авт.-сост. А. М. Чайковский и С. В. Шенкман), «Вас приглашает КЛБ» (авт. В. Н. Воробьев, А. К. Шедченко), книга «Упражнения на выносливость — программа здоровья» (пер. с нем. под ред. Х. Келлера).

В серии «Физкультура и здоровье» выйдут книги: «Выбираю бег» — автор председатель КЛБ Смоленска Е. Г. Мильнер, «Босиком за здоровьем» Н. А. Апарина, «С помощью движений» М. Ф. Гриненко и Г. С. Решетниковой, книги В. С. Преображенского «Доктор ФиС: советы детям и родителям», Ю. С. Николаева и Е. И. Нилова «Удовольствие или здоровье?», Н. Т. Веляковой «Стань сильным, ловким, выносливым», а также переводные издания «Если вам за 50» Р. Ги ббса (пер. с англ.), «Опасный мир калорий» Р. Долечека (пер. с чешск.), С. Лямираль и К. Рипо «Растите детей здоровыми» (пер. с фр., 2-е изд.).

Будут выпущены книги-раскладушки, представляющие собой краткие руководства, «Физкультура для тебя» М. Ф. Гриненко, «Бег для здоровья» и «Ходьба для здоровья» М. П. Сотниковой, разработка для методистов и тренеров, занимающихся с группами здоровья, «Физкультурно-оздоровительные группы» (сост. В. И. Капитанов, И. Т. Осипов, В. Г. Фадеев).

Несколько названий книг подготовлено для наших читателей издательством «Молодая гвардия». Это ежегодник «Спорт и личность» (вып. 7-й), информационный сборник «Все о спорте: 100 вопросов — 100 ответов» (вып. 2-й), книги Н. М. Долгополова «По ту сторону спорта» и А. А. Вирюкова «Секреты массажа» (2-е изд.). В издательстве «Медицина» будут опубликованы «Заболевания и повреждения при занятиях спортом» (под ред. А. Р. Дембо, 2-е изд.), руководство для врачей «Спортивная медицина» (под ред. А. В. Чоговадзе, Л. А. Бутченко). Издательство «Высшая школа» выпустит учебное пособие для учащихся техникумов «Физическое воспитание» (авт. Н. К. Коробейников, А. А. Микеев, И. Г. Николаенко).

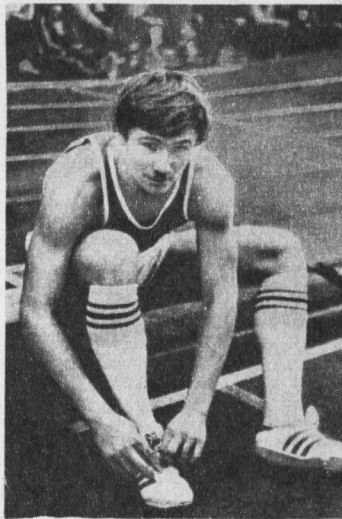


... ТЫ
ПРЫГНЕ
НА
5.80

Сергей Бубка.
Родился 4 декабря 1963 года
в Ворошиловграде
Легкой атлетикой начал
заниматься в 1973 году.
Мастер спорта СССР
международного класса.
Чемпион мира в прыжке
с шестом.

Так закончились
соревнования прыгунов
с шестом в Хельсинки:
Сергей Бубка —
чемпион мира!

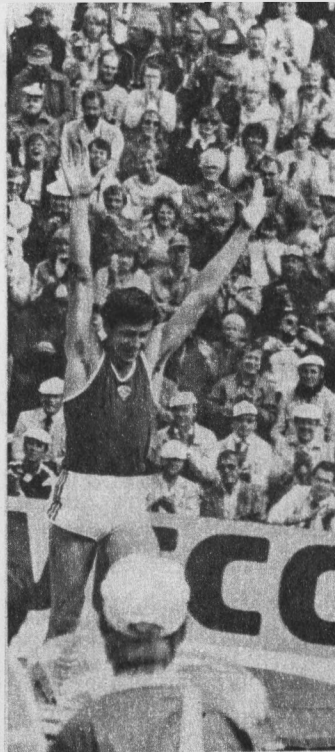
Приятна усталость
после хорошо
сделанного дела...



■ 14 августа 1983 г. в 16 часов 30 мин в Хельсинки после шести с половиной часов борьбы закончились соревнования в прыжке с шестом. У них, так же как и у прыгунов в высоту, странная судьба: даже победив в соревнованиях, они покидают сектор счастливыми, но побежденными... непокорной планкой. Ведь соревнования заканчиваются только тогда, когда последний участник трижды неудачно штурмует последний рубеж. Так и в Хельсинки счастливый победитель — Сергей Бубка — спрятал в чехол свой боевой шест только после того, как трижды неудачно пытался преодолеть высоту 5,82, которая тогда на 1 сантиметр превышала мировой рекорд Владимира Полякова.

Своей победой Сергей — ему единственному среди 27 участников покорилась высота 5,70 — отметил своеобразный юбилей. Исполнилось ровно 10 лет с того дня, когда он начал занятия легкой атлетикой в нашей группе прыгунов с шестом.

Ко времени первого знакомства с Сергеем я уже 6 лет занимался тренерской работой. Успел пережить радость начала творческой тренерской деятельности, первые небольшие успехи и первые разочарования. Словом, успел испытать те состояния, что проходят, наверное, все молодые тренеры. Кто из нас не таил сокровенных надежд, набирая первую в своей жизни группу юных спортсменов? Кто не рассчитывал на то, что именно здесь, среди этих вихрастых и голенастых ребят и скрывается будущий



ТЕХНИКА И МЕТОДИКА

крепьши и бросаются в глаза первыми при отборе), то с течением времени стал больше обращать внимание на такие качества, как импульсивность, ловкость. Меня привлекали подруги с небольшим весом. Но и среди таких я старался отбирать тех, кто имел predisposition к наращиванию силовых качеств.

Если охарактеризовать первое направление в работе с новичками, то его можно назвать игрой. Это была многоборная подготовка с элементами гимнастики, но самое большое место в ней занимали



В Вильнюсе 15 января
Сергей Бубка установил
свое первое высшее
мировое достижение — 5,81

чемпион? Увы, как редко сбываются эти розовые мечты!

Вот и из моих первых групп не вышли чемпионы, хотя тренировались ребята добросовестно, выполняли юношеские и взрослые разрядные нормативы. И вот осенью 1973 г. я набрал очередную группу ребят 1963—1964 гг. рождения. После нескольких контрольных испытаний в ней остались 8 ребят и среди них 10-летний Сережа Бубка.

Наверное, нужно сказать, что к этому времени у меня уже сложились некоторые критерии, которыми я пользовался при отборе в свои группы. Если в первые годы я брал ребят покрепче (кстати, именно такие

различные игры и игровые эстафеты. И в первых своих соревнованиях ребята выступали в самых различных видах. Так, например, Сережа в одном из таких состязаний прыгнул в длину на 4,20, в высоту на 1,25, пробежал 30 м с низкого старта (по движению) за 4,6 и 60 м — за 8,6. Примерно такие же результаты показывали и его ровесники. А вот в одном упражнении — в подтягивании — Сережа меня, признаться, удивил. Он сумел подтянуться «в каче» 15 раз и после этого еще один раз «силой».

Но настоящее потрясение (другого слова не подберешь) я испытал на одной из трени-

ровок в 1975 г. К этому времени мы уже осваивали специальные упражнения для прыжка с шестом и ребята прыгали с алюминиевым снарядом (кстати, первым официальным результатом Сережи в этом виде были 2,75). Так вот, прыгая с этой алюминиевой палкой, причем босиком по травяному грунту, он сумел преодолеть высоту 3,50. Самое же поразительное заключалось в том, что он прыгнул выше уровня хвата на 50 сантиметров. Как тут было удержаться и не похвалить юного спортсмена: я сказал ему, что в будущем он сможет прыгнуть на 5,80! Напомню, что мировой рекорд тогда равнялся только 5,65...

После этого я перевел Сережу в группу, где тренировались ребята постарше — 1961—1962 г. рождения. Не следует думать, что с переводом в старшую группу методика его тренировки претерпела сколько-нибудь резкие изменения. Еще в течение ряда лет в его арсенале были самые разнообразные легкоатлетические упражнения в сочетании с гимнастикой. Ведь прыжок с шестом по своей сути — это упражнение, синтезирующее разные физические качества. Так же как прыгуны в длину и тройным, «шестовики» должны обладать хорошей скоростью. Учитывая, что разбег с 5-метровым шестом требует недюжинной силы, нужно работать и над развитием этого качества. И так же, как прыгун в высоту, нужно уметь перевести горизонтальную скорость в вертикальный взлет с помощью гибкого шеста. Стало быть, и тренировка прыгуна с шестом должна быть весьма разноплановой.

По мере роста Сергея как прыгуна в нем проявились умения, которым он в немалой степени обязан довольно быстрому прогрессу результатов. Сергей оказался чрезвычайно восприимчивым к новым элементам движений и наряду с этим легко подмечал даже незначительные ошибки в технике партнеров и у себя. Это помогало ему после объяснений тренера быстро создавать свой образ нужного движения. После каждого прыжка он мог довольно толково рассказать о том, что получилось в данной попытке и что требует доработки. По своему опыту могу сказать, что это редкое качество обычно развивается с годами, приходит с опытом, а у Бубки оно проявилось еще в юношеском возрасте.

В процессе своей работы я постепенно чисто эмпирически создал таблицу модельных характеристик, включающую такие параметры, как рост, вес и возраст спортсмена, высоту хвата и превышение прыжка над хватом, жесткость шеста и ее разницу с весом спортсмена, силу разгибания снаряда и ре-

зультаты в различных тестах: прыжках в длину с места и с разбега, в тройном прыжке с места, в беге на 60 м и в силовых упражнениях со штангой. Сейчас уже можно сказать, что сравнение действительных параметров разных спортсменов с данными таблицами позволяет довольно точно прогнозировать перспективу спортсменов, рост их достижений в прыжках с шестом в ближайшие годы.

Так вот, сравнение достижений Сергея Бубки с этими модельными характеристиками позволило мне еще в 1979 г. предсказать ему рост результатов в ближайшие три года до уровня 5,50—5,60. В том году Сергей впервые выступил на чемпионате СССР по своей возрастной юношеской группе и занял там 2-е место с результатом 4,80. В следующем году он улучшил свой личный рекорд до 5,10, стал мастером спорта и у нас впервые появилась мечта о возможности выступления на Олимпийских играх 1984 г. Не скрою, что это во многом было связано с успехами наших прыгунов с шестом и прежде всего Константина Волкова, который буквально в течение 2 лет — 1979—1980 гг. — ворвался в мировую прыжковую элиту, выиграл Кубок Европы и мира, будучи по сути дела еще юниором, и на Олимпийских играх в Москве занял призовое место.

Год 1981-й стал годом дебюта Бубки на международной арене. Зимой он участвовал в матче с командой ГДР, а летом представлял нашу сборную на состязаниях социалистических стран «Дружба» и на юниорском чемпионате Европы в Утрехте. На «Дружбе» Сергей первенствовал с результатом 4,90, а в Утрехте, прыгнув на 5,00, разделил лишь 7—8-е места. Это было явной неудачей, если учесть, что его личный рекорд был уже равен 5,40 (победил на чемпионате Европы Ф. Янса из ЧССР — 5,35). Поэтому вопрос планомерного улучшения спортивной формы прыгуна по мере приближения к главным стартам стал для нас основным в двух следующих сезонах. И в 1982 г. нам удалось в большой мере решить эту проблему. Проиллюстрирую сказанное результатами С. Бубки в том сезоне.

В феврале на матче юниоров СССР — ГДР в Запорожье Сергей прыгнул на 5,10. Затем на зимнем чемпионате страны он победил своих сверстников и показал 5,20. На Мемориале Знаменских повторил свой личный рекорд — 5,40. Как известно, чемпионат СССР был разыгран во время Кубка страны в Ташкенте, поскольку в Киеве в июле состязания прыгунов с шестом не удалось провести из-за сильного дождя. Так вот, перед выступлением в Ташкенте Бубка прыгнул на 5,55 и сумел

повторить это достижение на чемпионате, заняв второе место.

Рассчитывали ли мы на выступление на чемпионате мира в Хельсинки? В списке лучших советских прыгунов за 1982 г. Сергей делил места с 8-го по 13-е, что, казалось бы, исключало такую возможность. Но, во-первых, мы рассчитывали на дальнейшее улучшение результатов, а, во-вторых, учитывали, что не все наши прыгуны показывают лучшие достижения в главных стартах. Значит, нужно было так спланировать развитие спортивной формы, чтобы ее пик пришелся на конец июля (последний отборочный старт) и начало августа (старт на чемпионате мира).

Правда, победа на Спартакиаде народов СССР тоже гарантировала участие в чемпионате. Но здесь нам удалось реально оценить ситуацию. Победа на Спартакиаде казалась сомнительной, учитывая тот ажиотаж, который царит при подготовке к этим главным внутрисюзным соревнованиям четырехлетия. И кроме того, такой вариант был возможен только при определенном форсировании формы в начале сезона. Поэтому нами был выбран вариант 1982 г., правда, с опережением достижения пика формы на 1 месяц (напомню, что лучший свой результат Сергей показал тогда в сентябре).

Дальнейший ход событий показал правильность расчетов. Владимир Поляков победил на Спартакиаде с результатом 5,60 в холодную погоду, но такой же результат показали и еще 4 прыгуна. И в дальнейшем Поляков не смог удержать формы ни на Универсиаде-83 в Эдмонтоне, ни на чемпионате мира. Вторым участником чемпионата мира стал Константин Волков, который победил в Эдмонтоне и продолжал наращивать форму к последнему отборочному старту в Ленинграде на Дне прыгуна.

Братья Сергей и Василий Бубка на Спартакиаде стали соседями в итоговом протоколе, заняв соответственно 9-е и 10-е места с результатом 5,40. После этого на тренировочном сборе в Таллине и Ленинграде мы продолжили работу по совершенствованию разбега и повышению интенсивности тренировочных прыжков.

Неточность в разбеге не раз подводила Сергея. И вот нами был найден один своеобразный способ, позволивший избавиться от этой ошибки. На старте Сергей держал снаряд вертикально и затем опускал его на первые шесть шагов. Поскольку ускорение падающего шеста было всегда одинаковым, то это позволило стабилизировать и начало разбега. Второй элемент, которому мы уделили самое пристальное внимание, — это слитность движений во время входа. В этом элементе техники нам пока не удалось добиться стопроцентного «попада-

ния». И если на тренировках Сергею случалось выполнить несколько прыжков подряд технически правильно, то в состязаниях, особенно с большим числом участников (когда перерывы между попытками длятся очень долго), ему удавались лишь единичные прыжки. Все же к концу сборов он преодолел на тренировках высоту больше личного рекорда. И один очень хороший прыжок он продемонстрировал на Дне прыгуна в попытке на 5,65, которую взял с большим запасом (кинограмма этого прыжка была прокомментирована В. Мансметовым в «Легкой атлетике» № 12, 1983 г.). К сожалению, в этом состязании после прыжка Бубки произошла досадная задержка связанная с неисправностью измерительного прибора, и Сергей не смог сделать хотя бы еще одного такого же прыжка на следующей высоте — 5,70, которую преодолел более опытный Волков. Но все же и Сергей завоевал право на участие в чемпионате мира.

Состязания в Хельсинки были довольно необычными, правда, оговорюсь, в основном для зарубежных участников. Дело в том, что квалификационные соревнования были отменены из-за дождя и в основных состязаниях участвовали 27(1) прыгунов. В общем, и Бубка, и Волков, и Поляков уже были привычными к прыжковому марафону: у нас длительность в 5—7 часов не редкость в состязаниях прыгунов с шестом.

На высоте 5,60 лидировали Волков и болгарин Тарев, преодолевшие планку в первом прыжке. А Сергею эта высота покорила только в третьей попытке. Это был ключевой момент соревнований. После того как планку подняли еще выше, лишь один прыжок из 15 попыток шести участников, продолжавших борьбу, оказался удачным. Это Сергей Бубка лично выполнил первую попытку на высоте 5,70! К этому моменту в секторе остались только он и Константин Волков, уже завоевавший «серебро». Волков сражался до конца: он пытался преодолеть и 5,75, но неудачно. Не удалось прыжки на 5,82 и Сергею. Но главное было уже сделано: одержана двойная победа на первом чемпионате мира.

Естественно, что осень и зима следующего сезона проходили под знаком подготовки к Олимпийским играм в Лос-Анджелесе. Сергею удалось еще выше поднять свой двигательный потенциал и улучшить технику прыжка. Поэтому для нас не было неожиданностью, когда в первом старте на Кубке Вильнюса Сергею удалось прыжок на 5,81. Так сбылось предсказание, сделанное еще в 1975 году...

Донецк

В. ПЕТРОВ,
заслуженный тренер УССР

ГОЛОС на стадионе

Соревнования по легкой атлетике немислимы сегодня без соответствующего уровня радиоинформации. Творчески продуманная и тщательная подготовка, она способна не только создать на турнире атмосферу настоящего спортивного праздника, способствовать показу спортсменами лучших своих результатов, но и пробудить у зрителей желание вновь прийти на стадион.

Работа службы радиоинформации ныне все больше выходит за рамки подачи обычной информации, связанной с проведением того или иного соревнования. Этого требуют растущий с каждым годом авторитет легкоатлетического спорта, его место в олимпийской программе, а также аудитория зрителей, уровень знаний которой за последнее десятилетие значительно повысился. Однако соревнования различного масштаба требуют и различного подхода к подаче радиоинформации. Нельзя одинаково строить информацию, скажем, на стадионе, где проходит заводская спартакиада, так же, как на областных соревнованиях. Тем более если мы говорим о всесоюзных турнирах или международных. Здесь, как говорится, каждому свое, каждому свой сценарий.

На всесоюзных состязаниях, первенствах ДСО необходимо прежде всего настроить зрителя, пробудить у него интерес к наиболее важным моментам, комментировать ход интересных забегов, складывающиеся отдельные ситуации в технических видах программы, когда необходимо подчеркнуть титулы или личные достижения спортсменов, постоянно информировать о формуле соревнований, о ходе командной борьбы. На меньших по масштабам турнирах — областных, районных и на соревнованиях коллективов физической культуры — главный упор делается на информацию о результатах и участниках, пояснений зрителям правил соревнований. Но во всех случаях судья-информатор играет роль центра всей организации информационной службы.

Успех работы службы радиоинформации в первую очередь зависит от ее руководителя. Как показывает практика, он не должен совмещать свою организаторскую деятельность с работой у микрофона. Для этого спе-

циально назначаются дикторы (от одного до четырех человек, в зависимости от масштаба) и их помощники для сбора текущей информации, которые, как правило, размещаются от сидящего у микрофона не дальше чем на расстоянии вытянутой руки. Помощники диктора ведут протоколы по техническим видам и в любой момент должны быть готовы дать необходимую информацию о ходе борьбы, положении дел в том или ином секторе. Хорошая работа службы радиоинформации предопределена еще и тем, насколько разнообразными и насыщенными будут источники информации, а это, в свою очередь, зависит от связных и помощников, их активности.

Важным источником информации для дикторов являются помощники секретарей бригад на видах, которые при наличии прямой телефонной связи с дикторской группой уточняют результаты спортсменов, называют высоты, с которых начинает попытки тот или иной атлет в прыжках, дают срочную информацию об установлении рекорда, о результате очередной попытки. При отсутствии телефонной связи вся информация собирается специально выделенными связными. Этой же цели в отдельных случаях могут служить информационные табло. Однако сделаем сразу оговорку, что при работе электросветового табло на стадионе или в манеже служба информации должна сразу четко определять зону своего действия, чтобы избежать ненужного дублирования и повторений.

Особого разговора заслуживает работа судьи-информатора, или, проще говоря, диктора. Его основная задача — информировать зрителей, снабжать их достаточным количеством данных, стимулировать их интерес и держать в курсе дела спортсменов и официальных лиц. Диктор должен прекрасно знать свою аудиторию и, исходя из этого, соответствующим образом строить свой текст. Помимо всего, диктор не должен забывать и о таком важном аспекте, как пропаганда и популяризация легкоатлетического спорта. Из сказанного выше можно выявить основные требования, которые предъявляются к судье-информатору.

Первое, и самое, пожалуй, главное требование — нельзя садиться за микрофон неподго-

товленным. Диктор прежде всего должен не просто хорошо знать легкую атлетику, но и быть в курсе всех ее проблем, знать ее лидеров. Это подразумевает знание правил соревнований, умение профессионально оценить результаты того или иного спортсмена, оперативно определить главных претендентов на призовые места. Судья-информатор должен уделить особое внимание сбору предварительной информации: получить у организаторов все данные, которые касаются проводимых соревнований, собрать побольше сведений об участниках. Если диктору предстоит работать на международных соревнованиях (матчевых встречах), он должен знать национальные рекорды стран-участниц, располагать информацией о личных рекордах спортсменов. В этом ему могут помочь специализированные журналы, статистические сборники, а также текущая информация из газет. Это во-первых.

Во-вторых, при работе непосредственно на соревнованиях диктор должен быстро ориентироваться в постоянно поступающей к нему информации, отбирать необходимую, что, по его мнению, представляет для слушателей интерес: новые рекорды, высокие результаты, показанные в квалификационных соревнованиях, личные рекорды и т. д.

Конечно, это не полный набор требований, которые предъявляются судье-информатору. Тут, как говорится, многое зависит от его творчества и активности, знаний и выдумки. Например, хорошо слушаются так называемые дикторские репортажи, когда один из судей-информаторов работает непосредственно в гуще событий: ведет репортаж из сектора, с кромки беговой дорожки, что создает у зрителя момент личного присутствия. Интересны по своей постановке и интервью с победителями после окончания состязаний в том или ином виде. Словом, разнообразие средств и методов в работе судьи-информатора безграничны, все зависит, повторяем, от его выдумки, творчества, знаний, хорошего слога.

Ю. ЦЕЛЕБРИЦКИЙ,
почетный судья
по спорту

АРБИТРЫ ДЕЛЯТСЯ ОПЫТОМ

В конце минувшего года в Каунасе прошел Всесоюзный семинар повышения квалификации судей по легкой атлетике, который был организован Управлением легкой атлетики Спорткомитета СССР совместно с президиумом Всесоюзной коллегии судей. В работе семинара вместе с главными судьями, главными секретарями и инспекторами всесоюзных и международных соревнований по легкой атлетике 1984 г. участвовали председатели президиумов республиканских коллегий судей, Москвы и Ленинграда, ЦС ДСО и ведомств, арбитры и директора легкоатлетических манежей и стадионов.

На семинаре обсуждались вопросы по совершенствованию технологии проведения соревнований и подготовке общественных кадров в свете требований сентябрьского (1981 г.) постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР, формирования активной жизненной позиции советского арбитра, его роли в процессе воспитания спортсменов, шел разговор о новых правилах судейства в отдельных видах соревнований. Также был сделан анализ организации и судейства всесоюзных и международных соревнований, проведенных в 1983 году.

Участники семинара обменялись мнениями и опытом по практике внедрения методических документов президиума, Всесоюзной коллегии судей, работе секретариата на кроссах, по проведению массовых соревнований вне стадиона, подготовке мест соревнований, обеспечению соревнований судейско-информационной техникой и другим вопросам. Состоялся обмен опытом работы республиканских коллегий судей.

М. СЕНКЕВИЧУС,
член президиума
Всесоюзной коллегии судей,
председатель
коллегий судей
Литовской ССР

В массовости — сила



ПОЗДРАВЛЯЕМ

Зосима Петрович Синицкий начал заниматься легкой атлетикой 60 лет назад. Стоял у истоков развития отечественной легкоатлетической школы. Преподавал в Харьковском институте физической культуры и долгие годы заведовал кафедрой в КГИФКе. Он — автор многих научных трудов и статей, тренер и воспитатель тренеров. В числе его учеников рекордсменки мира в метании копья Людмила Анохина и Надежда Коняева, рекордсмен Европы в прыжках с шестом Петр Денисенко и чемпион Европы в барьерном беге Евгений Буланчик, олимпийский чемпион в метании копья Виктор Цыбуленко и многие другие. За большую педагогическую и научную деятельность Зосима Петрович отмечен правительственными наградами. Сегодня спортивная общественность отмечает 80-летие заслуженного мастера спорта, заслуженного тренера СССР Зосимы Петровича Синицкого. В день своего юбилея он по-прежнему в строю. По-прежнему в курсе всех легкоатлетических событий, ведет большую общественную работу на посту заместителя председателя федерации легкой атлетики СССР.

Желаем Вам, дорогой Зосима Петрович, здоровья и счастья, долгих лет жизни и исполнения мечты!

Вспомним строки из сентябрьского (1981 г.) постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта»: «Разработать и осуществить практические мероприятия по дальнейшему подъему физкультуры и спорта с тем, чтобы занятия физическими упражнениями, спортом и туризмом уже в ближайшие годы стали повседневной потребностью советского человека, особенно детей и молодежи». Прекрасные слова! С тех пор прошло более двух с половиной лет. Что сделано? Как прекрасные слова претворены в жизнь? Мое мнение одно: массовым в легкой атлетике стал оздоровительный бег. Остальные виды бега, прыжков и метаний не получили развития. Но может ли оздоровительный бег стать основой легкоатлетического спорта? Думаю, нет. Только в истинной массовости спортивного бега (с учетом, конечно, и бега оздоровительного) я вижу силу и успехи нашей «королевы спорта».

Сейчас нужно больше заботиться о том, чтобы массовый легкоатлетический спорт был в центре внимания во всех звеньях физкультурных организаций, особенно низовых коллективов. Все это простые истины. Ведь легкая атлетика является основой комплекса ГТО, без нее не обходится ни одна заводская спартакиада.

К великому сожалению, у нас порой плохо, и я даже сказал бы пренебрежительно, относятся к пропаганде нашего спорта: не увидишь зачастую на стадионах стендов с разрядными нормативами, не организуются соревнования специально для выполнения разрядов, с трудом вы сегодня найдете значки разрядников, классификационные билеты по массовым разрядам. А когда-то всему этому придавали большое значение. Особенно соревнованиям. Каких их только, и сколько не было. Может, поэтому меньше было и «липовых» разрядников. Правда, в последнем постановлении Спорткомитета СССР в дополнение к положению о Единой всесоюзной спортивной квалификации на 1981—1984 гг. оговорено, что спортивные разряды (II, III и юношеские) присваиваются физкультурникам и спортсменам, выполнившим разрядные нормы и требования, при условии участия их не менее чем в трех различных соревнованиях по одному виду спорта в течение года. Это говорит о том, что

необходимо возобновить соревнования специально для выполнения разрядных нормативов, что, естественно, обогатит календарь массовых мероприятий, а значит, и поможет развитию настоящего массового спорта.

Надо всегда помнить, что дети, юноши, да и многие взрослые, занимаясь в секциях, ДЮСШ, всегда думают о том, чтобы больше соревноваться. Поэтому, чтобы привлечь людей в наш вид спорта, мы должны как можно больше проводить соревнований массовых, открытых стартов. Их должно быть в календаре предприятия, колхоза или совхоза, города, района, даже области — десятки. Если же мы упор будем делать только на занятия, тренировки, организовывая всего 8—10 стартов в год, уверен, мы потеряем сотни тысяч поклонников «королевы спорта», в конце концов просто никто в легкую атлетику не пойдет. Уйдут в волейбол, баскетбол, футбол, где, посмотрите, что ни неделя, то соревнования. Да какие! — азартные, многолюдные.

Так и нам нужно: еженедельно проводить легкоатлетические турниры. То ли это будет сдача нормативов комплекса ГТО, то ли состязания на лучшее и большее исполнение упражнений ОФП или СФП, или старты по упрощенной программе по отдельным видам легкой атлетики — бегу, прыжкам, метаниям, многоборьям. Правда, организуя такие состязания, нужно обязательно учитывать подготовку спортсменов по разрядам.

Такая система уже была в годы становления спорта в нашей стране. Старшее поколение любителей легкой атлетики, наверное, помнит, как проводились соревнования даже для новичков, не имеющих еще разрядов. Так, в 1927 г. в Москве на так называемом первенстве новичков выступил тогдашний первокурсник института физической культуры Арам Тер-Ованесян, отец нынешнего рекордсмена СССР, главного тренера сборной команды страны Игоря Тер-Ованесяна. Какое приятное впечатление он произвел тогда своими прыжками на болельщиков и спортсменов! Журнал «Физкультура и спорт» даже поместил его фотографию на обложке. А через шесть лет Арам уже дважды улучшил рекорд страны в метании диска.

Так входили в большую спорт Григорий Потемин, братья Знаменские — Георгий и Серафим, Алексей Максун и многие другие. В то время нович-

ки, как правило, состязались в мае — июне, и наиболее способные могли за лето подняться на одну-две ступеньки квалификационной лестницы.

А какими были интересными соревнованиями и первенства городов или обществ, проводимые по разрядам! Эти старты интересны были уже тем, что в них участвовали спортсмены, равные по силам, и лучшие из них видели перед собой четкую перспективу для перехода в следующий разряд. Это было раньше. А вот три года назад в Киеве проходило тоже первенство города... На дистанции 800 м у женщин бежало всего 8 участниц, и последние две спортсменки отстали от победителей на 300 м! Разве они придут следующей раз на соревнования? Конечно, нет! Им бы посоревноваться с себе подобными, равными по силам, а таких соревнований нет. Мне всегда хочется задать такой вопрос: почему у нас не проводятся матчевые соревнования между производственными коллективами, вузами, техникумами, ПТУ, школами? В Харькове, например, до войны проводилось первенство города между командами по круговой системе (как в футболе), выбывали только после двух поражений. О том, как это было, я уже подробно рассказывал на страницах журнала двадцать лет назад. Неплохо было бы возродить эту систему. Такие соревнования, как правило, проходят быстро, интересно и для участников и для зрителей.

Конечно, и это понятно, штатным работникам физкультурных организаций трудно одним охватить весь объем массовой работы, решать многие вопросы подлинного подъема массовости легкоатлетического спорта. Тем большую помощь должны оказывать им активисты.

Федерациям на местах и судейским коллегиям нужно много работать над тем, чтобы хорошо готовить и проводить все соревнования. Нужно привлекать партийные организации, комсомол, профкомы, общественность коллективов физкультуры к проведению соревнований, стадионам, бороться за зрителя. Чтобы на все это работали красочные афиши и плакаты, радио, телевидение и газеты. Тогда мы добьемся массовости и на этой основе повысим спортивное мастерство.

З. СИНИЦКИЙ,
заслуженный мастер спорта,
заслуженный тренер СССР,
доцент

ЖУРНАЛ
В
ЖУРНАЛЕ

БЕГ И ЗДОРОВЬЕ

ОРГАНИЗАЦИЯ • ОПЫТ • МЕТОДИКА • СОВЕТЫ • КОНСУЛЬТАЦИИ

ЧТО ТАКОЕ КЛБ

■ В парке каждого города можно увидеть бегущего человека. Его можно встретить и на пустынной дороге вдалеке от городской цивилизации, где вроде бы клуба любителей бега (КЛБ) и быть не должно.

Значит, люди (и их великое множество) бегают самостоятельно, по собственной инициативе, по методике, известной лишь им одним. Зачастую этот бегающий человек сам себе и тренер, и врач.

Так, может быть, клубы любителей бега вовсе не нужны? Может, не стоит тратить силы и энергию на их создание? Но в то же время люди почему-то объединяются в клубы. Для чего они это делают? Эти вопросы, нам думается, возникают у многих, кто заинтересовался оздоровительным бегом.

Сомнения обычно проверяются временем, самой жизнью. В данном случае время ответило категорическим «Да!» Клубы любителей бега не просто нужны, они необходимы. И в первую очередь вот почему: оздоровительный бег, как известно, если и не панацея, то, во всяком случае, одно из мощнейших средств профилактики и лечения большого числа самых массовых заболеваний, и прежде всего сердечно-сосудистых. Но свою оздоровительную функцию он выполняет только тогда, когда применяется правильно, грамотно. В



Уже больше 10 лет существует КЛБ «Тачанка», созданный при ЖЭК № 1 в Новой Каховке.



ЧТО ТАКОЕ КЛБ

противном случае бег может принести обратный эффект и послужить причиной несчастного случая.

Эта мысль, по нашему мнению, не может быть предметом спора. Раз уж доказано, что бег есть средство лечебное, то, как и любое лекарство, его можно применять только по совету специалиста и дозированно. А коли так, значит, нужно вооружить людей знаниями об оздоровительном беге, учить их правильно дозировать нагрузки, контролировать свое самочувствие, правильно бежать, дышать, восстанавливаться, одеваться, питаться и т. д. и т. п.

И все эти знания, умения и навыки призван давать любителям бега КЛБ, являющийся фактически методическим центром по оздоровительному бегу на предприятии, в микрорайоне, в селе, в городе. Мы не говорим о других функциях клуба. О них расскажем чуть позже.

В феврале 1983 г. наше клубное движение отметило пятнадцатилетний юбилей первого в стране КЛБ, созданного в Ленинграде при спартаковском стадионе в Удельной. С тех пор число клубов постоянно растет, оздоровительный бег завоевывает все новые и новые регионы, проникая даже в самые отдаленные уголки нашей страны.

Можно было бы привести примеры сотен клубов со своими традициями, особенностями и формами работы, сложившимися в зависимости от местных условий, личности руководителя клуба, отношения к КЛБ руководства района, города, спортивных организаций и т. д. Так было, есть и будет. И вряд ли стоит нивелировать все клубы под одну модель.

Особый вопрос, что все клубы любителей бега должны иметь верное направление в своей деятельности, вести учебно-тренировочный процесс по принятой, проверенной методике. Чтобы клуб существовал в рамках спортивно-оздоровительного добровольного объединения и не уходил в сторону от задач, стоящих перед физкультурными и спортивными организациями.

Основная цель любого клуба — привлечение к активным занятиям бегом и ходьбой для

оздоровления максимально большего числа людей.

Клубам любителей бега придается важное значение в деле выполнения задачи, поставленной XXVI съездом КПСС и сформулированной в сентябрьском (1981 г.) постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта»: превратить советское физкультурное движение из массового во всенародное.

Возможности КЛБ здесь безграничны. Клубы могут и должны вовлекать в свою работу практически все население страны в самом широком диапазоне: от пятилетнего возраста до восьмидесятилетнего — и мужчин, и женщин, и горожан, и сельских жителей, людей всех профессий.

В стране имеется более 200 тысяч коллективов физкультуры. Самая актуальная сегодня задача: создать в каждом из них свой КЛБ. Если каждый такой КЛБ объединит вокруг себя хотя бы по сто человек, это будет уже свыше 20 миллионов занимающихся оздоровительным бегом. А это значит здоровых, трудоспособных граждан.

Клуб любителей бега должен быть в каждой школе, в каждом ПТУ, техникуме, вузе, академии. Ведь и школьники, и студенты, и аспиранты нуждаются в потенциале здоровья и работоспособности, с которыми им предстоит идти по жизни. Каждый из них, подружившись с бегом, не только сам будет здоров и бодр, но и в будущем станет пропагандистом и организатором КЛБ в том селе или городе, куда забросит его судьба после учебы.

Клубы любителей бега по месту жительства, при студенческих и рабочих общежитиях — наиболее удобная форма оздоровительной работы: здесь полностью снимается проблема раздевалок и душа, так как выбегать на тренировку можно прямо из комнаты. Здесь проще проводить совместные мероприятия: лекции, беседы, семинары, удобнее информировать членов клуба о текущих событиях, проводить медицинские осмотры. Именно поэтому в последние годы особенно активно растет число таких клубов.

Прекрасными условиями для занятий оздоровительным бегом и ходьбой располагают

наши парки, которых насчитывается в стране более двух тысяч. Опыт работы энтузиастов из Центрального парка культуры и отдыха им. Горького в Москве, городских парков Киева, Пензы и других крупных городов показывает, что и здесь должны работать, и притом отлично, клубы бега.

И конечно же, в первую очередь должны быть клубы при спортивных сооружениях, где есть для этого все условия: места для тренировок, опытные методисты, специалисты по массовой физкультуре, медкабинеты. А стадионов у нас в стране более трех тысяч.

Словом, клубы бега могут и должны быть созданы везде, где есть для этого условия. Их проблемы должны стать повседневной заботой местных партийных, профсоюзных, комсомольских, спортивных организаций.

Для правильной организации клубов при их создании и в процессе работы, для помощи тем, кто собирается организовывать КЛБ, Комитет по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР, Управление легкой атлетики и Всесоюзный совет клубов любителей оздоровительного бега и ходьбы создали в 1982 г. «Типовое положение КЛБ».

Типовое положение достаточно широко и полно освещает все стороны деятельности КЛБ и в комментариях нуждаются лишь отдельные моменты.

Отметим сразу: любая спортивная организация — от низового физкультурного коллектива до центрального совета ДСО или ведомства — обязана активно поддерживать организацию и деятельность КЛБ!

В сентябрьском (1981 г.) постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» говорится:

«ВЦСПС, ЦК ВЛКСМ, Комитету по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР, министерствам и ведомствам предложено обеспечить дальнейшее развитие физической культуры и спорта в трудовых коллективах, направив усилия заводских, фабричных, местных комитетов профсоюзов, комсомольских, спортивных и хозяйственных организаций на создание необходимых условий для занятий физической культурой и спортом, укрепление

спортивных клубов и коллективов физической культуры, увеличение количества секций ГТО, туризма, общей физической подготовки и групп здоровья».

В этом важном документе подчеркивается, что «... Главная задача физкультурного движения, всей системы физического воспитания — всемерно способствовать укреплению здоровья советских людей, повышению их работоспособности и производительности труда, готовности к защите Родины, завоеваний социализма, формированию высоких нравственных качеств, бодрости духа, силы и выносливости, воспитанию здорового и жизнерадостного подрастающего поколения».

Как видим, КЛБ полностью отвечают требованиям, выдвинутым ЦК КПСС и Советом Министров СССР, и являются велеением времени.

КЛБ — массовые общественные организации. Главный принцип их создания — добровольность и сознательное, инициативное участие каждого члена КЛБ в делах клуба. Здесь не может быть, как мы уже говорили, шаблона. Деятельность каждого клуба, его внутренняя жизнь и формы общения с другими коллективами и клубами любителей бега и ходьбы могут быть разными. Все зависит от выдумки, творчества, фантазии и возможностей самих любителей оздоровительного бега.

Несомненно, что свою деятельность КЛБ должны осуществлять в тесном контакте с городскими, районными, областными спорткомитетами, советами ДСО и ведомствами, под их общим руководством. Это поможет более целенаправленно вести работу, участвовать в соревнованиях, массовых пробегах и других мероприятиях. Такая связь облегчит методическое обеспечение групп оздоровительного бега и ходьбы, обслуживание врачебно-физкультурными диспансерами.

В состав правления КЛБ необходимо выдвигать наряду со специалистами и энтузиастами бега и ходьбы также представителей администрации, партийных, профсоюзных и комсомольских органов, желательны первых руководителей или их заместителей.

Такой состав правления КЛБ оптимален. Руководители предприятий, учреждения или учебного заведения, так же как руководители партийных,

профсоюзных и комсомольских организаций, непосредственно заинтересованные в деятельности клуба любителей бега и несущие определенную ответственность за результаты их работы, помогут активистам КЛБ и в пополнении групп занимающихся, и в предоставлении раздевалок, душевых, мест для занятий, транспортных средств для поездок на соревнования, и в финансировании мероприятий, проводимых КЛБ.

Избрание в состав совета клуба специалистов спорта (особенно по легкой атлетике), а также методистов и врачей физкультурных диспансеров поможет клубам правильно организовать занятия, наладить методическую помощь занимающимся и вести регулярные медицинские наблюдения и контроль, без чего серьезную тренировочную работу проводить весьма проблематично.

Избрание совета происходит согласно положению о КЛБ на отчетно-выборных собраниях клуба, проводящихся раз в два года. На них заслушивается отчет председателя правления и председателя ревизионной комиссии. Намечаются основные направления в работе и открытым голосованием избирается новое правление клуба.

Так же выбирается ревизионная комиссия в количестве трех человек. Обязанности среди членов правления могут распределяться следующим образом:

1. Председатель правления.
2. Ответственный секретарь (зам. председателя).
3. Общественные тренеры или капитаны групп.
4. Секретарь-бухгалтер, ответственный за финансовые расчеты в клубе.
5. Казначей, ответственный за хранение клубных денег и других материальных ценностей.
7. Ответственный за подготовку и сдачу норм ГТО, оформление членства в ДСО и оформление разрядников.
8. Ответственный за врачебно-медицинский контроль (обычно врач из числа занимающихся).
9. Заведующий клубной библиотекой.
10. Ответственный руководитель группы по сбору и статистической обработке материалов по оздоровительному и спортивному бегу и ходьбе.
11. Ответственный за оформительский сектор.

Правление раз в месяц проводит заседание, на котором рассматриваются очередные мероприятия клуба, а также планируются и утверждаются клубные денежные расходы. Из числа членов правления выбирается бюро в составе 5—7 человек для решения оперативных вопросов.

Клубы чаще всего созда-

ются там, где есть условия для занятий: стадион, спортзал, манеж, парк и т. д. В любом случае помещение, раздевалки, душевые, сауна должны предоставляться клубу бесплатно. Члены КЛБ также пользуются услугами медкабинета или медпункта спортобъекта, парка и т. д.

Советы ДСО, при которых созданы клубы, помогают любителям оздоровительного бега в проведении массовых мероприятий: организации судейства, выпуске афиш и плакатов, частичном финансировании крупнейших соревнований (пробегов, эстафет). В остальном клуб существует на клубные членские взносы по установленным правилам.

Расходы производятся в основном на:

- машинописные работы (перепечатка и размножение методических материалов, переписка клуба, документация пробегов и соревнований);
- приобретение книг и журналов для клубной библиотеки по бегу и ходьбе;
- изготовление клубной атрибутики (значки, эмблемы, членские билеты, медали клуба и т. д.);
- приобретение материалов для изготовления наглядной агитации (фотобумага, альбомы, канцелярские принадлежности);
- расходы по проведению соревнований;
- почтовые расходы;
- покупка сахара и чая для клубного чаепития;
- другие расходы.

В клубе должен вестись строгий бухгалтерский учет всех денежных операций. Правильность этих операций проверяет ревизионная комиссия.

Основными являются три документа КЛБ:

1. Общий журнал группы (клуба), где имеется список всех членов клуба со всеми анкетными данными вплоть до адресов и телефонов. В нем записываются протоколы общих собраний и заседаний совета клуба, проводимые мероприятия с указанием количества участников, расписание занятий, данные врачебного контроля;

2. Личная карточка члена КЛБ. В ней записываются: километраж и время бега или ходьбы, участие в соревнованиях и других мероприятиях, наблюдения за состоянием здоровья, результаты врачебного контроля и поощрения совета клуба, ДСО или ведомства за общественную работу.

3. Журнал посещаемости занятий на каждую отдельную группу. В нем фиксируются тренировки и соревнования, а также другие мероприятия — лекции, семинары.

Кроме того, в папке клуба могут быть и другие документы: книга уплаты членских



РЕКОМЕНДУЕМ ПРОЧИТАТЬ

Продвигая Е. И. Черезова. — 2-е изд., перераб. М. ФизС. 1983. (Физкультура и здоровье). Эта книга о роли и значении физических упражнений в жизни людей. Давняя рекомендация — для самостоятельных занятий утренней гимнастикой, оздоровительной ходьбой и бегом.

Бирюков А. А. Гигиенический самомассаж. М. ФизС. 1983. В брошюре даются рекомендации по проведению самомассажа.

Модь Х. Семь программ здоровья. 2-е изд. Пер. с нем. М. ФизС. 1983. (Физкультура и здоровье). Книга состоит из семи глав, посвященных различным видам оздоровительной программы: питание, физическая активность, борьба с алкоголизмом и курением и др.

взносы, акты ревизий, другие финансовые отчеты, устав клуба, зарегистрированные билеты членов клуба и их список, документация по сдаче норм ГТО, инвентарная книга, в которой записаны и формуляры клубной библиотеки (которую очень желательно создать!), переписка со спортивными организациями и иногородними членами клуба и т. п.

Клуб на своем общем собрании может продумать формы поощрения наиболее активных членов и раз в год подводить итоги, отмечая активистов.

Как было записано в типовом положении, над каждым занимающимся устанавливается медицинский контроль, осуществляемый врачебно-физкультурными диспансерами и другими медицинскими учреждениями. К этому следует добавить, что для медицинского контроля следует привлекать и занимающихся бегом врачей членов клуба. В клубной библиотеке медицинский раздел должен существовать обязательно.

Клуб, как мы уже говорили, может существовать либо в форме воскресных встреч (по очно-заочной системе занятий), либо в форме еженедельных многоразовых совместных тренировок. В любом случае эти встречи — общение единомышленников, людей, близких по духу и интересам, привязанностям. Это общение подразумевает не только совместную пробежку, но и беседу за чашкой чая после тренировки, обсуждение планов, обмен мнениями, работу комиссий правления клуба и т. д. Эта возможность общения является од-

ним из притягательных элементов в работе клубов.

Настоящий, хороший клуб — это второй дом для людей различных профессий, разного пола и возраста — любителей оздоровительного бега и ходьбы.

Заканчивая, хотелось бы выделить моменты, которые следует учитывать при создании КЛБ.

1. Клуб может быть организован лишь при наличии инициативной группы бегунов и при неформальной их поддержке со стороны администрации спортобъекта, руководства спортклуба, коллектива физкультуры спортобщества и т. д.

2. В клубе должны быть как оздоровительные, так и спортивные группы. Оздоровительные группы решают основную задачу — развитие массового оздоровительного бега. Спортивные группы, как более стабильные, являются организаторским костяком клуба, выполняют пропагандистскую роль.

3. Количественный рост клуба на первых порах может не быть быстрым: в первую очередь необходимо создать деятельный актив, после чего начать постепенный рост и увеличение числа членов клуба. Причем этот процесс должен идти постепенно и им надо управлять.

4. В организации тренировочного процесса следует учитывать состав группы. Необходимо определенное умение сильнейших спортсменов в групповых тренировках ориентироваться на слабых, быть для них образцом выдержки и такта. Залог успеха работы клуба — «каждый спортсмен — наставник новичка».

5. Клуб должен иметь свое главное опорное соревнование: пробег, кросс, спортивный праздник на стадионе, в плане подготовки к которому и проводится вся его работа.

6. В работе клуба неправильно ориентироваться лишь на тренировочный процесс, необходимо создать клубные традиции, создавать атмосферу праздничности совместных тренировок, разнообразить работу клуба. Если для олимпийцев тренировка — это труд, то для любителей оздоровительного бега тренировка — это праздник, активный отдых. Необходимо обеспечить достаточный стимул, который поможет новичку преодолеть трудности первых тренировок.

7. Клубы любителей бега должны быть центрами по пропаганде этих чудесных форм оздоровления советских людей. Причем использовать нужно и пробеги, и встречи с различными категориями трудящихся и т. д.

А. КОНСТАНТИНОВ



ОБУВЬ, ОДЕЖДА, ПОГОДА...

■ Обувь для прогулок должна быть удобной, теплой, непромокаемой, легкой... При этом стоит оговориться, что многие специалисты рекомендуют ходить в тяжелой обуви. Это, по их мнению, делает походку более легкой, грациозной, а также увеличивает нагрузку.

Многие считают, что гулять около дома или пойти в лес можно в чем угодно, но это не так. Прежде всего обувь должна быть по ноге. Самая удобная для прогулок обувь — спортивная, но главное в ней — наличие шнуровки или попережного ремешка, чтобы голеностопный сустав был перетянут, а пальцы не сжаты. Конечно, хорошо пользоваться кроссовками, кедами, полкедами, старыми лыжными ботинками с наклеенной на подошву резиной (чтобы не скользили). Но допустима и наша обычная повседневная обувь: туфли, сапоги, полусапожки, ботинки со шнуровкой, туфли с ремешком и другие им подобные. Не годятся для прогулок легкие тапочки, комнатные туфли, обувь без задника типа сабо, туфли-лодочки, все, что на высоком каблуке. Каблук должен быть не более 3—4 см. Не годятся также теннисные или гимнастические тапочки типа «чешки».

Внутри обуви должна быть стелька (зимой теплая). В зимнюю пору необходимо надевать шерстяные носки, а сверху можно еще и хлопчатобумажные. Их нужно после прогулки обязательно стирать, стельку просушивать. Задник в ботинках должен быть мягким, не стертый. Но самое главное — обувь не должна быть тесной.

Обычные травмы при неправильно подобранной обуви: потертости, мозоли. Правильно подобранная, хорошая обувь с амортизирующей подошвой и правильная техника ходьбы сэкономят ноги от повреждений, будут поддерживать дееспособность нижних конечностей, смягчат приземление. Небольшой каблук предохранит ахиллово сухожилие от ударов и резких толчков, от перегрузок и в конечном итоге от травм.

Подумайте о головном уборе, чтобы голове не было жарко, а уши — закрыты, чтоб не продуло. Ощущение неудобства портит настроение, следите

за тем, чтобы ходьба доставляла удовольствие, чтобы хотелось выходить на прогулку и в следующий раз, только тогда она будет оздоровительной!

Особенно это касается людей старшего возраста, которым другие виды нагрузок и физических упражнений не всегда доступны. Зачастую для того, чтобы ехать в бассейн — нет времени, пойти на лыжах — неподходящая погода (тепленько, распутица), бегать человек стесняется! Остается ходьба, поэтому ее надо использовать максимально, чтоб была она на прогулочной и приятной. В зимнее время, если дороги плохо расчищены, — сокращайте темп передвижения или сделайте небольшой перерыв для отдыха. Не перегружайтесь!

Одеваться лучше в легкую, теплую куртку или пальто (в зависимости от того, к чему привыкли). Выходить можно и в обычной одежде, в чем вы ходите всегда, только постарайтесь надеть снизу хлопчатобумажную рубашку или майку с рукавами, чтоб пропотеть. Не следует надевать на прогулку одежду из синтетики. Зимой, когда очень холодно, можно надевать под свитер две хлопчатобумажные рубашки или майки, а многие надевают шерстяные вещи, чтоб пот быстрее впитывался. Однако это не всегда удобно, потому что потные вещи надо сразу после прогулки стирать, а шерсть частых стирок не любит.

Целесообразно выходить на прогулку во время снегопада, при ветре и даже при дождливой погоде. В такую погоду воздух чище и насыщенность кислородом его выше. Но не следует мокнуть под дождем или мокрым снегом, лучше защититься от влаги зонтом, плащом или накидкой. Лицо же полезно «подставить» под снег и влагу. Кожа его хорошо насыщается кислородом, освежается, становится упругой, морщины разглаживаются.

В снегопад, слякоть и непогоду нагрузка на организм обычно возрастает. Помните об этом и не перенапрягайтесь!

М. СОТНИКОВА,
кандидат педагогических наук



■ Осенью прошлого года севастопольский клуб любителей бега «Парус» организовал пробег на вершину горы Ай-Петри. В пробеге участвовали севастопольские и ялтинские любители бега. Подъем протяженностью 23,5 км на вершину был совершен за 2 часа 30 мин.

Среди участников пробега была В. Гордеева — экскурсовод музея героической обороны и освобождения Севастополя. Она стала первой среди женщин Крыма, избежавшей на вершину Ай-Петри. После полчасового отдыха 44-летняя любительница бега спустилась бегом с Ай-Петри, пробежав в общей сложности 47 км. Примечательна ее беговая биография: занимается бегом 11 лет, бегают ежедневно по 10—15 км, в воскресенье — 25—30 км. Участница многих пробегов: по «Кольцу Славы» Севастополя, пробега — эстафеты Керчь—Севастополь, Севастополь—Симеиз, участница ММММ-83. При всем при том успевает работать и воспитывать двух сыновей, никогда не болеет.

Севастопольские любители бега открыли для себя незаменимую трассу для тренировок на выносливость при подготовке к многокилометровым пробегам.

Севастополь
Е. ЯЛОВОЙ,
председатель КЛБ «Парус»

■ Несколько лет назад я начал заниматься бегом. У меня была ишемическая болезнь сердца в начальной стадии. Сейчас я официально снят с кардиологического учета, вполне здоров. А в День бегуна в прошлом году впервые пробежал марафон. Время — 3 часа 35 минут. Мне 43 года.

Я старый курильщик. И чем серьезней я относился к занятиям бегом, тем больше мне хотелось избавиться от вредной привычки. Но, к сожалению, у меня был богатый и печальный опыт борьбы с курением — я уже бросал курить не менее

10 раз. Обычно я стойко переносил первый этап (5—10 дней), но затем решимость ослабевала, обязательно подвораживался «случай» — и все шло насмарку. Больше 1—1,5 месяцев мне не удавалось продержаться. Я уже было потерял всякую надежду, как однажды мне пришла в голову идея: бросать курить, так сказать, по спортивному принципу. Я решил побить собственный рекорд и весьма легко продержался 2 месяца. Затем я снова стал курить, но уже не казнил себя, не занимался самобичеванием, а через пару месяцев снова пошел на побитие рекорда и продержался 3 месяца. Затем последовали этапы в 4, 5, 6, 8 месяцев. В настоящее время я замахнулся на рубеж 10 месяцев. Бросать стало легче, ведь я курю всего 2—3 месяца в году. Организм перестроился. Прибавилось уверенности в себе. Да и регулярные занятия бегом помогают.

Известно, что разным людям помогают разные средства в борьбе с курением. Некоторым помогают таблетки «табекс», жевательная резинка, другим — иглоукальвание. Некоторые бросают курить «покорчагински»: бросил на землю окуроч, раздавил сапогом — и на всю жизнь. Другие уменьшают число выкуренных сигарет и растягивают эту «пытку» на несколько месяцев. Все это понятно — ведь сколько людей, столько характеров.

Думаю, и мой «спортивный» метод может найти своих сторонников. Буду рад, если хоть кому-нибудь из многомиллионной (пока еще) армии курильщиков помогут мои советы.

Красноярск
В. КУКАНОВ,
инженер

■ Мне 59 лет. Раньше постоянно «барахлило» сердце, было повышенное давление, учащенный пульс, я задыхалась, чувствовала, что старею день ото дня.

И вот под влиянием многих статей, опубликованных в нашей областной газете «Знамя», о беге, его целительных свойствах, я пришла в КЛБ «Пульс». Не буду преувеличивать, не скажу, что мне помог только бег. Все в комплексе: и массаж, и контрастный душ, гимнастика, ходьба сделала меня здоровой, полной сил. Сегодня чувствую себя жизнерадостной, бегать становится все легче и легче, да и работать, конечно.

Спасибо энтузиастам этого клуба, его председателю, а также нашему бескорыстному общественному тренеру Валентине Алексеевне Лихачевой и другим за их большое дело — приобщение к оздоровительному бегу таких людей, как я.

Калуга
С. ПОЛЯКОВА,
пенсионерка

как вести дневник



■ При построении занятий оздоровительным бегом необходимо всегда помнить, что бег — острое средство, которое, как и сильнодействующее лекарство, требует строгой дозировки, учета индивидуальных особенностей человека. При занятиях бегом важно учитывать, что человек находится в постоянно изменяющихся условиях: различная производственная, бытовая нагрузка, изменяющиеся климатические условия, психологическое состояние. Для правильного представления об особенностях физиологического воздействия оздоровительного бега на организм необходимо иметь наиболее полную картину изменения функционального состояния организма. В настоящее время в спорте широко применяются различные способы контроля за функциональным состоянием организма непосредственно во время выполнения физических упражнений. Но далеко не каждый занимающийся оздоровительным бегом может использовать даже простые приборные методики для контроля за состоянием организма ежедневно. Поэтому необходим комплексный, строго индивидуальный и в то же время общедоступный метод контроля и самоконтроля за состоянием организма при занятиях бегом. Таким общедоступным средством является дневник самоконтроля. Самоконтроль помогает преподавателю и занимающемуся правильно регулировать нагрузку.

Анализ деятельности 32 клубов любителей бега Москвы, Московской области, ряда городов РСФСР выявил, что только 23 % занимающихся оздо-

ровительным бегом ведут дневники самоконтроля. Во многих случаях ведение дневника сводится к записи количества пробегаемых километров. Обычно занимающиеся ведут записи в дневнике в словесной форме. Такая форма записи неудобна для последующего анализа. Анализ же причины отсутствия и прекращения ведения дневников самоконтроля показал, что одной из основных причин является неумение использовать накопленную информацию для корректировки и построения дальнейших занятий бегом. Учитывая это, мы разработали графический дневник самоконтроля для занимающихся оздоровительным бегом, включающий объективные и субъективные показатели. Внимательное отношение к субъективным ощущениям наряду с объективными показателями и результатами врачебных наблюдений дает правильное представление о влиянии занятий бегом на организм.

Разработанный дневник состоит из 12 карт самоконтроля (12 месяцев в году). Карта представляет собой таблицу, в левом вертикальном столбце которой приведены показатели, которые должны регистрироваться. В верхнюю горизонтальную строку заносится числа месяца. Для изготовления дневника удобно использовать учебную тетрадь в клетку. Левый вертикальный столбец, в котором отмечены показатели, удобно приклеить к первой странице тетради для того, чтобы он оставался неизменным в течение всего года. Столбец, в который занесены показатели, справа имеет шка-

лу. Субъективные показатели (оцениваются с помощью самооценки, самонаблюдения) прошкалированы в баллах, от 0 до 8 баллов. Объективные показатели (которые можно измерить) прошкалированы в зависимости от минимальных и максимальных величин вашего данного показателя.

Дневник заполняется ежедневно, независимо от того, бегали вы или нет. Утром отмечаются следующие показатели:

Остаточная усталость — усталость от предыдущего дня, отмечается вертикальной линией (по 8-балльной системе). 8 баллов — максимальная величина, 0 — отсутствие.

Желание двигаться — отмечается точками, которые в течение месяца соединяются на той же строке, где отмечена «Остаточная усталость».

Качество сна — отмечается вертикальной линией (по 8-балльной системе).

Продолжительность сна — отмечается в часах.

Ортостатическая проба — лежа в постели после сна подсчитать пульс за 1 мин., затем встать (нерезко) и через 30—40 сек. подсчитать пульс повторно. Показатели обозначаются точками, которые соединяются вертикальной линией, рядом с ней записывается разница ЧСС стоя за 1 мин. — ЧСС лежа за 1 мин.

После тренировки заполняются следующие показатели:

Время тренировки — отмечается время проведения занятия, его продолжительность.

Пульс до бега — измеряется всегда в одном положении.

Дистанция бега — отмечается вертикальной линией, рядом записывается время преодоления дистанции.

Усталость начальная — усталость перед тренировкой, отмечается точкой (по 8-балльной системе).

Усталость конечная — накопленная за тренировку, отмечается точкой и соединяется вертикальной линией с «Усталостью начальной».

Пульс после бега — измерять всегда в одном положении, отмечается точкой.

Пульс через 10 или 5 мин. — особенно важно для начинающих бегать.

Производственно-бытовая нагрузка — отмечается точками по 8-балльной системе, которые соединяются.

Самочувствие — отмечаются

имеющиеся боли, время их возникновения.

При наличии условий для измерения включаются показатели — вес, артериальное давление, сила кисти. При систематическом ведении дневника вырисовывается динамика функционального состояния организма, которая поможет вносить определенные коррективы в построение занятий бегом. При анализе дневника и регулировании нагрузки следует обратить внимание на то, что следующие признаки почти всегда являются отклонениями от нормы:

1. «Остаточная усталость» в течение нескольких дней на уровне 6—8 баллов, а «Желание двигаться» — на уровне 0—2 баллов.

2. «Качество сна» в течение длительного времени остается на уровне 0—3 баллов.

3. Пульс за 1 мин. после сна выше обычной величины на 15 и более ударов, значение ортостатической пробы выше обычной величины на 10 и более ударов.

4. Пульс через 10 мин. после бега снижается в течение ряда занятий менее чем на 20—25 % (от величины пульса сразу после бега).

5. В течение нескольких занятий «Усталость конечная» держится на уровне 7—8 баллов.

При наличии одного и более признаков, перечисленных выше, следует обратить внимание на состояние организма, снизить скорость и длину дистанции, а также пройти обследование во врачебно-физкультурном диспансере.

Значение самоконтроля возрастает особенно при занятиях оздоровительно-спортивным бегом, поскольку он предъявляет более высокие требования к организму. Большое значение имеет динамика показателей самоконтроля для лиц пожилого и старшего возраста, так как одной из особенностей их организма является медленное восстановление. При регулярном проведении самоконтроля расширяются познания занимающихся в отношении работы отдельных органов и всего организма в целом.

Л. КАЛАКАУСКЕНЕ,
аспирантка МОГИФКА

Показатели	Даты	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 и др.																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 и др.										
Остаточная усталость	8																				
Желание двигаться	4																				
Качество сна	8																				
Продолжительность сна	4	8	7,5	8	8	8	7														
Ортостатическая проба	70 60	12	11	13	12	13															
Время тренировки	16- 16:30			19- 20:15		16- 19															
Пульс до бега	70 60																				
Дистанция бега	18 9	30м		53м		33м															
Усталость начальная	8 4	к		к		к															
Усталость конечная	8 4	н		н		н															
Пульс после бега	140 100																				
Пульс через 10 (5) мин	140 100																				
Производственно-бытовая нагрузка	8 4																				
Самочувствие	норм																				



■ Так называется постоянная рубрика американского журнала «Раннер». В роли экспертов выступают известные бегуны США — Билл Роджерс, Фрэнк Шортер, Марти Ликэри, Джоан Венау. Они отвечают на многочисленные вопросы читателей. Некоторые рекомендации специалистов мы предлагаем вашему вниманию.

Предположим, вы решили заняться оздоровительным бегом. Что ж, хорошее дело, но начинать нужно осторожно, постепенно увеличивая нагрузки.

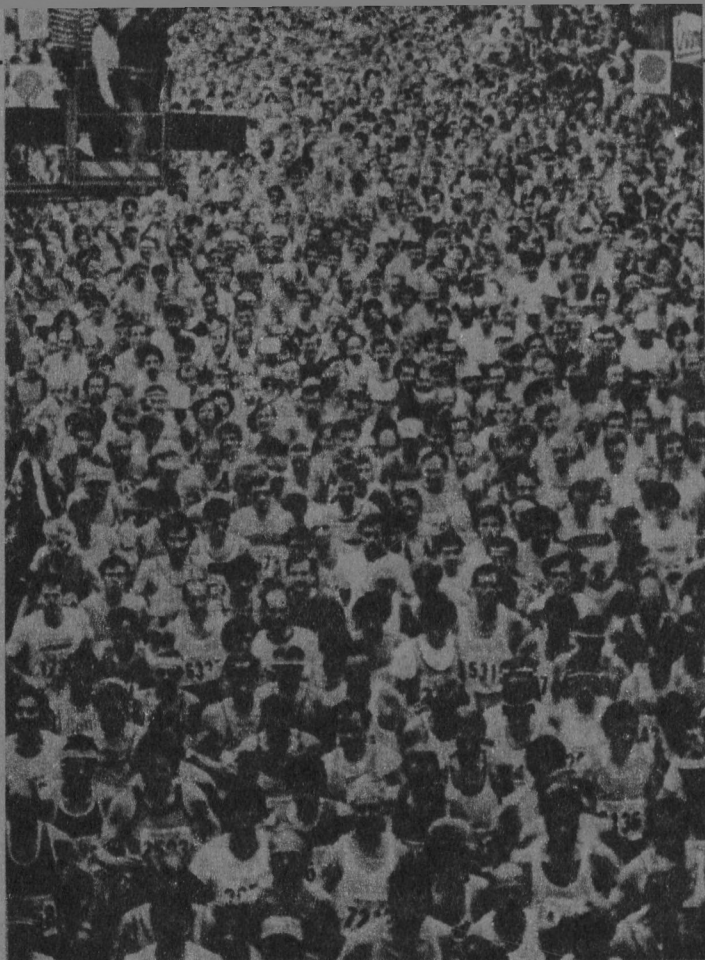
Ошибка многих и многих начинающих бегунов — они стремительно увеличивают объемы бега, стараясь как можно быстрее добиться желаемого результата. А получается подчас совсем наоборот. «Раннер» приводит пример того, как некий 25-летний Джо Дженкинс, беговой стаж которого исчислялся всего лишь несколькими месяцами, финишировал в одном из марафонов с результатом 2:31.19. Время-то отменное, но желание как можно быстрее участвовать в марафонском забеге без учета возможностей организма, тренированности и опыта, погна за результатом дорого обошлись Дженкину: несколько часов врачи боролись за его жизнь, но...

Не будем сгущать краски, пример, приведенный выше, — единичен. Главное помнить: бег — серьезное дело, он может подарить вам здоровье и радость, однако все хорошо в меру.

Важный показатель — пульс. По мнению экспертов, после пробежки частота пульса за 10 с не должна превышать следующих величин.

Возраст (лет)	Частота пульса (уд./мин)
20	25
25	24
30—40	24
45	23
50—60	23
60—75	22
80—85	21
Тренированные взрослые	
20—25	24
30—45	23
50—60	22
65—80	21
85	20

Следите за тем, как ваши ступни соприкасаются с землей. Нужно, чтобы в беге участво-



«спросите экспертов»

вала вся стопа — сначала пятка, а затем происходил плавный переход к пальцам. Движения должны быть очень экономными — если хотите научиться преодолевать 10, 15 и 20 км, нужно ценить даже мелочи. Двигайтесь свободно, легко.

Для достижения определенных оздоровительных результатов необходимо заниматься регулярно — минимум 35 минут три раза в неделю. Старт чуть замедленный, потом темп можно увеличить. Иные же бегуны сразу начинают быстро, а затем, когда им не хватает воздуха, вынуждены останавливаться, отдыхать. А ведь организм труднее переносит быстрый темп и остановки, чем постоянный небystрый бег. Не стоит первую половину пробежки преодолевать в максимально возможном для вас темпе — в результате может появиться боль в мышцах: ее причина — вырабатываемая молочная кислота. Если вы чувствуете, что способны увеличить темп, оставьте спурт на последние минуты тренировки. А затем — пять минут медленного бега, когда пульс приходит в норму.

Перед пробежкой проводится разминка, минимум десять

минут. Никаких особенно серьезных упражнений. Но не забудьте сделать 15 приседаний в медленном темпе. И три-четыре минуты ходьбы на носочках. Круговые движения головой, повороты туловища в стороны.

Известный специалист в области оздоровительного бега доктор Т. Кострубала в своей книге «Радость трусцы» пишет: «Вы должны помогать вашим мышцам, защищать их от возможных травм. И вот один из способов защиты: один грамм витамина С на каждый час бега».

Увлечение бегом полезно во всех отношениях. Немаловажный фактор, на который обращают внимание специалисты: регулярные занятия стимулируют мыслительную, творческую деятельность. Есть уже немало примеров, когда научные открытия, музыкальные и литературные произведения рождались именно во время пробежек. Регулярные тренировки придают и уверенность в своих силах: «Если я могу преодолеть марафон, это значит, я могу преодолеть любые препятствия, мне все по силам».

Однако нужно учитывать и еще один фактор. Появля-

Все большую популярность в разных странах мира приобретают массовые соревнования любителей бега

ется все больше бегунов, для которых норма — 90 км и более в неделю. Естественно, это не начинающие. Нужно учитывать: 90-километровый рубеж несет с собой определенную опасность; здесь возможность получить травму наиболее значительна.

Кроме того, нельзя забывать, что бег — лишь часть вашей жизни. В момент выполнения каких-то упражнений человек испытывает радость. Бег — как раз такое упражнение. Организм работает более эффективно, легкие наполняются кислородом, и это большой стимул для продолжения занятий — как физический, так и психологический. Но наблюдаются случаи, когда, для того чтобы вновь и вновь испытать чувство радости, приходится бегать все больше и больше.

Умеренность хороша во всем, и бег — не исключение. На определенных стадиях — недельные объемы до 90 км — бег приносит только положительный эффект: он способствует улучшению здоровья и самочувствия, благоприятно сказывается на семейных отношениях, на производительности труда. Но... ох уж этот 90-километровый рубеж! За ним порой начинается фанатизм, одержимость. Человек забывает о доме, работе. Его интересует только бег.

Американские ученые назвали этот феномен «положительным пристрастием» в отличие от отрицательных — алкоголизма, наркомании и т. д. Тем не менее проблема существует и о ней необходимо помнить.

Но, скорее всего, большинству наших читателей до границы 90 км еще далеко. Так что для них вопрос болезненного «положительного пристрастия» лишь теоретический. Тем, кто заинтересовался бегом лишь недавно, кому еще только предстоит впервые выйти на старт соревнований, дается такой совет: не бойтесь выступить ниже своих возможностей. Когда вы на дистанции, не думайте о тех, кто на вас смотрит, пусть вас не беспокоит и результат. Главное ваше достижение в том, что вы — среди других бегунов, что ваш пример заставит и других, еще не занимающихся бегом людей выйти одним прекрасным утром на первую сначала пусть неумелую пробежку.

В. ГЕСКИН

10 лучших молодых легко атлетов мира 1983 года

Юноши 100 м

10,18 Грэдди С. 64 США
10,21 Скотт Т. 64 США
10,21 Моралес Л. 64 США
10,27 Брингман С. 64 ГДР
10,31 Ждонс Т. 65 США
10,31 Влейлок С. 64 США
10,31 Эверс Ю. 65 ФРГ
10,33 Имох Ч. 65 Ниг
10,34 Эскуит Л. 64 Врб
10,35 Пикенс М. 66 США

200 м

20,29 Дэвис К. 65 США
20,37 Эверс Ю. 65 ФРГ
20,49 Кларк Д. 65 Австрал
20,50 Влейлок С. 64 США
20,50 Любе Р. 65 ФРГ
20,77 Хэккит Р. 64 США
20,78 Декстер М. 65 США
20,78 Робинсон Э. 64 США
20,80 Брингман С. 64 ГДР
20,82 Мохринир М. 64 Фр

400 м

44,73 Ролл Д. 64 США
45,05 Кларк Д. 65 Австрал
45,25 Шёнлебе Т. 65 ГДР
45,48 Кэннон М. 64 США
45,72 Карловиц И. 64 ГДР
45,80 Дэвис К. 65 США
46,06 Паттерсон Д. 65 США
46,25 Смит Л. 64 США
46,30 Митчелл Д. 66 США
46,37 Гриффит С. 64 США

800 м

1.46,37 Лоторев И. 64 СССР
1.47,0 Эйком В. 64 Вбр
1.47,20 Пиекарски П. 64 ПНР
1.47,3 Харриес А. 64 ФРГ
1.48,02 Гэррит Д. 64 США
1.48,1 Маннс У. 64 ФРГ
1.48,32 Грейхам Д. 64 США
1.47,4 Лакиза С. 64 СССР
1.48,42 Рудяк М. 64 СССР
1.48,42 Акрес В. 64 Австрал

1 500 м

3.38,3 Лоторев И. 64 СССР
3.39,05 Драйсигакер М. 64 ГДР
3.40,65 Джонс Э. 64 США
3.41,75 Уинс Р. 64 Белг
3.41,92 Майерс Д. 64 США
3.43,28 Бенито Т. 64 Исп
3.43,69 Ричард И. 64 Вбр
3.43,71 Фитцпатрик Э. 65 Ирл
3.43,80 Хакштайнер М. 64 Швейц
3.43,85 Лавантюре П. 64 Фр

3000 м

7.48,28 Ритчардс И. 64 Вбр
7.57,5 Драйсигакер М. 64 ГДР
7.57,7 Маюсяк С. 65 ПНР
8.03,63 Афанасьев С. 64 СССР
8.03,75 Мерло В. 65 Ит
8.05,40 Мебес Р. 64 ГДР
8.06,41 Лоторев И. 64 СССР
8.06,89 Куйперс И. 65 Нидерл
8.07,42 Даль Арко П. 64 Исп
8.08,22 Картер Р. 65 Вбр

5000 м

13.48,74 Ритчардс И. 64 Вбр
13.51,6 Кастеллано А. 65 Ит
14.01,07 Мебес Р. 64 ГДР
14.02,4 Уинс Р. 64 Бел
14.03,94 Каренза Р. 64 Ит
14.04,83 Шварц Д. 64 ФРГ
14.04,88 Панетта Ф. 64 Ит

14.06,15 Куппер М. 64 Вбр
14.08,6 Кнудсен Д. 64 США
14.12,24 Кэпхейд Х. 64 США

110 м с/б

13,85 Худец Ю. 64 ЧССР
13,86 Каристан Ш. 64 Фр
13,93 Уайт К. 64 США
13,94 Керхо С. 64 США
13,95 Сэнсиски Д. 64 США
13,96 Усов С. 64 СССР
14,08 Врайс П. 65 Вбр
14,12 Шевалье Ф. 64 Фр
14,15 Шишкин В. 64 СССР
14,23 Джеймс Ж. 64 США

400 м с/б

49,71 Мищенко Р. 64 СССР
50,05 Вудко В. 65 СССР
50,20 Ешида Р. 65 Яп
50,22 Бриггс М. 64 Вбр
50,56 Керхо С. 64 США
50,78 Микиш С. 65 ФРГ
51,06 Вологутин А. 65 СССР
51,15 Спириев А. 64 ВНР
51,25 Хедрик Д. 65 США
51,29 Стэффорд Н. 64 США

2000 м с/п

5.31,80 Инвуд М. 64 Австрал
5.31,54 Матюшенко Н. 66 СССР
5.33,71 Кастберг О. 64 США
5.33,88 Дам В. 65 ФРГ
5.35,42 Ми С. 64 Австрал
5.35,50 Страшилов С. 64 НРБ
5.36,86 Идальго Л. 65 Исп
5.37,16 Попеску В. 64 СРР
5.37,60 Сюч Ч. 65 ВНР
5.37,73 Севчу Р. 65 ЧССР

4×100 м

39,00 США
39,25 ФРГ
39,73 СССР
39,83 Великобритания
40,04 Франция
40,22 Италия
40,36 Бразилия
40,65 ГДР
40,78 Дания
40,81 Канада

4×400 м

3.02,46 США
3.04,95 ГДР
3.05,77 ФРГ
3.06,45 СССР
3.06,69 Великобритания
3.06,95 Италия
3.10,28 Швеция
3.10,71 Канада
3.13,45 Болгария
3.14,19 Чехословакия

Ходьба 10 км

40.47,60 Арена В. 64 Ит
42.30,2 Жуков А. 64 СССР
42.39,8 Киселев А. 65 СССР
42.41,8 Спинов О. 65 СССР
42.43,5 Каранс Я. 64 СССР
42.57,8 Прието М. 64 Исп
42.58,95 Хорак Я. 64 ПНР
43.01,6 Садков О. 64 СССР
43.01,8 Плотников И. 64 СССР
43.01,97 Мартенс И. 64 Белг

Высота

2,33 Шёберг П. 65 Швец
2,29 Сергиенко Ю. 65 СССР
2,29 Эдварс Д. 66 США
2,27 Лука Т. 64 Ит

2,25,5 Лотт Д. 65 США
2,25 Крэмби М. 64 США
2,25 Персонс Д. 64 Вбр
2,25 Пеев Е. 65 НРБ
2,23 Бойер Ш. 64 США
2,21 Федорков Г. 64 СССР

Шест

5,55 Гатауллин Р. 65 СССР
5,47 Григорьев А. 64 СССР
5,45 Коласа Р. 64 ПНР
5,40 Краснов В. 64 СССР
5,40 Джемиев В. 64 СССР
5,40 Пелтониemi А. 66 Фин
5,30 Мольнар Г. 64 ВНР
5,30 Николов Н. 64 НРБ
5,30 Цепилов В. 64 СССР
5,30 Трошин Р. 65 СССР
5,30 Хисмутдинов Р. 64 СССР
5,30 Иштугин В. 65 СССР
5,30 Исаченко А. 65 СССР

Длина

8,01 Эммиан Р. 65 СССР
7,94 Смит Д. 66 США
7,93 Беер Р. 65 ГДР
7,86 Вридж Н. 64 Фр
7,86 Маркович А. 65 СФРЮ
7,85 Заозерский С. 64 СССР
7,81 Цыганков А. 64 СССР
7,79 Гарциа Ф. 64 Фр
7,79 Брукс К. 64 США
7,76 Лич Т. 64 США

Тройной

16,88 Марков Х. 64 НРБ
16,56 Уиллямс К. 64 США
16,51 Арос Р. 65 ФРГ
16,49 Пастушинский Я. 64 ПНР
16,49 Кахно Г. 64 СССР
16,40 Изюмцев В. 64 СССР
16,30 Цыганков А. 64 СССР
16,28 Мамчур Н. 64 СССР
16,27 Рахм К. 64 Швейц
16,25 Ахундов М. 64 СССР

Ядро

19,51 Белый В. 64 СССР
19,25 Золотухин О. 64 СССР
18,72 Кампелл А. 66 США
18,48 Кулиш М. 64 СССР
18,38 Штольц К. 64 ФРГ
18,24 Навара Р. 64 ЧССР
18,23 Клейза С. 64 СССР
18,14 Хойнер М. 65 ГДР
18,02 Ронкайнен Я. 64 Фин
17,87 Странгов В. 64 НРБ

Диск

62,40 Лемме А. 65 ГДР
61,48 Лаутш Г. 65 ГДР
58,40 Шнайдер Ф. 64 ГДР
57,82 Мурашов В. 64 СССР
57,64 Лехтиэ Т. 64 Фин
57,42 Вурин Е. 64 СССР
57,36 Сундин 64 Швец
56,48 Хейккила П. 65 Фин
55,54 Кносие М. 64 ГДР
55,48 Турба С. 64 СРР

Молот

78,00 Дорожон С. 64 СССР
74,20 Селезнев А. 64 СССР
72,64 Герлоф М. 64 ГДР
70,48 Дашкин П. 64 СССР
70,00 Заннелло Г. 64 Ит
69,52 Степочкин В. 64 СССР
68,94 Гоморев А. 64 СССР
68,26 Гайзенсеттер Е. 64 ГДР
68,60 Рипенков П. 64 СССР
68,10 Маковский Ф. 65 СССР

Копье

87,90 Гонзалес Р. 64 Куба
82,26 Боргланд П. 64 Швец
81,36 Раккит В. 64 США
81,34 Пападимитроу А. 65 Грец
81,30 Пахоль О. 64 СССР
79,08 Хадвих В. 64 ГДР
78,48 Муун С. 64 США
78,26 Сяргона П. 64 Фин
78,00 Елштрем И. 64 Дан
77,98 Таллхем С. 64 Швец

Десятиборье

7915 Кюльвет В. 64 СССР
7709 Робинсон К. 64 США
7663 Афанасьев Н. 65 СССР
7641 Лэ Фо-ен 64 Тайвань
7614 Шенк К. 65 ГДР
7592 Медведь М. 64 СССР
7465 Потапенко В. 64 СССР
7664р Муцио Р. 64 США
7540р Кушир Е. 64 СССР
7526р Ивков О. 64 СССР

Девушки 100 м

11,03 Гладиш С. 64 ГДР
11,17 Верин В. 66 США
11,39 Ловал М.-Ф. 64 Фр
11,43 Тейкер А. 64 США
11,46 Бекк У. 65 ГДР
11,48 Помошников Н. 65 СССР
11,48 Ульсен С. 65 Норв
11,49 Сауелл Д. 66 США
11,50 Ловал А. 64 Фр
11,53 Деннис Д. 64 США
11,53 Виноградова Е. 64 СССР

200 м

22,72 Гладиш С. 64 ГДР
22,99 Верин В. 66 США
23,04 Шуман С. 65 ГДР
23,11 Виноградова Е. 64 СССР
23,14 Божина В. 66 СССР
23,16 Макроу Ж. 64 США
23,26 Помошников Н. 65 СССР
23,28 Джекобс С. 66 Вбр
23,34 Тейкер А. 64 США
23,38 Мюллер П. 65 ГДР

400 м

50,99 Хоуард Д. 64 США
51,60 Диксон Д. 64 США
51,79 Мюллер П. 65 ГДР
52,09 Лудвигс С. 65 ГДР
52,24 Лесных Л. 64 СССР
52,54 Вахтел К. 65 ГДР
52,59 Хаас Г. 65 Австр
52,61 Гирова М. 66 НРБ
52,67 Лайстеншнайдер Н. 67 ФРГ
52,70 Захарова И. 64 СССР

800 м

1.59,40 Вахтел К. 65 ГДР
1.59,98 Файффер А. 64 ГДР
2.00,18 Вюн К. 65 ГДР
2.00,83 Ричбэр Д. 64 США
2.01,29 Бенс М. 66 ФРГ
2.02,47 Колович С. 65 СФРЮ
2.02,63 Симьяну М. 64 СРР
2.02,83 Риттер Х. 65 ГДР
2.02,97 Политова О. 64 СССР
2.03,04 Зарипова Ф. 65 СССР

1500 м

4.04,42 Файффер А. 84 ГДР
4.12,9 Федорова О. 64 СССР
4.13,03 Фурлетова В. 66 СССР
4.13,06 Грабнер И. 65 ГДР

4.13,17 Кечег М. 65 СРР
4.13,56 Меличерова Л. 64 ЧССР
4.13,77 Эвро П. 65 Алб
4.13,85 Палакеану К. 68 СРР
4.14,0 Файзуллина Г. 65 СССР
4.14,80 Жмурик Н. 65 СССР

3000 м

9.07,77 Хайн Ж. 66 ГДР
9.11,80 Шуберт К. 65 США
9.11,8 Судак Л. 65 СССР
9.12,37 Меличерова Л. 64 ЧССР
9.12,8 Бердкова Л. 64 СССР
9.15,53 Йосефсен М. 64 Норв
9.15,58 Жуликова М. 65 СССР
9.17,29 Вибернелл И. 65 ГДР
9.18,67 Агостон З. 65 ВНР
9.19,56 Ножичкова В. 66 ЧССР

100 м с/б

13,00 Коварик Г. 64 ГДР
13,05 Терпе К. 64 ГДР
13,14 Янг К. 65 США
13,22 Пикеро А. 64 Фр
13,22 Лош С. 66 ГДР
13,26 Крейш Ж. 65 ГДР
13,32 Денк У. 64 ФРГ
13,46 Бейер Н. 65 Вбр
13,46 Трювант В. 65 Фр
13,47 Кудинова Е. 64 СССР
13,47 Пурко С. 65 Фин

400 м с/б

56,01 Штерева-Дмитрова Р. 66 НРБ
56,87 Котенева М. 64 СССР
57,28 Немкевич Л. 64 СССР
57,56 Яух К. 65 ГДР
57,60 Коллон Г. 65 США
57,93 Миронова М. 66 СССР
58,00 Масурат П. 64 ГДР
58,04 Евсева И. 64 СССР
58,15 Бабич Э. 64 СССР
58,20 Ониашвили Ш. 64 СССР

4×100 м

43,73 США
44,12 ГДР
44,44 СССР
44,86 Вбр
45,02 ФРГ
45,23 Канада
45,35 Франция
45,52 ЧССР
45,56 НРБ
46,00 Австрия

4×400 м

3.30,44 ГДР
3.31,78 НРБ
3.31,94 ФРГ
3.34,80 СССР
3.35,96 ЧССР
3.36,30 США
3.37,82 СФРЮ
3.39,11 СРР
3.39,34 Канада
3.40,44 Нор

Высота

1,98 Коста С. 64 Куба
1,95 Эванье-Эпе М. 64 Фр
1,94 Топчина Е. 66 СССР
1,90 Вэрнхаген Л. 66 США
1,90 Фиамменго Б. 67 Ит
1,90 Бредер А. 64 ФРГ
1,90 Тиле С. 65 ГДР
1,89 Заблочкая Л. 65 СССР
1,89 Михалцеа Г. 64 СРР
1,88 Вийнгантс Э. 65 Нид
1,88 Годинчук М. 64 СССР
1,88 Исаев С. 65 НРБ
1,88 Жоббова И. 65 ЧССР
1,88 Малесев Т. 67 СФРЮ
1,88 Марти Д. 68 Вбр
1,88 Хайтман А. 64 ФРГ

Длина

7,14 Дауте Х. 64 ГДР
6,84 Балута Л. 65 СССР
6,82 Шевченко И. 66 СССР
6,65 Собога Я. 65 ГДР
6,65 Тиле С. 65 ГДР
6,62 Кротова С. 65 СССР
6,54 Кухтова Э. 65 ЧССР

6,53 Тейкер А. 64 США
6,53 Байер М. 65 ГДР
6,52 Клюге П. 64 ГДР

Ядро

19,01 Кригер Х. 65 ГДР
18,46 Симм К. 64 ГДР
18,40 Нише К. 64 ГДР
18,29 Агапова Л. 64 СССР
18,19 Курочкина Г. 65 СССР
17,83 Прищеп Т. 65 СССР
17,35 Симон Л. 65 СРР
17,31 Федюшина В. 65 СССР
17,22 Вагнер А. 65 ГДР
17,14 Пеплински С. 65 ГДР

Диск

66,56 Миткова С. 64 НРБ
61,98 Кригер Х. 65 ГДР
61,96 Платонова Л. 66 СССР
60,50 Костиан Д. 65 СРР
60,04 Квачева Г. 65 СССР
58,56 Тиме А. 64 ГДР
58,52 Катевич Р. 65 ПНР
58,16 Патока А. 64 СССР
57,98 Тамм С. 65 ГДР
57,50 Беавэйс К. 65 Фр

Копье

62,54 Кёппинг Я. 66 ГДР
62,46 Шёллькопф Н. 64 Фр
62,04 Черниенко Н. 65 СССР
61,62 Каленчукова Н. 64 СССР
61,58 Солберг Т. 66 Нор
60,48 Шиколенко Н. 64 СССР
60,00 Медведева Е. 65 СССР
58,38 Бутова В. 64 СССР
57,80 Абел Дж. 66 Вбр
57,78 Графе С. 64 ГДР

Семиборье

6421 Тиле С. 65 ГДР
6273 Браун С. 65 ФРГ
6222 Сobotка Я. 65 ГДР
6116 Филатьева С. 64 СССР
6105 Тишлер Х. 64 ГДР
5985 Керц С. 64 ГДР
5951 Цветкова М. 65 НРБ
5937 Нуско Х. 65 ФРГ
5886 Клюге П. 64 ГДР
5883 Георгиева Т. 66 НРБ

10 лучших юных легкоатлетов СССР 1983 года

Юноши

100 м

10,36 Подуздов Сергей 66 Г, Т 21, 5 Сф
10,73 Савин Виталий 66 Джзк, ТР 8.7 Вл
10,86 Ванякин Дмитрий 66 Лц, А 8.7 Вл
10,93 Струков Александр 66 Врж, Д 8.7 Вл
10,94 Кривенья Сергей 66 Гм, Т 8.7 Вл
10,94 Виноградов Игорь 66 Кб, Б 8.7 Вл
10,94 Воленко Александр 67 А-А, Д 8.7 Вл

10,98 Страхов Николай 66 Ств, Л 8.7 Вл
11,00 Лапицкий Константин 66 Двг, Т 8.7 Вл
11,01 Гуреев Владимир 66 Крк, У 8.7 Вл

10,5 Савин Виталий 66 Джзк, ТР 21.4 Ад
10,6 Кленов Сергей 67 Л, Д 23.4 Кр
10,6 Тарашкевич Дмитрий 66 Л, ВС 6.6 Л
10,6 Воленко Александр 67 А-А, Д 29.6 Вл
10,6 Виноградов Игорь 66 Кб, Б 30.6 Тл
10,6 Чуев Евгений 66 Влдв, Л 10.7 Крк
10,7 Струков Александр 66 Врж, Д 8.4 Ств
10,7 Ванякин Дмитрий 66 Лц, А 2.7 Тл
10,7 Потеев Юрий 66 Врш, Т 3.7 Сдв
10,7 Друженков Владимир 66 Влдв, Л 10.7 Крк
10,7 Зенгер Сергей 66 Кргд, ТР 6.8 А-А
10,7 Богданов Андрей 67 Р, Дп, 9.8 Р
10,7 Соловьев Игорь 66 Крс, У 26.8 Крс
10,7 Калинин Владимир 66 Б, Н 27.8 Грл
10,7 Ястребов Юрий 66 Зп, Т 6.10 Днп
10,7 Ларкович Сергей 66 Б, Мхс
10,7 Сыркович Сергей Мн, 66 КЗ

200 м

21,26 Савин Виталий 66 Джзк, ТР 12.8 Л
21,86 Кривенья Сергей 66 Гм, Т 9.7 Вл
21,97 Ларкович Сергей 66 Б, Мхс 25.9 Тш
22,08 Зенгер Сергей 66 Кргд, ТР 25.9 Тш
22,13 Кальнов Олег 66 Т-К, С 9.7 Вл
22,27 Пинчук Николай 66 Гм, Д 25.9 Тш
22,35 Федоров Андрей 66 К. о, А 9.7 Вл
22,40 Бодров Валерий 66 Х, Д 9.7 Вл
22,40 Гуреев Владимир 66 Крк, У 9.7 Вл
22,41 Никифоров Павел 66 Д-А, ТР 9.7 Вл
21,8 Федоров Андрей 66 К. о, А 22.5 Тлт
21,8 Кленов Сергей 67 Л, Д 13.6 Л
21,8 Зенгер Сергей 66 Кргд, ТР 20.9 Тш
21,9 Савин Виталий 66 Джзк, ТР 28.4 А-А
21,9 Воленко Александр 67 А-А, Д 30.6 М
21,9 Попов Александр 66 М, Т 30.7 Днп
22,0 Струков Александр 66 Врж, Д 19.6 Г
22,0 Аксенов Эдуард 66 М, С 29.6 Ор
22,0 Пинчук Николай 66 Гм, Д 30.6 Вл
22,0 Сальников Алексей 66 Г, Т 3.7 Тл

400 м

49,01 Дебелый Александр 66 Брн, Д 11.8 Л
49,03 Тарашкевич Дмитрий 66 Л, ВС 24.9 Тш
49,41 Аксенов Эдуард 66 М, С 27.5 М
49,41 Минаев Андрей 66 Мк, ТР 11.8 Л
49,47 Пинчук Николай 66 Гм, Д 24.9 Тш
49,48 Завадский Павел 67 М, С 8.7 Вл
49,64 Гейко Алексей 66 К, Д 8.7 Вл
49,67 Колтович Андрей 67 Тш, ТР 24.9 Тш

49,87 Грибанов Владимир 66 Дн, ТР 8.7 Вл
49,91 Свейкате Дарьус 66 Пив, Нм 24.9 Тш
49,97 Попов Александр 66 М, Т 8.7 Вл

48,5 Добровольский Николай 66 Жт, Кл 22.7 Каш
48,7 Минаев Андрей 66 Мк, ТР 28.6 Вл
48,9 Грибанов Владимир 66 Дн, ТР 28.6 Вл
48,9 Потеев Юрий 66 Врш, Т 6.10 Днп
49,0 Пинчук Николай 66 Гм, Д 29.6 Вл
49,0 Патрашный Валерий 67 Р/Д, Т 6.10 Днп
49,1 Аксенов Эдуард 66 М, С 27.6 Ор
49,1 Калимуллин Дмитрий 66 Пвл, Е 6.8 А-А
49,1 Кондратенко Олег 66 Рб, Т 6.10 Днп
49,3 Дебелый Александр 66 Брн, Д 18.6 Г

800 м

1.52,59 Букин Юрий 66 Дн, Д 27.5 Х
1.53,3 Моспан Анатолий 66 Днп, А 28.8 Грл
1.53,4 Калимуллин Дмитрий 66 Пвл, Е 3.7 Тл
1.53,56 Агледдинов Равиль 66 Дш, Д 25.9 Тш
1.53,8 Субботин Константин 66 Пр, Т 27.8 Крс
1.54,0 Романов Павел 67 Л, Т 20.5 Л
1.54,1 Зайтдинов Александр 66 Грд, Б 27.8 Крс
1.54,2 Громов Игорь 67 Мхч, С 16.6 Ор
1.54,24 Постнов Дмитрий 66 Крс, Т 9.7 Вл
1.54,3 Даукша Валерий 66 Мн, Т 13.5 М
1.54,3 Наконечный Игорь 66 Льв, Т 19.7 К

1500 м

3.51,79 Плешанов Александр 66 М, С 4.6 Смф
3.54,48 Скорик Александр 67 Смф, Кл 8.7 Вл
3.55,6 Валеев Марк 67 Уфа, Т 13.8 Птг
3.56,11 Вискна Агрис 66 Р, Дг 5.6 Р
3.56,74 Букин Юрий 66 Дн, Д 8.7 Вл
3.57,49 Усачев Андрей 67 Ивн, Т 8.7 Вл
3.57,5 Кривцов Владимир 66 М, Т 16.7 М
3.57,8 Вашек Игорь 66 Дн, А 2.7 Тл
3.57,88 Подавец Сергей 66 Льв, Кл 8.7 Вл
3.57,97 Ляшенко Леонид 66 Льв, Кл 8.7 Вл

3000 м

8.28,84 Постнов Дмитрий 66 Крс, Т 10.7 Вл
8.30,23 Скорик Александр 67 Смф, Кл 10.7 Вл
8.31,09 Подавец Сергей 66 Льв, Кл 10.7 Вл
8.32,38 Калимуллин Ильшат 66 Уфа, ТР 10.7 Вл
8.33,60 Штыкало Виктор 66 Льв, Кл 10.7 Вл
8.34,6 Климаков Сергей 66 Кмр, Т 26.4 Крп
8.34,8 Нармонт Донатас 66 Рпл, Нр 13.8 Рпл
8.37,2 Вычужанин Алексей 66 Врж, Т 3.7 Тл
8.39,76 Мильчевский Александр 67 Дж, С 10.7 Вл
8.39,83 Иванов Вячеслав 66 Плц, Л 10.7 Вл

5000 м

14.33,5 Козлов Олег 66 Рзк, Дг 24.7 М
14.52,78 Чернытьев Роман 66 Влд, Б 8.7 Вл

14.53,24	Кравчук Сергей 67 Мн, ВС 8.7 Вл	2000 м с/п	5.31,54	Матюшенко Николай 66 Х, ТР 27.8 Шв	45.55,5	Чернов Константин 66 Бнд, Д 21.8 Х	17,82	Чупковас Александр 66 Кн, Д 9.7 Вл
14.53,38	Акопян Степан 67 Е, ВС 8.7 Вл	5.48,01	Соков Сергей 67 Мн, Д 9.7 Вл	45.59,0	Гинко Виктор 66 Грд, Т 28.2 Ксл	17,71	Томко Николай 66 Врш, Д 26.2 Гм также 17,29 15.4 Од	
14.53,78	Штыкало Виктор 66 Лв, Кл 8.7 Вл	5.51,76	Скворцов Александр 67 А-А, С 9.7 Вл		Высота	17,65	Ямщиков Сергей 66 Од, ТР 31.1 Мн также 17,54 28.6 Вл	
14.55,0	Нармонт Донатас 66 Рпл, Нр 18.8 Тл	5.53,2	Белоусов Николай 66 М, ТР 24.7 М		2,15	Филченко Владимир 66 Ом, У 6.12 Ом	17,46	Фолворочный Валерий 66 Лв, А 12.5 Лц
14.55,49	Калимуллин Ильшат Уфа, Тр 8.7 Вл	5.53,4	Соличев Игорь 67 М, С 24.7 М		2,12	Рыжиков Сергей 66 Орб, Т 21.5 Тлт	17,15	Ушикашвили Гоча 66 Тб, ВС 9.7 Вл
14.58,10	Филатов Юрий 66 Плц, Л 8.7 Вл	5.54,13	Бражников Михаил 66 Крк, У 9.7 Вл		2,11	Кудрявцев Анатолий 66 Ф, Т 10.7 Вл	16,80	Голциин Сергей 66 Г, Л 30.6 Г
14.58,7	Чайкин Андрей 67 Влг, Т 30.6 Тлт	5.54,2	Зильберштейн Зигмунд 66 Ах, Клм 23.5 Каш		2,10	Филиппский Сергей 66 Нл, ТР 8.1 Л также 2,08 10.7 Вл	16,59	Давыдов Денис 66 Од, Д 30.6 Вл
	110 м с/б (100 см)	5.55,74	Найден Валерий 67 Вт, Т 25.9 Тш		2,10	Лепохин Геннадий 67 К/А, С 3.3 Ом		Ядро (7,257 кг)
13,8	Сальников Алексей 66 Г, Т 2.7 Тл	5.56,77	Зимин Игорь 66 Кргд, Е 9.7 Вл		2,10	Панов Александр 67 Св, У 3.3 Ом	16,98	Вицадзе Тариел 66 Сх, Д 24.4 Кр
14,3	Юдаков Тимур 66 М. о, ВС 27.8 Крс	5.57,88	Маркитян Валерий 66 9.7 Вл		2,10	Корниенко Владимир 67 А-А, У 10.8 Чмк	16,57	Багач Александр 66 К, Кл 27.2 Гм
14,5	Панков Сергей Кргд, Е 2.7 Тл		4×100 м		2,08	Климович Станислав 66 Мн, ТР 7.2 Гм	16,22	Чупковас Александр 66 Кн, Д 4.6 Смф
14,6	Благой Игорь 66 Врж, Л 29,6 Г	42,28	«Трудовые резервы» (Максимов И., Живицкий А., Никифоров П., Савин В.) 9.7 Вл		2,08	Веркис Роландас 66 Пнв, Нм 28.4 Пнв	16,02	Томко Николай 66 Врш, Д 24.4 Кр
14,6	Попов Владимир 67 Л, ВС 29.6 Трд	42,55	«Труд» (Сальников А., Федоров А., Томашевский С., Ванякин Д.) 9.7 Вл		2,08	Корчагин Олег 66 Др, Л 5.6 Смф	15,96	Соколов Олег
14,7	Фомин Михаил 66 Л, С 20.5 Л	42,84	«Урожай» (Охапкин И., Ларкович С., Семенович В., Гуреев Г.) 9.7 Вл		2,08	Дубакин Александр 66 М, ТР 28.6 Вл	15,67	Ямщиков Сергей 66 Од, ТР 31.1 Мн
14,7	Ивашенко Александр 67 К, Д 29.6 Вл	43,01	«Динамо» (Омелаев В., Марченко С., Бодров В., Воленко А.) 9.7 Вл		2,08	Усанов Сергей 66 Л, Д 29.6 Вл	15,51	Ушикашвили Гоча 66 Тб, ВС 27.2 Гм также 14,81 25.9 Тш
14,7	Юрковский Юрий 67 Врж, Л 27.8 Крс	43,25	Советская Армия (Швырков А., Александров Ю., Писаренко А., Когай В.) 9.7 Вл		2,08	Николаев Александр 66 Мн, Л 30.6 Г	15,43	Давыдов Денис 66 Од, Д 22.8 Х
14,8	Дауक्षा Валерий 66 Мн, Д 12.5 М	43,3	Куйбышевская обл. 30.6 Тлт			Шест	15,21	Петросянц Александр 66 Ств, В 16.9 Ств
14,8	Прокофьев Игорь 66 Ир, Т 28.5 Чбк	43,3	Украинская ССР, «Спартак» (Микиш С., Туманов Г., Журко Ю., Стеценко В.) 27.6 Ор		5,10	Рыженков Виктор 66 Тш, Б 20.5 Тш	14,69	Кондратюк Александр 66 М, ТР 22.4 Ад
14,41	Сальников Алексей 66 Г, Т 11.8 Л	43,3	Украинская ССР, «Авангард» (Шкарнев В., Тимеков В., Жеребятин В., Ванякин Д.) 2.7 Тл		5,10	Комаров Виктор 66 Х, ТР 24.9 Тш		Диск (1,5 кг)
15,01	Юдаков Тимур 66 М. о, Л 25.9 Тш	43,56	«Труд» (Таранюк И., Муромцев С., Попов А., Кривеня С.) 9.7 Вл		5,10	Транденков Игорь 66 Л, Т 24.9 Тш	59,90	Петров Василий 66 Врш, Т 30.6 Клнг
15,09	Панков Сергей 66 Кргд, Е 11.8 Л	43,5	Воронеж, «Динамо» 18.6 Г		5,00	Егоров Григорий 67 А-А, Д 16.8 А-А	59,82	Вицадзе Тариел 66 Сх, Д 8.7 Вл
14,7	Эглитис Роберт 66 Р, ДГ 19.7 Лпя	43,5	Москва (Потапчик, Громыко, Швырков А., Завадский П.) 12.5 М		4,90	Старушенко Владимир 66 Дн, А 30.1 Мн	59,38	Кондратюк Александр 66 М, ТР 23.7 М
14,9	Попов Владимир 67 Л, ВС 22.7 М	43,5	Ленинград (Попов И., Мацуца Ю., Кленов С., Малеев) 12.5 М		4,90	Кашнов Михаил 66 Л, С 5.3 Л	58,00	Бондаренко Александр 66 Трс, ТР 16.10 Трс
14,9	Цирулис Бруно 66 Стч, Вп 14.5 Влм		4×400 м		4,90	Андреев Дмитрий 66 Л, С 20.5 Л	56,54	Чупковас Александр 66 Кн, Д 8.7 Вл
14,9	Лобузов Юлиан 67 Тш, Т 26.8 Х	3,17,05	«Спартак» (Файбушенко Д., Кальнов О., Аксенов Э., Завадский П.) 9.7 Вл		7,21	Дюрменов Илья 66 Л, Т 9.7 Вл	56,50	Данилюк Александр 67 Гм, КЗ
14,9	Вешаидзе Гела 66 Тб, Клм 27.8 Кш	3,17,87	«Динамо» (Гатченко В., Гейко А., Зарянов С., Дебелый А.) 9.7 Вл		7,41	Живицкий Антон 67 Тш, ТР 29.6 Вл	56,40	Кочишвили Давид 66 Тб, ВС 1.7 Грд
14,9	Габриельчик Владимир 66 Вт, Т 7.10 Дип	3,19,61	Вооруженные Силы (Максименко А., Попов В., Тарашкевич Д., Зайцев А.) 9.7 Вл		7,40	Поликанов Вячеслав 66 М. о, Т 20.8 Брн	56,08	Рейнарт Калле 66 Влн, К 29.9 Тл
15,0	Сурков Александр 66 Нвк, Т 20.8 Брн	3,19,67	«Труд» (Бложко А., Попов А., Наконечный И., Токаренко В.) 9.7 Вл		7,40	Верзиньш Дайнис 66 Мрн, Вп 25.9 Тш	55,44	Коптюх Василий 67 Мн, Т 31.5 Л
15,0	Максимов Олег 66 Х, Д 21.8 Х	3,19,98	«Урожай» (Свекайте Д., Знотинш А., Григалинас И., Добровольский Н.) 9.7 Вл		7,38	Краковцев Владимир 67 Зп, Т 16.7 К	54,80	Вахрамеев Роман 67 Б, Н 23.4 Б
52,86	Максименко Александр 66 Од, ВС 25.9 Тш	3,20,8	Днепропетровск (Пангаушин С., Кушпетюк В., Козаков И., Жеребятин В.) 12.5 Лц		7,21	Гончаров Виктор 66 Х, Д 22.8 Х		Диск (2 кг)
54,04	Дауक्षा Валерий 66 Вт, Д 9.7 Вл	3,21,57	«Труд» (Осипенко В., Калимуллин Д., Вашек И., Жеребятин В.) 9.7 Вл		7,20	Тофелов Сергей 66 Врж, Л 1.7 Тлт	52,56	Вицадзе Тариел 66 Сх, Д 4.6 Смф
54,52	Попов Владимир 67 Л, ВС 9.7 Вл	3,22,20	«Трудовые резервы» (Бондарчук И., Стародымов А., Гришин М., Грибанов В.) 9.7 Вл		7,20	Велленд Марек 66 Тл, К 9.7 Вл	52,50	Петров Василий 66 Врш, Т 25.5 Врш
54,53	Вахметьев Николай 66 Хрс, Л 9.7 Вл	3,22,4	Казахская ССР «Енбек» (Панков С., Осипенко В., Калимуллин Д., Гладких О.) 3.7 Тл		7,20	Малюкевич Валерий 66 Мн, У 7,19	50,62	Чупковас Александр 66 Кн, Д 11.8 Л
54,66	Знотинш Атис 66 Мрн, Вп 9.7 Вл	3,23,2	Москва, «Спартак» (Плешанов А., Лившиц П., Аксенов Э., Завадский П.) 24.7 М		7,19	Туманов Геннадий 66 К, С 9.7 Вл	48,26	Потапченко Олег 66 Дн, Б 1.7 Л
54,82	Таланцев Андрей 66 М. о, Д 9.7 Вл		Ходьба 10 км		7,19	Волошин Леонид 66 Орд, Т 9.7 Вл	47,52	Кондратюк Александр 66 М, ТР 24.9 Тш
55,31	Осипенко Вячеслав 66 Кргд, ТР 9.7 Вл	43,17,4	Вайнаукас Сигитас 66 Брш, Ж 4.6 Смф			Тройной	45,40	Томко Николай 66 Врш, Д 21.8 Х
55,60	Физюк Александр 66 Кргд, ТР 25.9 Тш	43,19,0	Танинг Тойво 66 Тр, К 21.5 Тлс		15,82	Герасимов Максим 66 М, Б 1.7 Л	45,16	Кекишвили Давид 66 Тб, ВС 24.9 Тш
53,7	Вахметьев Николай 66 Хрс, Л 30.9 Вл				15,62	Распопов Владимир 66 Брл, У 29.6 Св	44,72	Пощка Арвидас 66 Пнв, Д 2575 Вл
54,2	Дауक्षा Валерий 66 Вт, Д 13.5 М				15,58	Клименко Валерий 66 Р/Д, Т 21.5 Тлт	44,70	Кошкавал Виктор 66 Од, Д 21.8 Х
54,2	Таланцев Андрей 66 М. о, Д 27.8 Крс				15,43	Малецкий Александр 66 Х, ТР 8.7 Вл	42,80	Розенберг Айнар 66 Р, ТР 20.9 Тш
54,2	Физюк Александр 66 Кргд, ТР 19.9 Тш				15,41	Берзиньш Дайнис 66 Мрн, Вп 25.9 Тш		Молот (6 кг)
54,6	Захаров Юрий 66 Р/Д, Д 19.6 Г				15,22	Ябченко Леонид 66 Тб, Г 30.1 Мн	69,32	Губкин Валерий 67 Нвп, КЗ 2.7 Тл
54,6	Гришин Михаил 66 Л, ТР 29.6 Вл				15,20	Бронников Аркадий 66 Иж, Т 28.8 Крс	69,42	Абдувалиев Андрей 66 Дш, Хсл 9.7 Вл
54,7	Попов Владимир 67 Л, ВС 1.7 Грд				15,19	Гридин Михаил 67 Ар, С 28.8 Крс	68,34	Мусихин Валерий 66 Брс, С 28.6 Ор
54,7	Дробязко Владимир 66 Кр, Д 22.8 Х				15,18	Танага Сергей 66 Нрв, Нр 14.7 Тр	67,60	Дреголь Александр 66 Дип, А 9.7 Вл
54,9	Ланг Леонид 66 Тш, ТР 22.5 Тш				15,15	Кузин Андрей 68 М, Д 28.5 М	67,26	Алаторский Юрий 66 К, А 2.7 Тл
55,0	Осипенко Вячеслав 66 Кргд, Е 3.7 Тл					Ядро (6 кг)	67,26	Чмырь Ярослав 66 Лв, А 2.7 Тл
					18,57	Вицадзе Тариел 66 Сх, Д 9.7 Вл	66,88	Пискунов Эдуард 67 Н-Кх, А 2.7 Тл
					18,37	Багач Александр 66 К, Кл 9.7 Вл	63,86	Лысенко Николай 66 Ств, ТР 26.8 Крс
					17,86	Кондратюк Александр 66 Мн, ТР 28.6 Вл	63,24	Мельник Виктор 66 Од, Д 29.6 Вл

Молот (7,257 кг)
66,00 Дреголь Александр 66 Днп, А 7.10 Днп
65,20 Абдувалиев Андрей 66 Дш, Хсл 23.5 Каш
63,60 Афанасьев Алексей 66 М, Б 1.7 Л
62,94 Маргиев Сергей 66 Орд, Т 22.4 Ад
61,46 Алисевиц Виталий 67 Мгл, С 24.9 Тш
60,82 Алаторский Юрий 66 К, В 26.7 Чр

Копье
76,18 Штробиндерс Марцис 66 Роя, Вп 28.8 Екп
73,10 Зайцев Виктор 66 Тш, ТР 72,02 Мазниченко Андрей 66 К, А 71,74 Грунтманис Альдис 66 Внт, Др 25.9 Внт
70,72 Ярв Мезлис 66 Прн, К 24.9 Тл
70,02 Дробаха Олег 66 Трс, ТР 14.4 Трс
69,88 Лепик Сулев 66 Тл, К 2.7 Тл
69,12 Трофимов Игорь 67 Сч, ТР 68,76 Палагин Вадим 66 Кр, Д 18.6 Г
68,38 Васин Леонид 66 Л, С 27.6 Ор

Десятиборье юношеское
(ядро — 6 кг, диск — 1,5 кг, барьеры — 1 м, расстояние 9,14 м)
7361 Левушкин Владимир 66 Л, ТР 9.7 Вл
11,48-6,76-14,28-1,94-51,78-15,18-43,72-4,40-44,34-4,32,60
7202 Усанов Сергей 66 Л, Д 9.7 Вл
11,36-7,05-13,62-2,05-51,26-15,51-33,62-4,30-43,96-4,41,31
7124 Сиводедов Игорь 66 Гм, ТР 9.7 Вл
12,01-6,63-13,46-1,94-54,07-15,51-43,78-4,30-56,62-4,41,96
6822 Дробышевский Игорь 66 Бр, ТР 9.7 Вл
11,59-6,19-11,44-1,99-51,58-15,24-38,56-4,00-42,70-4,26,54
6957р Грунтманис Андис 66 Внт, Дг 3.9 Мдн
11,1 - 7,00 - 14,00 - 1,85 - 53,7-16,1-38,88-3,20-67,28-4,58,5
6856р Дедюра Виктор 66 Лв, Л 9.5 Лв
11,4 - 6,30 - 12,98 - 1,85 - 53,1-15,3-43,42-3,80-49,06-4,49,3
6850р Трушев Валерий 66 К. о, ТР 24.6 Вн
11,6 - 6,62 - 13,38 - 1,85 - 56,0 - 14,9 - 43,14 - 3,40 - 56,62 - 5,01,3
6848р Вондарук Игорь 66 См, Л 20.5 Дн
11,5 - 6,35 - 12,60 - 1,95 - 54,8 - 15,5 - 41,10 - 4,10 - 44,82 - 4,40,1
6658 Микиш Сергей 66 К, С 9.7 Вл
11,69 - 6,60 - 12,72 - 1,85 - 52,49 - 15,75 - 29,52 - 4,00 - 44,10 - 4,26,51

ДЕВУШКИ
100 м
11,56 Федорова Елена 66 Клм, Т 8.7 Вл
11,78 Вожина Валентина 66 Мк, У 10,8 Л
11,80 Папилина Татьяна 67 Клм, Т 24.9 Тш
11,87 Шаучюлите Гутверс 66 Шл, Ж 8.10 Л
11,95 Кривошеина Марина 67 Р, Дг 6.7 Вл
12,05 Ледовская Татьяна 66 Мн, ТР 10.8 Л
12,09 Кот Ирина 67 К, Б 8.7 Вл
12,10 Набиева Ильмира 66 Кргд, Б 8.7 Вл
12,11 Проталинская Светлана 66 ВС 8.7 Вл
12,17 Романовская Светлана 66 Дып, ВС 8.7 Вл
11,3 Федорова Елена 66 Клм, Т 2.7 Тл
11,5 Кривошеина Марина 67 Р, Дг 21.5 Тлт
11,5 Шаучюлите Гутверс 66 Шл, Ж 18.6 Вл
11,6 Кот Ирина 67 К, Б 1.7 Чр

11,7 Саворская Раиса 66 Пвл, Е 21.5 Тлт
11,7 Татарнинова Людмила 66 Брт, Т 30.6 Нс
11,7 Усова Светлана 66 Кб, ОНО 30.6 Плт
11,7 Вичурина Светлана 66 Тш, Б 1.7 Чр
11,7 Набиева Ильмира 66 Кргд, Б 1.7 Чр
11,7 Папилина Татьяна 67 Клм, Т 20.8 Врн
11,7 Лозница Татьяна 67 Дн, Л 4.10 Днп

200 м
23,14 Вожина Валентина 66 Мк, У 28.8 Вн
23,84 Федорова Елена 66 Клм, Т 25.9 Тш
23,91 Папилина Татьяна 67 Клм, Т 12.8 Л
24,43 Татарнинова Людмила 66 Брт, Т 9.7 Вл
24,52 Шаучюлите Гутверс 66 Шл, Ж 9.7 Вл
24,55 Ледовская Татьяна 66 Мн, ТР 10.7 Вл
24,61 Кривошеина Марина 67 Р, Дг 9.7 Вл
24,65 Андрияйте Раймонда 66 Шл, ТР 9.7 Вл
24,67 Набиева Ильмира 66 Кргд, Б 9.7 Вл
24,68 Кот Ирина 67 К, Б 10.7 Вл
23,7 Папилина Татьяна 67 Клм, Т 21.8 Врн
23,9 Шаучюлите Гутверс 66 Шл, Ж 13,5 Вл
24,1 Кот Ирина 67 К, Б 17.7 К
24,1 Ледовская Татьяна 66 Мн, ТР 21.8 Врн
24,3 Кривошеина Марина 67 Р, Дг 21.5 Тлт
24,3 Блинковская Виктория 67 Од, Д 17.7 К
24,4 Татарнинова Людмила 66 Брт, Т 1.7 Нс
24,5 Ватенькова Ирина 66 Тл, Д 24.4 Кр
24,5 Горбенко Елена 64 Т-К, С 13.5 Ал
24,5 Папаян Арпине 67 Е, Св 22.5 Каш
24,5 Усова Светлана 66 Кб, ДЮСШ 1.7 Тлт
24,5 Теплякова Юлия 67 Тш, Б 2.7 Чр
24,5 Голешева Елена 66 М, Л 8.9 Од

400 м
54,52 Минакова Наталья 66 Врж, Т 11.8 Л
54,78 Давидайте Рита 66 Кн, Ж 10.7 Вл
54,89 Полевщикова Ирина 67 Кргд, В 24.9 Тш
54,90 Горбенко Елена 66 Т-К, С 10.7 Вл
54,92 Пучкова Наталья 66 Влг, У 10.7 Вл
55,21 Коровяковская Светлана 66 Крк, Л 10.7 Вл
55,51 Жиманайте Римма 66 Пнв, Нм 10.7 Вл
55,64 Варфоломеева Татьяна 66 Л, ТР 4.6 Смф
56,00 Гарлаускайте Сигрида 67 Шл, ТР 8.7 Вл
56,01 Лукошюте Лорета 66 Клп, Ж 8.7 Вл
54,5 Полевщикова Ирина 67 Кргд, Б 7.8 А-А
54,7 Чижикова Татьяна 67 Рв, Д
54,9 Горбенко Елена 66 Т-К, С 29.6 Ор
55,1 Коровяковская Светлана 66 Крк, Л 30.6 Г
55,3 Жиманайте Римма 66 Пнв, Нм 18.6 Вл
55,3 Давидайте Рита 66 Кн, Ж 2.7 Тлт
55,3 Петренко Ольга 68 Св. ОНО 25.8 Крс
55,4 Ватенькова Ирина 66 Тл, Д 23.4 Кр

55,5 Михалидзе Ольга 66 Тб, Т 18.5 Тб
55,5 Гарлаускайте Сигрида 67 Шл, ТР 29.6 Вл

800 м
2,04,0 Фурлетова Валентина 66 Ю-С, У 26.8 Кш
2,04,88 Смоляк Алла 66 К, Д 26.6 Гл
2,05,3 Викбова Зинаида 67 Пр, Т 28.8 Крс
2,05,70 Вахминцева Татьяна 67 А-А, Кр 25.9 Тш
2,06,0 Рогачева Людмила 66 Нал, У 26.5 Каш
2,06,7 Ситникова Галина 67 Влг, Т 6.8 Кр
2,07,74 Варфоломеева Татьяна 66 Л, ТР 9.7 Вл
2,07,97 Жиманайте Римма 66 Пнв, Нм 24.9 Тш
2,08,0 Кирюхина Наталья 66 Фр, С 13.5 Ал
2,08,2 Маринина Наталья 67 Ивн, Т 3.7 Тл

1500 м
4,13,03 Фурлетова Валентина 66 Ю-С, У 25.6 Гл
4,16,20 Вахминцева Татьяна 67 А-А, Кр 10.8 Л
4,20,34 Кирюхина Наталья 66 Фр, С 4.6 Смф
4,23,31 Ширгазина Рафиля 66 Уфа, ТР 8.7 Вл
4,24,80 Маринина Наталья 67 Ивн, Т 8.7 Вл
4,28,36 Аникина Татьяна 66 Л, ТР 8.7 Вл
4,28,47 Рогачева Людмила 66 Нал, У 8.7 Вл
4,28,5 Артамонова Ольга 67 Кб, ДЮСШ 26.8 Крс
4,29,36 Гуринова Татьяна 66 У-У, ТР 8.7 Вл
4,29,5 Иполитова Жанна 67 М.о, ДЮСШ 20.8 Врн

3000 м
9,24,17 Ширгазина Рафиля 66 Уфа, ТР 5.6 Смф
9,28,1 Ломакина Светлана 67 М. о, Л 18.2 Врл
9,36,02 Гуринова Татьяна 66 У-У, ТР 5.6 Смф
9,36,95 Маринина Наталья 67 Ивн, Т 10.7 Вл
9,39,19 Фурлетова Валентина 66 Ю-С, У 26.6 Гл
9,45,2 Нефедьева Татьяна 66 А-А, Кр 21.5 Каш
9,47,3 Степанова Маргарита 67 Чбк, Б 1.7 Тл
9,48,3 Кустова Марина 66 Ир, У 26.4 Крп
9,50,6 Сидорокина Татьяна 67 Чбк, ДЮСШ 1.7 Тлт

100 м с/б
13,84 Около-Кулак Лидия 67 Мг, У 10.8 Л
13,84 Степанова Татьяна 67 Пнв, А 10.8 Л
13,95 Марушак Виктория 66 Дндз, Т 26.6 Гл
13,95 Миронова Марина 66 Влд, Т 10.8 Л
14,05 Сабловская Ремигия 67 Вл, Д 10.7 Вл
14,12 Николаева Любовь 66 Рб, ТР 16.7 Рб
14,30 Когтева Екатерина 67 Трс, ТР 10.7 Вл
14,37 Ледовская Татьяна 66 Мн, ТР 24.9 Тш
14,42 Захарушкина Виктория 66 Ом, Т 10.7 Вл
14,49 Мищенко Наталья 66 Мн, С 10.7 Вл

13,5
13,5 Степанова Татьяна 67 Пнв, А 21.8 Врн
13,8 Миронова Марина 66 Влд, Т 2.7 Тл
13,9 Когтева Екатерина 67 Трс, ТР 15.5 Кш
14,0 Захарушкина Виктория 66 Ом, Т 2.7 Тл
14,1 Балакирева Тамара 67 Л, Д 29.6 Вл

14,1 Сабловская Ремигия 67 Вл, Д 29.6 Вл
14,1 Мантjikова Людмила 66 Ор, Д 30.6 Кр
14,1 Давыдова Елена 67 А-А, ТР 27.4 А-А
14,2 Вичурина Светлана 66 Тш, Б 14.5 Тш
14,2 Тетерок Галина 67 Тш, ТР 14.5 Тш
14,2 Мищенко Наталья 66 Мн, С 28.6 О
14,2 Нестерова Лариса 64 Врж, Д 1.7 Чл
14,2 Решетникова Татьяна 66 Л, Т 2.7 Тл

400 м с/б
57,93 Миронова Марина 66 Влд, Т 11.8 Л
58,55 Климова Елена 66 Кб, Т 25.6 Гл
58,64 Чижикова Татьяна 67 К, Д 25.6 Гл
59,21 Пучкова Наталья 66 Влг, У 11.8 Л
1,01,19 Габдинова Эльвира 66 Тш, Л 8.7 Вл
1,01,56 Яшанова Марина 66 Тш, ТР 8.7 Вл
1,01,56 Михалидзе Ольга 66 Тб, Г 25.9 Тш
1,01,90 Мацута Татьяна 67 Вл, Д 25.9 Тш
1,01,98 Скорнякова Елена 68 Чрч, Еш 25.9 Тш
1,02,26 Полуэктова Ирина 66 Св, Т 8.7 Вл

58,5
58,5 Миронова Марина 66 Влд, Т 3.7 Тл
59,4 Пучкова Наталья 66 Влг, У 14.5 Каш
1,00,5 Михалидзе Ольга 66 Тб, Г 25.8 Тб
1,00,8 Яшанова Марина 66 Тш, ТР 30.6 Вл
1,01,1 Скорнякова Елена 68 Чрч, Еш 3.7 Тл
1,01,2 Габдинова Эльвира 66 Тш, Л 30.6 Г
1,01,7 Решетникова Татьяна 66 Л, Т 29.6 Тл
1,02,6 Подольская Елизавета 67 Л, ТР 13.6 Л
1,02,7 Ревалзе Гунта 66 Р, Д 18.7 Лпя
1,03,1 Когут Марина 66 Л, У 8,7 Вл

4x100 м
45,19 СССР (Федорова Е., Вожина В., Кривошеина М., Папилина Т.) 11.8 Л
45,83 «Труд» (Федорова Е., Папилина Т., Ледовская Т., Шаучюлите Г.) 10.7 Вл
46,72 СССР, «Труд» (Федорова Е., Папилина Т., Кривошеина М., Шаучюлите Г.) 4.6 Смф
46,8 РСФСР, «Труд» (Федорова Е., Мокеева О., Папилина Т., Миронова М.) 2.7 Тл
46,82 «Урожай» (Вожина В., Папаян Л., Около-Кулак Л., Соколова Л.) 10.7 Вл
47,39 «Буревестник» (Кот И., Набиева И., Вичурина С., Теплякова Ю.) 10.7 Вл
47,59 «Урожай» (Шкарина И., Около-Кулак Л., Гриценко И., Петерсоне Ю.) 4.6 Смф
47,9 Иркутск (Семенова Е., Костычева Е., Лепочискайте С., Татарнинова Л.) 1.7 Нс
47,98 «Динамо» (Харитошина Ю., Блинковская В., Ключерова Е., Яковлева Н.) 10.7 Вл
48,17 «Труд» (Миронова М., Степанова Т., Захарушкина В., Николаева Л.) 10.7 Вл

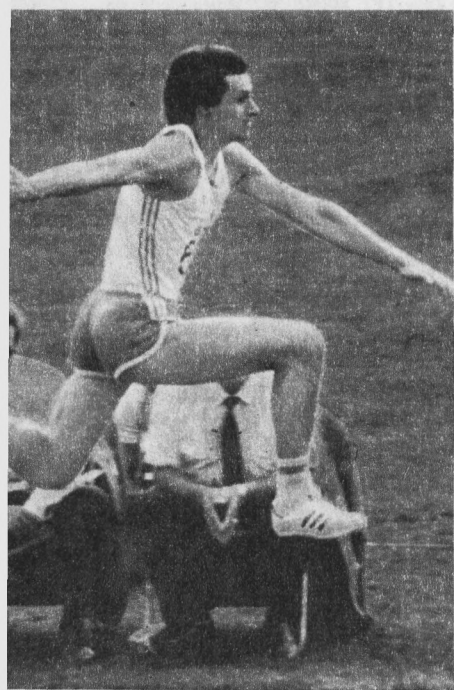
4x400 м
3.37,69 СССР (Козенкова Е., Андреева М., Назарова Т., Чижикина Т.) 26,6 Гл
3.39,12 «Труд» (Давидайте Р., Абрамова О., Ледовская Т., Миронова М.) 10,7 Вл
3.41,24 «Буревестник» (Сенькова Л., Миндиярова Р., Ларина Т., Юрченко А.) 5,6 Смф
3.41,28 «Трудовые резервы» (Стась Е., Гарляукайте С., Варфоломеева Т., Назарова О.) 5,6 Смф
3.42,02 «Урожай» (Фурлетова В., Рогачева Л., Жиманайте Р., Пучкова Н.) 10,7 Вл
3.42,66 «Урожай» (Рогачева Л., Орловская О., Козенкова Е., Фурлетова В.) 5,6 Смф
3.42,94 «Труд» (Махалидзе В., Климова Е., Минакова Н., Власова О.) 10,7 Вл
3.44,72 «Локомотив» (Коровяковская С., Упмале М., Габдина Э., Токина Т.) 10,7 Вл
3.45,97 «Трудовые резервы» (Яцанова М., Аникина Т., Варфоломеева Т., Гарляукайте С.) 10,7 Вл
3.46,1 «Жальгирис» (Андрияйте Р., Лукошоте Л., Лиепуте Л., Давидайте Р.) 3,7 Тл
Ходьба 3 км
13.57,0 Лесникова Альбина 66 Хрс, Д 21,8 Х
14.15,4 Кузнецова Елена 66 Чбк, В 16,4 Сч
14.34,0 Мудрык Галина 67 Лв, ВС 14,5 Лв
14.36,0 Стонога Татьяна 66 См, Кл 19,7 К
14.38,4 Ильина Татьяна 67 Л, Д 12,6 Л
14.39,4 Живцова Светлана 66 Иж, Т 16,4 Сч
14.45,0 Журавлева Жанна 66 Л, С 12,6 Л
14.46,3 Григорьева Ольга 67 Чл, Д 16,4 Сч
14.47,9 Скуратская Галина 66 Кмр, У 16,4 Сч
14.49,4 Рыжикова Татьяна 66 Смф, Кл 12,6 Хм
Ходьба 5 км
23.51 Чупырка Раиса 66 Трс, Мл 24,4 Трс
23.56 Лисник Юлия 66 О, ВС 29,8 К
24.08 Кузнецова Елена 66 Чбк, В 17,5 Чрк
24.15 Долмазян Шушаник 66 Е, У 2,5 Алт
24.23 Мудрык Галина 67 Лв, ВС 28,4 Трс
24.43 Кабуркина Светлана 67 Чбк, С 28,2 Ксл
24.52 Половинко Светлана 66 М, ТР 3,2 М
25.09 Шаповалова Елена 67 Чл, ОНО 25,8 Крс
25.15 Григорян Амаид 66 Е, Св 27,8 Кш
25.20 Сидорова Ирина 68 Кб, ОНО 25,8 Крс
25.20 Лесникова Александра 66 Х, Д 29,8 Х
Высота
1,94 Топчина Елена 66 Л, С 28,3 Вн
1,85 Мокрак Светлана 67 Кш, Мл 23,7 Кш
1,84 Турчак Ольга 67 А-А, ТР 10,7 Вл
1,82 Давыдова Елена 67 А-А, ТР 16,2 Вл
1,82 Голоднова Наталья 67 Кргд, Кр 12,5 Кргд
1,82 Садова Елена 66 Срп, С 12,5 Ал
1,82 Токарева Ольга 66 Гк, У 14,5 Р/Д
1,82 Гриб Галина 66 Трн, Кл 29,6 Смл
1,82 Астахова Татьяна 66 Г, В 2,7 Г

1,82 Фадеева Евгения 66 Св, Т 2,7 Тл
1,82 Носкова Елена 67 М, ТР 4,1 Сч
Длина
6,82 Шевченко Наталья 66 Нвк, Т 16,7 Нвк
6,27 Соколова Елена 66 Фд 14,8 Од
6,27 Шуляк Инна 66 Днп, У 25,9 Тш
6,22 Марущак Виктория 66 Дндз, Т 11,9 Днп
6,22 Богомолова Альбина 67 Чрн, В 5,10 Чрн
6,20 Полякова Любовь 66 Смл, С 9,7 Вл
6,20 Деревянкина Анна 67 М, С 25,9 Тш
6,16 Строева Ирина 67 Нвк, Т 21,5 Тлт
6,14 Топчина Елена 66 Л, С 5,3 Л
6,13 Шапринская Надежда 68 Тш, Мх 21,8 Брн
Ядро
16,96 Федченко Ирина 66 К, ВС 16,1 К
15,65 Гапонова Елена 66 Врш, Д 16,1 К
15,62 Платонова Лариса 66 Трс, Т 15,5 Кш
15,48 Прищеп Татьяна 66 Вт, КЗ 1,7 Мн
14,81 Ступакова Елена 67 Зп, А 16,1 К
14,76 Кузнецова Александра 66 Дн, Т 13,1 К
14,42 Ковалева Светлана 66 А-А, ТР 4,4 А-А
14,42 Лисичкина Наталья 67 Брн, Т 28,8 Крс
14,16 Романова Анна 68 Брн, ОНО 28,8 Крс
14,05 Войко Светлана 67 Дн, Кл 18,1 К
14,05 Седова Татьяна 66 Кстр, ОНО 28,8 Крс
Диск
61,96 Платонова Лариса 66 Трс, ТР 5,6 Брм
52,74 Короткевич Лариса 67 Вт, Д 29,6 Вл
49,82 Никишина Ольга 66 Врш, А 27,3 Од
49,54 Козлова Елена 67 Чл, ОНО 4,11 Сч
48,94 Слободенюк Людмила 69 РСФСР, В 13,2 Ял
48,36 Полтавец Лидия 66 А-А, С 13,5 Ал
47,60 Шмейсте Илга 66 Р, Вп 29,6 Смл
46,78 Бевзюк Наталья 66 К, А 17,7 К
46,40 Яковлева Марина 66 Зп, Т 30,6 Грд
46,02 Корсун Ирина 66 Жд, ОНО 9,5 Дн
Конье
54,08 Иванова Марина 66 РСФСР, В 30,8 К
53,06 Кулачек Тамара 66 Од, ТР 23,6 Вн
53,02 Петрова Елена 66 Л, Д 10,8 Л
51,56 Кучеренко Елена 66 К, В 10,7 Вл
51,10 Сауде Солвита 67 Р, Вп 10,8 Р
49,49 Гончаренко Юлия 66 Кш, Д 21,8 Х
49,30 Велогурова Елена 66 Дн, ОНО 10,5 Дн
49,22 Жильцова Елена 66 М, ТР 29,6 Вл
49,16 Федотова Елена 67 Влдв, ОНО 5,11 Сч
48,60 Балабаева Наталья 66 Врж, Д 10,7 Вл
Семиборье
5828 Полякова Вера 66 Смл, С 4,9 К 14,47-1, 70-11, 58-24, 39-5, 95-35, 84-2,12,01
5720 Марущак Виктория 66 Дндз, Т 11,8 Л 13,98-1, 80-10, 50-25, 02-6, 10-28, 30-2,14,78

5709 Токарева Ольга 66 Р/Д, У 11,8 Л 13,98-1,80-10,50-25,02-6,10-28,30-2,14,78
5709 Токарева Ольга 66 Р/Д, У 11,8 Л 14,77-1,80-12,31-25,62-5,68-36,30-2,16,72
5558 Шаламова Елена 66 Кмр, В 9,7 Вл 14,39-1, 69-11,18-25,73-5,67-35,84-2,16,76
5530 р Коробкина Светлана 66 Влт, Т 27,8 Крс 15,2-1,65-12,62-25,8-5,84-41,52-2,25,6
5503 р Строева Ирина 67 Нвк, Т 22,5 Тлт 14,9-1,74-11,52-26,3-6,19-37,68-2,29,9
5455 р Борзых Елена 67 Нвк, Т 22,5 Тлт 14,8-1,55-12,06-25,6-6,01-41,68-2,28,7
5432 р Вабинова Елена 67 Кмр, В 30,5 Чбк 14,6-1,70-12,02-26,0-5,83-27,72-2,19,5
5405 р Егибко Наталья 67 Кб, Т 31,7 Днп 14,9-11,71-1,73-26,7-5,67-33,60-2,20,9
5398 р Тюхай Ирина 67 Крс, Т 8,5 Дн 15,1-1,75-11,85-26,9-5,65-38,50-2,27,0
ЗИМНИЙ ЧЕМПИОНАТ СССР
17—19 февраля Спорткомплекс «Крылатское»
МУЖЧИНЫ
60 м. А. Шумилов 61 (Владв, Д) 6,65; А. Евгеньев 61 (Л, Д) 6,67; Н. Юшманов 61 (Л, Д) 6,68; А. Аксинин 54 (Л, Д) 6,70; Г. Реджепов 62 (Аш, Д) 6,70; А. Надуда 61 (Х, С) 6,75. 200 м. А. Евгеньев 20,83 всеоюзное дост.; А. Литвинов 59 (Лип, Д) 21,27; С. Кончиц 62 (Гм, Д) 21,33; А. Алиев 56 (Тб, ВС) 21,41. 400 м. В. Поликашин 58 (М, З) 47,07; С. Ловачев 59 (Тш, ТР) 47,24; А. Алиев 47,40; В. Просин 59 (Сар) 47,51. 800 м. В. Калинин 60 (Пенза, В) 1,47,77 всеоюзное дост.; А. Костецкий 60 (У-У, ВС) 1,48,68; Л. Мацунов 62 (Од, ВС) 1,48,78; А. Миллин 60 (Чб, У) 1,48,87; В. Вернерис 63 (Рг, ВС) 1,49,37; А. Неретс 62 (Рг, У) 1,49,64. 1500 м. И. Лоторев 64 (Курск, ВС) 3,44,65; Э. Барковский 60 (Даугавпилс, Д) 3,44,99; С. Астапенко 60 (Мн, В) 3,45,03; В. Калинин 3,45,06. 3000 м. Г. Фишман 59 (Мн, ВС) 7,54,77; В. Абрамов 56 (М, о, Д) 7,54,85; В. Тищенко 57 (К, ВС) 7,54,91; Р. Алтынгужин 58 (Чел, Т) 8,01,38. 60 м с/б. А. Прокофьев 59 (Св, ВС) 7,66; И. Казанов 63 (Даугавпилс, Д) 7,78; Г. Шабанов 60 (Псков, ВС) 7,81; В. Устинов 57 (М, Д) 7,82. 110 м с/б. (вне программы). Я. Саулитс 58 (Лимбажи, У) 13,7; П. Воронков 58 (М, ВС) 13,7; А. Титов 56 (М, В) 13,8; Ю. Мышкин 63 (Волг, ВС) 13,8; И. Переведенцев 64 (Ка) 14,2 (в заб. 13,9); Г. Шабанов 16,0 (в заб. 13,9). Высота. В. Середя 59 (Л, ВС) 2,30; А. Котович 63 (К, ВС) 2,30; А. Демьянук 58 (Лв, Д) 2,28; Г. Белков 56 (Чирчик, ТР) 2,28; А. Корбенко 57 (К, В) 2,24; С. Засимович 62 (Кргд, ТР) 2,24; Ю. Сергиенко 65 (Вршг, Д) 2,24; И. Самылов 62 (Л, С) 2,24. Шест. А. Крупский 60 (Ирк, Л) 5,65; С. Смольяков 62 (М, о, Д) 5,60; Р. Гатвулин 65 (Тш, В) 5,60; В. Поляков 60 (М, С) 5,60; Н. Селиванов 58 (М, Д) 5,55; Л. Иванушкин 61 (Врст, Д) 5,55. Длина. О. Степанян 56 (Лнк, У) 8,08; Ю. Морковкин 57 (Р/Д, Т) 7,99; К. Семьякин 60 (М, С) 7,88; В. Потапенко 61 (Гм, Д) 7,88; Р. Эммиан 65 (Лнк, Т) 7,85; А. Сабонис 64 (Вл, Д) 7,81; С. Лаевский 59 (Днепр, В) 7,75.

Тройной. В. Плеканов 58 (М, З) 17,09; Г. Емец 57 (КР, Т) 16,86; М. Бружик 62 (Стучка, У) 16,66; В. Черников 59 (Тш, ВС) 16,52; А. Яковлев 57 (К, В) 16,51; В. Зубрилин 63 (Кб, ТР) 16,47; Ш. Аббасов 58 (Фр, Д) 16,43; Д. Литвиненко 63 (Тш, ВС) 16,37. Ядро. С. Каснаускас 61 (Мн) 21,46 европейское дост.; Я. Волярс 56 (Лимбажи, У) 21,25; В. Киселев 57 (Крмч, Т) 21,06; С. Смирнов 60 (Л, ВС) 20,41; С. Гаврюшин 59 (М, ТР) 20,40; М. Доморосов 55 (Мог, Л) 20,02.
ЖЕНЩИНЫ
60 м. О. Антонова 60 (Ирк, У) 7,29; С. Жиздрикова 60 (М, Д) 7,34; О. Золотарева 61 (Ирк, Л) 7,43; С. Зуева 63 (Крсндр, Д) 7,46; И. Слюсарь 63 (Днепр, В) 7,47; М. Бабенко 60 (Р/Д, ВС) 7,58; М. Жирова-Титова 63 (М, о, ТР) 7,61. 200 м. Н. Воичина 62 (Л, Д) 23,59; О. Антонова 23,68; Л. Новосельцева-Тузинкова 62 (Грозный, ТР) 23,70; С. Зуева 23,99. 400 м. М. Степанова-Макеева 50 (Л, Т) 53,39 (в заб. 53,04); Л. Джигалова 62 (Х, С) 53,55; Л. Белова 57 (М, З) 53,72; О. Владыкина 63 (Вршг, Д) 55,10. 800 м. Е. Подкопаева 52 (М, о, Д) 2,00,70; Р. Аглетдинова 60 (Мн, У) 2,00,82; И. Подъяльская 59 (М, ТР) 2,01,40; Н. Звягина 62 (Ставр, С) 2,02,04; Н. Вершинина-Ковылина 58 (Омск, Т) 2,02,77; Л. Кириухина 63 (Ферг, С) 2,02,82; Л. Веселкова 50 (Л, Т) 2,03,14; В. Долика 59 (Чел, Л) 2,03,22; Н. Раллдугина 57 (Симф, Л) 2,03,55. 1500 м. Т. Хамитова 61 (Зп, Т) 4,09,25; Т. Позднякова 56 (У-У, ВС) 4,09,55; Н. Богорова 59 (Л, Т) 4,09,78; Р. Аглетдинова 4,09,83; Е. Подкопаева 4,10,07; Т. Коба 57 (Днепр, Л) 4,10,49; Л. Веселкова 4,12,06; О. Журавлева 58 (Моск, о, ВС) 4,12,99; С. Гуськова 59 (Трс, ТР) 4,13,08. 3000 м. Г. Захарова 56 (Чел, Т) 8,50,40; Н. Воборова 8,51,55; Г. Киреева 56 (Л, С) 8,55,86; Т. Позднякова 8,56,72; И. Никитина 61 (Таганрог, Т) 8,57,15. 60 м с/б. В. Акимоватинькова 59 (М, ВС) 7,93; Т. Малюванец 58 (Вршг, Д) 8,01; М. Мерчук 59 (Кш, Т) 8,15; Н. Коршунова 61 (Х, С) 8,20; Н. Дербина 56 (Крсндр, Д) 8,23; Е. Висерова 62 (Л, Л) 8,26. 100 м с/б. (вне программы). Л. Олиар 59 (Рг, ВС) 13,1; Р. Нурмухаметова 59 (М, ВС) 13,6; Г. Горбунова 61 (М, Т) 14,0. Высота. Л. Бутузова 57 (Чирчик, Т) 1,93; С. Николаева 59 (Вршг) 1,93; Г. Бригадная 58 (Аш, Т) 1,93; А. Казакова 62 (Пермь, В) 1,91; М. Дороница 61 (Чел, Д) 1,88; А. Федорчук 57 (Мн, ВС) 1,88. Длина. О. Ануфриева 56 (Горк, Т) 6,64; Е. Иванова 61 (М, В) 6,60; Г. Чистякова 62 (М, В) 6,59; Е. Коконова 63 (У-К, ТР) 6,48; Г. Сало 61 (Волг, У) 6,45; Н. Шевченко 66 (Нвкз, Т) 6,45. Ядро. Н. Абашидзе 55 (Од, Д) 20,88; Н. Лисовская 62 (М, С) 19,88; Н. Ахременко 56 (Л, З) 19,37; Д. Вимбайте 62 (Вл, Д) 19,30; М. Антониюк 62 (Пермь) 19,12; Л. Савина 55 (М, С) 18,76; С. Мельникова 51 (М, о) 18,61. Командные результаты. I группа. РСФСР-I — 539 очков; УССР-I — 472; Москва — 375; Ленинград — 350; ВССР — 142. II группа. Узбекистан — 187; Латвия — 143; РСФСР-II — 105. III группа. РСФСР-III — 68.

ЛИЦА СОПЕРНИКОВ



Польша талант проявился в борьбе

Тренеры польской команды полагали, что Здислав Хоффман в тройном прыжке на чемпионате мира наверняка может занять 5-е или 6-е место. Ну а главными претендентами на «золото» и «серебро» без колебаний называли Василия Грищенкова (еще бы ведь на Спартакиаде он показал лучший результат сезона — 17,55) и рекордсмена Европы англичанина Кейта Коннора. Однако те, кто ближе всех знал Хоффмана, верили: может он стать и вторым, и даже первым.

Когда-то, в 1977 г., он считался одним из самых талантливых юных атлетов Польши. Но прыгуна начали преследовать травмы. Он неудачно выступил на юниорском первенстве Европы в Донецке, где, как известно, победил Геннадий Валюкевич. Далее на три года для Хоффмана наступил вынужденный перерыв в выступлениях. Он мог проводить толь-

Здислав Хоффман одержал на мировом первенстве неожиданную победу в тройном прыжке

ко очень спокойные тренировки с минимальной нагрузкой. Лишь в 1981 г. появилась возможность приступить к интенсивным занятиям.

В прошлом году он еще до чемпионата мира дважды улучшал рекорд Польши (17,19; 17,20). Свидетельством его нарастающей формы явился и прыжок в длину на 8,09. Но у соперников и большинства специалистов не было времени, чтобы по-настоящему обратить внимание на Хоффмана. Участие в чемпионате мира было для него вторым стартом на большом международном соревновании. Так что особенно отличиться Хоффман еще не успел. Среди участников первенства мира его лучший результат был только одиннадцатым.

Квалификацию Грищенков и Коннор не выполнили, они прыгнули соответственно на 16,25 и 16,18. А в финале в 5-й попытке Хоффман достиг 17,35. Он обошел Уилли Бенкса (США), и от победы его отделял один прыжок. Бенкс снова призвал себе на помощь зрителей, дирижируя овацией всего стадиона. Перед последним разбегом атлет на мгновение замер и яростно устремился к прыжку. Он коснулся земли примерно на отметке 17,50. Но был заступ. Можно представить, какое разочарование испытывал Бенкс. И все же на лице его играла большая улыбка. Первым делом он подошел к Хоффману и поздравил того с настоящей победой. Здислав уже почувствовал себя чемпионом. В шестой попытке его не тяготила ответственность, и он довел результат до 17,44.

Девять лет прыгает тройным Хоффман (род. 27.8.1959 г., рост 191 см, вес 84 кг). Он верил, что придет время, когда отступят травмы и ощутит в себе необыкновенную силу. Его результаты по годам были следующими: 1974 — 13,32; 1975 — 13,60; 1976 — 14,50; 1977 — 15,80; 1978 — 15,48; 1979 — 16,40; 1980 — 16,48; 1981 — 16,58; 1982 — 16,49; 1983 — 17,44.

Эдвард Саруль (род. 16.11.1958 г., рост 195 см, вес 115,5 кг) был известнее Хоффмана. В 1982 г. он толкнул ядро на 20,64. Незадолго до приезда в Хельсинки Саруль добился 21,68. С таким результатом можно было смело бороться за награды первенства мира. Однако выступал Удо Бейер, установивший в том сезоне мировой рекорд. Естественно, большинство специалистов считали, что ни Сарулю, ни кому другому не справиться с одним из самых прославленных атлетов мира. Да и сам Саруль на «золото» не замахивался. Мечтал о любой награде.

Бейер был серьезно травмирован. В финале чемпионата толкнул еще хуже, чем на квалификации. Рекордсмен уже не претендовал ни на какую медаль. Его делом стала опека молодого толкателя из ГДР Ульфа Тиммермана, который, казалось, вот-вот выиграет.

В последней попытке Саруль толкнул на 21,39. Тиммерман остался позади.

— Думаю, есть у меня немалые резервы в развитии силы, — говорит чемпион. — Надеюсь, что как раз их использование и поможет мне достигнуть 22 метров. Считаю себя одним из самых «слабых» толкателей среди тех, кто выступал в Хельсинки. Что касается моей техники, то она приспособлена целиком под меня, поэтому вряд ли может служить примером для других.

Динамика результатов Саруля по годам: 1975 — 13,20; 1976 — 14,93; 1977 — 16,74; 1978 — 18,24; 1979 — 19,06; 1980 — 19,80; 1981 — 18,44; 1982 — 20,64; 1983 — 21,68.

В беге на 3000 м с/п чемпиону мира Патрицу Илгу «угрожает» Богуслав Маминский. Его личный рекорд 8.16,66. В Хельсинки Маминский завоевал серебряную медаль, пробежав за 8.17,03. Он наравне с другими ведущими стипльчезистами мира может претендовать на золотую олимпийскую награду.

Из-за травмы на чемпионате мира не стартовала чемпионка Европы в беге на 100 м с/б Люцина Калек. В конце августа она попробовала состязаться на Кубке Европы и заняла 2-е место (12,97) вслед за чемпионкой мира из ГДР Беттиной Ян.

Великобритания позиции сохранили

В прошлом году британские бегуны на средние дистанции продолжали удерживать свои традиционно сильные позиции. В отсутствие Себастьяна Коэ Стивен Крэм стал чемпионом мира в беге на 1500 м, а Стивен Оветт опять установил мировой рекорд на этой дистанции. вновь не позволил соперникам даже приблизиться к себе на состязаниях в Хельсинки десятиборец Дейли Томпсон.

Неожиданно плохо на первенстве мира выступил чемпион Европы прыгун тройным Кейт Коннор. Он не выполнил квалификацию. Зато столь же непредвиденно чуть было не победила в метании копья Фатима Уайтбред. В последней попытке рекордсменке мира из Финляндии Тиине Лиллак удалось обойти английскую метательницу. Трудные задачи выполнили бегуны на 200 м Кэти Смоллвуд и стипльчезист Колин Рейтс, завоевавшие в необычайно острых ситуациях бронзовые награды. Однако остановим особое внимание на тех, кто достиг в предолимпийском сезоне наибольших успехов.

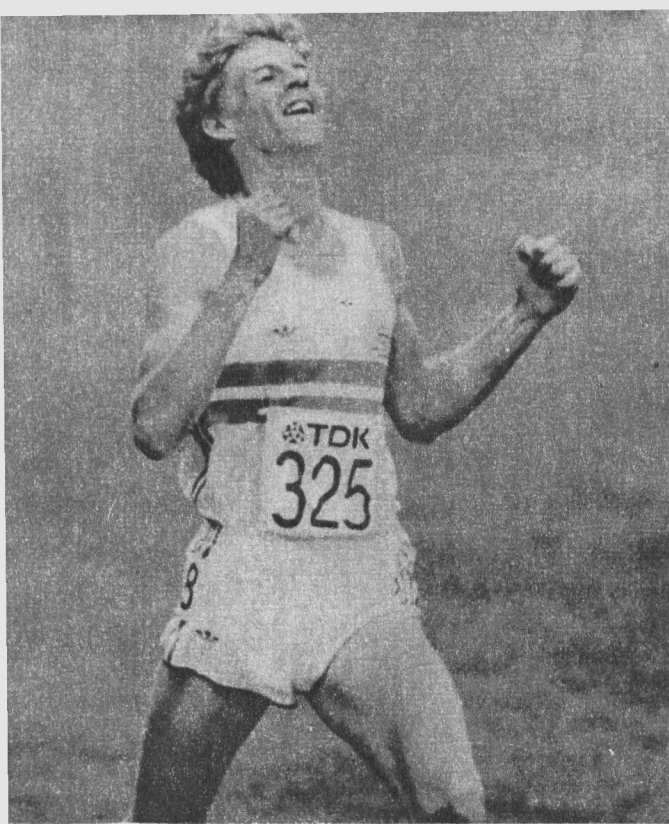
Стивен Крэм. К началу чемпионата мира среди бегунов Великобритании только Стивен Крэм был реально способен победить в Хельсинки. Рекордсмены мира Себастьян Коэ и Стивен Оветт вошли в полосу травм и болезней. Они так и не смогли вернуть для старта в Хельсинки былую форму.

На Крэме не лежало бремя мировых рекордов. А победа на чемпионате Европы 1982 г. в беге на 1500 м подсказывала ему, как нужно действовать и в дальнейшем.

Из того, что произошло в Афинах и в Хельсинки, складывается впечатление, что он большее значение, чем его предшественники, покорители рекордов, придает тщательно разработанному тактическому плану, учитывающему предполагаемые ходы главных конкурентов, манеру их выступлений.

Перед забегами в Хельсин-

Стивен Крэм,
победитель
первенства мира
в беге на 1500 м



ки по личному результату сезона в мире он находился на десятом месте. Этим объяснялась та осторожность, с которой Стивен относился уже к предварительным соревнованиям.

— Потенциально я способен победить. Но в этом сезоне имею только шесть стартов. А здесь всего за три дня придется три раза выйти на дорожку. Многое зависит от того, как сложатся для меня забеги. Думаю, ни у кого нет иллюзий, что попасть в финал чемпионата мира простое дело. Но если я буду среди финалистов, то смогу победить,— говорил Крэм накануне первого старта.

Предстоящие трудности его не пугали. Они заставляли Крэма быть еще внимательнее. Он понимал, что нельзя отдавать развитие событий в руки случая.

В день финала Стивен хотел одного — быстрее занять место на старте и там уж показать все, на что способен.

— Знал, Ауита решится на ранний затяжной рывок. И действительно, после 1000 м он предпринял ускорение, но я был готов к этому и внимательно следил за марокканским бегуном. Мой черед настал, когда оставалось бежать примерно 200 метров. Теперь меня не волнует, установлю ли я когда-нибудь в своей жизни мировой рекорд,— эти слова Крэма свидетельствовали о колоссальном значении первого места на чемпионате мира.

Можно понять Оветта, который был в Хельсинки четвертым, сказавшего:

— Сейчас Крэм определенно первый среди нас. Он выиграл главное соревнование года. Он оставался бы первым,

сколько бы рекордов я не побил.

9 сентября, спустя 5 дней после установления нового мирового рекорда на дистанции 1500 м, Оветт опять проиграл Крэму, на этот раз в беге на милю.

Стивен Оветт. 4 сентября в Риети Оветт вернул себе мировой рекорд на 1500 м (3.31,77). Только неделю носил титул рекордсмена мира американец Сидней Мейри (3.31,24).

— Это погребет под собой утверждения циников, что с Оветтом все кончено,— так оценил рекорд Оветт.

В третий раз обновил Оветт рекордное достижение на этой дистанции, заявив, что в следующем году он может улучшить и свой нынешний результат.

— При идеальных условиях я и сегодня был в состоянии пробежать быстрее 3.30. Мешал ветер. Приходилось с ним бороться и это сбивало ритм. Правда, превосходно задавал ритм Дэвид Мак. Хороший лидер не дает расслабляться психологически и физически. Но я не ожидал, что время окажется рекордным,— говорил вспригнувший духом рекордсмен.

Травмы, из-за которых Оветт пропустил сезон 1982 г., не позволили ему провести достаточно интенсивную подготовку к чемпионату мира. Специалисты из Великобритании отмечали, что хотя Оветт и значится среди участников чемпионата, он пока не в той форме, чтобы рассчитывать на победу. Да и сам Оветт в интервью журналистам признавал:

— Честно говоря, я не чувствую себя в полном порядке. Он полагал, что успешнее

сможет выступить в беге на 800 м. Однако тренеры команды выбрали для него 1500 м, где он владел рекордом мира и вторым результатом сезона (3.35,81). Таким образом, на дистанции 800 м в Хельсинки не стартовали ни олимпийский чемпион Оветт, ни заболевший рекордсмен мира Коз. Добавим, что незадолго до чемпионата мира Коз потерпел несколько поражений, редких для этого атлета.

Оветт несмотря на, пожалуй, впервые столь реальную угрозу неудачи решил не упускать возможность бежать на мировом первенстве.

— Наверное, это было самое плохое мое выступление. Я попытался догнать лидеров в тот момент, когда они уже вовсю устремились к финишу,— разочарованно говорил Оветт.

Конечно, прошлый год нанес урон репутации Оветта как атлета почти непобедимого. Но своим рекордом он напомнил, что продолжает оставаться бегуном высочайшего класса.

Деяни Томпсон. За восемь недель до первенства мира Томпсон получил травму. Он был обеспокоен. С одной стороны, не желал пропустить чемпионат, с другой — опасался, что

проиграш Юргену Хингсену (ФРГ), к тому времени вновь рекордсмену мира, психологически поддержит соперника перед сезоном Олимпиады. Только утром в день состязания Томпсон принял окончательное решение. Травма, если в самом деле она была сколько-нибудь серьезной, пощадила десятиборца.

С золотой медалью в руках Томпсон сказал:

— Мне повезло. Я хорошо выступил почти во всех видах. Чувствую себя намного лучше, чем ожидал. Сейчас мне требуется хороший отдых.

На этот раз Томпсон не добрал 80 очков до личного рекорда, установленного на первенстве Европы в Афинах. Впрочем, конечный результат был не слишком важен для Томпсона. Известно следующее его высказывание:

— Хорошо устанавливать рекорды, однако они теряют значение, если вы не можете победить на больших соревнованиях. Выиграю ли я Олимпиаду с суммой 7000 очков или 9000 — для меня это все равно. Победа превыше всего.

Фатима Уайтбрэд на чемпионате мира завоевала серебряную медаль в метании копья



ОТОВСЮДУ
О РАЗНОМ

ВЫ ПОМНИТЕ
ГЕРДА ВЕССИГА?

Газеты и журналы ГДР снова пишут об олимпийском чемпионе в прыжке в высоту Герде Вессиге. Из-за тяжелой травмы он надолго исчез из поля зрения журналистов. И вот после не очень блистательных выступлений в прошлом году в десятиборье Вессиг вернулся в прыжковый сектор. Его первые прыжки были не слишком высоки, но атлет не теряет надежды попасть в олимпийскую команду ГДР и покорять высоту больше 2,30.

Напомним, что в десятиборье Вессиг довел свой личный рекорд до 8015 очков. — Благодаря разносторонним тренировкам я не утратил контакта с легкой атлетикой, сохранив спортивную готовность. Это, кстати, помогло мне быстрее забыть о травме,— говорит сам спортсмен. — Надеюсь летом вплотную подойти к мировой элите в прыжке в высоту. Событие и факты



терпеливый Коглен

в мои руки,— скажет впоследствии чемпион, который имел лишь двенадцатый результат сезона в мире.

Внешне это была, пожалуй, самая простая и легкая победа в Хельсинки, да и не только внешне.

Коглен готовил себя к тому, что скорость финального бега на 5000 м не станет выдающейся.

— В Хельсинки прежде чем дойти до финала каждому придется выступить в забегах и полуфинале. Кроме того, некоторые еще примут участие в борьбе за медали на дистанции 10 000 метров. После таких испытаний сил останется самое большее на результат мирового класса,— предсказал Имон накануне чемпионата.

На всех крупных международных соревнованиях последних лет бег на 5000 м был относительно медленным с ярко выраженным тактическим соперничеством.

Опыта у Коглена достаточно. Атлету 31 год. В 1976 г. на Олимпиаде в Монреале он занял 4-е место на дистанции 1500 м. Этот вид он выбрал и на чемпионате Европы в Праге в 1978 г. Там он проиграл только Оветту, сегодняшнему рекордсмену мира. По-видимому, именно рекордные успехи Оветта и Коэз заставили Коглена изменить главную соревновательную дистанцию. На Олимпиаде в Москве он бежал на 5000 м и опять финишировал четвертым. Британцы продолжали править на средних дистанциях. А Коглен всерьез обосновался на 5000 м и на Кубке мира-81 добился победы. Он начинает подготовку к новой Олимпиаде, на пути к ней решил блеснуть на первенстве мира. В 1982 г. он вступал с жадной жаждой новых побед. Но выяснилось, что бежать Коглен не может. Не может тренироваться. Вскрылись травмы. Вдобавок возникла острая боль, вызванная появлением в коленном суставе артрита образования. В том же несчастливом году умер Герри Фернан, тренировавший Коглена 12 лет.

— 1982 — год, который я

хотел бы вычеркнуть из своей жизни,— говорит Коглен.

— Лечение было долгим,— рассказывал атлет, когда все было уже позади.— В моем распоряжении оказалось много времени, чтобы думать, думать о своей спортивной карьере, о жизни, обо всем. Я не сомневался в том, что смогу вернуться. Никогда не терял желания бороться. Однако я уверен, ключом к моему возвращению послужило терпение. Я был очень, очень терпелив во всем: в лечении травм, в процессе выздоровления, в тренировках, которые возобновились осенью 1982 г.

До чемпионата мира многие считали, что Коглен в залах выступает лучше, чем летом. Закреплению за ним репутации «зимнего» бегуна способствовали победы Имона на различных зимних соревнованиях, на первенстве Европы 1979 г., высшее достижение в беге на милю (3.49,78), превышавшее, кстати, его лучший летний результат (13.51,59).

Однако в начале 1983 г. Коглен заметил:

— Я имел длительный отдых и о многом передумал. Полагаю, на этот раз летом вы меня увидите другим, чем прежде.

Так оно и случилось. Терпеливый Коглен дождался своего самого главного соревнования, в котором не мог не победить. Ныне он, как и большинство его коллег, мечтает о старте на Олимпиаде.

— Я должен сделать все для того, чтобы раз в жизни стать олимпийским чемпионом,— определил для себя задачу ирландский бегун.

Динамика результатов

	1 миля	5000 м
1970	4.26	—
1971	4.19	14.28
1972	4.10,0	13.58
1973	4.03,9	13.45,0
1974	4.00,9	13.26,6
1975	3.53,3	13.35,0
1976	3.55,07	—
1977	3.53,4	—
1978	3.57,4	—
1979	3.52,45	13.23,54
1980	3.55,2	13.20,99
1981	3.52,11	13.19,13
1982	травмирован	—
1983	3.51,59	13.23,53

ОТОВСЮДУ
О РАЗНОМ

МЕЙРИ ПОМНИТ

24 августа в Кёльне Сидней Мейри установил мировой рекорд на дистанции 1500 м, превзойдя через неделю Стивом Оветтом. Для Оветта рекордный бег был делом самоутверждения после тяжелого проигрыша на чемпионате мира. Мейри в Хельсинки выступил еще неудачнее чем Оветт, не попал даже в финал. Однако для него мировой рекорд имел иное значение. Он тоже утверждал себя на дорожке, но утверждал себя как человека, протестующего против бесправного положения миллионов своих чернокожих соотечественников в ЮАР. Несколько лет назад Мейри благодаря своим спортивным успехам удалось уехать в США. Ныне он выступает за американскую команду. И все же Сидней продолжает помнить о своем угнетенном народе, выступает от имени его и рекорд в Кёльне он посвятил ему.

В Кёльне в интервью журналистам Мейри решительно выступил с осуждением бесчеловечного режима апартеида. Не случайно издаваемая во Франкфурте-на-Майне газета «Алгемайне цайтунг» корреспонденцию о достижении атлета опубликовала под заголовком «Мейри бежит против апартеида». В частности, в материале были такие строчки: «Мейри бежит в первой линии борьбы за права своего чернокожего народа, против апартеида... За свою жизнь Мейри пролил много слез, слез отчаяния, бессилия, ярости».

«Кем бы я ни стал, я никогда не изменю своего отношения к апартеиду»,— заявил Сидней западногерманским журналистам.— В ЮАР на нас, на черных не смотрят как на людей».

Участники финала чемпионата мира на 5000 м не спешили. Атлеты со знаменитыми именами выжидали. В их действиях даже проглядывала какая-то неуверенность. Стайеры с высокими личными достижениями не проявляли желания броситься вперед, взломать спокойный ритм бега. Те же, кто были более расположены к средним дистанциям, естественно, полагались на финишный рывок. Бег близился к завершению, но никто не хотел потерять свою удобную позицию, повести за собой соперников. И был среди бегущих один человек, которому как нельзя лучше подходила такая осторожность конкурентов. Ирландец Имон Коглен являлся главным кандидатом на победу в том небыстром забеге. Он, один из лучших бегунов на милю, славился финишным ускорением. В 1983 г. его лучшее время на последнем 400-метровом отрезке дистанции было 52,6. В этом он превосходил всех.

За 800 м до конца дистанции дело наконец сдвинулось. Дмитрий Дмитриев увеличил скорость и оставил других атлетов за своей спиной. Советский бегун оторвался от преследователей примерно на 10 м. Коглена маневр Дмитриева не тревожил. Выйдя на последний круг, ирландец усилил темп и за 150 метров до финиша легко обошел Дмитриева и, отпущенный на удивление покладистыми соперниками, направился к финишной линии.

— Они просто отдали бег

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
103045, Москва, К-45,
Рождественский
бульвар, 10/7

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

Сдано в набор 6.III. 1984 г. Подписано к печати 26.III.1984 г. А02883. Формат 60×80¹/₈. Отпечатано по глубокой печати.
Журнальная рубленая гарнитура. Печ. л. 4,0. Уч.-изд. л. 7,60 Тираж 67 000 экз. Заказ № 595
Цена 40 коп.

Фото в номере Р. Максимова, А. Алькова, ТАСС

Ордена Трудового Красного Знамени Чеховский полиграфический комбинат ВО «Союзполиграфпром» Государственного комитета СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли, г. Чехов Московской области



ОЛИМПИЕЦ ИЗ ЧУВАШИИ

Хельсинки Ардальон отметил тремя всесоюзными рекордами. В забеге, четвертьфинале и полуфинале он последовательно преодолел дистанцию за 48,1—48,0—47,4. Таким образом, в течение одного года он улучшил свое достижение на 3,2 с.

Приближался чемпионат Европы 1954 г. в Берне. Несмотря на рекорды и победы, мало кто считал Игнатъева фаворитом в борьбе с сильнейшими бегунами Старого Света. Поэтому победа советского спортсмена над К.-Ф. Хаасом [ФРГ], финном В. Хеллстеном, венгром З. Адамиком стала одной из сенсаций чемпионата.

В 1955 г. мне случилось стать свидетелем двух незабываемых забегов с участием Ардальона Игнатъева. В конце июня Москва принимала легкоатлетов 12 европейских стран. В беге на 400 м участвовали сильнейшие бегуны континента, но взоры зрителей были сосредоточены на Игнатъеве, который, по слухам, находился в отличной форме и готовился установить рекорд страны. Бегун оправдал ожидания. Словно на одном дыхании промчался он по кругу, оставив стрелку секундомера на делении 46,0. Такого быстрого бега москвичи еще не видели! Этот рекорд продержался 14 лет. А в сентябре наш старый добрый стадион «Динамо» был переполнен: там в течение одного дня проходил интереснейший матч команд Великобритании и СССР. Венцом этого матча стала эстафета 4 × 400 м. Сильные спринтеры из Великобритании после трех этапов выигрывали у советской команды более 10 м, когда на последнем этапе эстафету принял Игнатъев. С первых же метров он бросился в погоню за Д. Джонсоном, одним из сильнейших бегунов Европы. Ему не удалось опередить соперников, но на финише их разделили всего 0,2 с. Красноречиво прозвучали первые слова Джонсона: «Я и представить себе не мог, чтобы в мире нашелся бегун, способный отыграть у меня 10-метровую фору!»

Игнатъева не без оснований считали в числе наиболее вероятных победителей Мельбурнской олимпиады. И, может быть, ему удалось бы стать олимпийским чемпионом, если бы не сработал коварный тактический ход, подстроенный американскими бегунами специально для Игнатъева. В финале бега на 400 м справа и впереди него стартовал мировой ре-

кордсмен Л. Джонс. Тренеры США знали, что Джонс в плохой форме, и именно ему отвели роль тактической «жертвы». Со старта Джонс бросился вперед очертя голову, увлекая за собой советского спортсмена. На финише оба замедлили бег, и золотую олимпийскую медаль с результатом 46,7 выиграл другой американец Ч. Дженкинс, а Игнатъев был лишь третьим...

Сейчас нашим бегунам на дистанции 400 м и в эстафете принадлежат звания олимпийских чемпионов и чемпионов мира. Но мы всегда будем помнить, что путь к этим победам в далекие 50-е годы прокладывал кавалер ордена Трудового Красного Знамени, первый олимпиец из Чувашии Ардальон Игнатъев.

Е. ЧЕН,
мастер спорта СССР

РЕКОРДСМЕН В ЧЕРНОМ БЕРЕТЕ

После финального забега на 400 м в Мехико к пьедесталу почета судьи вызвали трех спортсменов из одной страны. Такое на крупнейших состязаниях случается нечасто и, естественно, вызывает чувство гордости и у триумфаторов, и у участников, и у руководителей команды. Но вряд ли в тот день — 18 октября 1968 г. — руководители американской легкоатлетической команды имели право на чувство гордости...

К пьедесталу почета Ли Эванс, Ларри Джеймс и Рональд Фримен вышли в черных беретах и во время исполнения гимна своей страны подняли вверх сжатые кулаки в знак протеста против расовой дискриминации, против попрания прав негритянского народа в США.

Двумя днями раньше такую же демонстрацию на пьедестале Олимпиады — бегуны на 200 м Томми Смит и Джон Карлос. Им это не прошло даром, их исключили из команды, изгнали из Олимпийской деревни. Эвансу, Джеймсу и Фримену такие кары не грозили. Еще бы! Ведь в заключительный день состязаний им предстояло выступать в эстафете 4 × 400 м и завоевать для команды Соединенных Штатов Америки еще одну золотую медаль.

Результаты финала в беге на 400 м в Мехико до сих пор не имеют себе аналогов в мировой легкой атлетике, хотя прошло уже полтора десятка лет. Два участника пробежали дистанцию быстрее 44,0 и все финалисты — быстрее 46,0. А победитель — Ли Эванс, которому в 1968 г. исполнился только 21 год (он родился в городе Мадере,

СТРАНИЦЫ ЛЕТОПИСИ

штат Калифорния, 25 февраля 1947 г.), установил феноменальный мировой рекорд — 43,8. Позже в таблицу рекордов в электронном исчислении вошел результат с точностью до 0,01 с — 43,86.

Кстати говоря, накануне игр Эванс вовсе не считался фаворитом. Большинство специалистов отдавали пальму первенства соотечественнику Эванса — Ларри Джеймсу, который за месяц до Олимпиады в Мехико установил мировой рекорд — 44,1. Да и в предварительных забегах Эванс ничем не выделялся среди конкурентов. Но в финале ему удалось на 0,1 с опередить Джеймса, который также превысил свой мировой рекорд, пробежав дистанцию за 43,9. Правда, блеск победы и нового рекорда Эванса был таков, что Ларри со своим, несомненно, также выдающимся результатом остался в тени. Ну а после бега и произошло награждение, о котором рассказано вначале.

Еще через два дня Эванс вместе со своими товарищами Джеймсом Фрименом и Винсентом Мэттьюсом вышел на старт финала в эстафете 4 × 400 м. Впрочем, мало кто сомневался в их победе: так велико было преимущество этих негритянских парней перед соперниками. И им действительно не было равных. Они установили мировой рекорд — 2.56,16, который так же, как и достижение Эванса, не улучшен до сих пор. Несложный подсчет показывает, что каждый из четверки в среднем пробежал свой этап за 44,04!

Е. ЧЕРНОВ



Долгих 15 лет — с 1934 по 1949 г. — в таблице рекордов СССР в беге на 400 м держалось достижение знаменитого спринтера и прыгуна 30-х годов ленинградца Роберта Льюко — 48,6. Лишь в 1949 г. на 0,1 с его улучшил С. Комаров, а еще через 2 года Ю. Литув пробегал круг за 48,3. Но С. Комаров к этому времени уже исчерпал свои возможности, а Ю. Литув избрал своей основной спортивной специальностью бег на 400 м с б. Кто же будет защищать честь нашего спорта на 400-метровой дистанции в Хельсинки на первых для советских спортсменов Олимпийских играх!

В январе 1952 г. на тренировочном сборе олимпийской команды страны появился 22-летний учитель из Чувашии Ардальон Игнатъев. Даже специалистам легкой атлетики это имя говорило немного. Знали, что он родился в чувашской деревне Ново-Тондеряково, закончил Канашский учительский институт и что его лучший результат в беге на 400 м равнялся всего 50,6. Он добился этого результата на всесоюзных соревнованиях сельской молодежи в конце октября в Одессе. Там же его заметил государственный тренер по легкой атлетике Л. С. Хоменков и пригласил в сборную команду СССР, где Ардальон и начал подготовку под руководством тренера Н. А. Зайцева.

В том, олимпийском 1952 г. Игнатъев совершил поразительный скачок в результатах: в апреле на контрольных состязаниях он впервые «вышел» из 50 с — 49,8, через месяц на матче республик уступил только Ю. Литуву и показал 49,0 и 48,6, в начале июня выполнил норматив мастера спорта — 48,5 и еще через 20 дней вписал свое имя в таблицу рекордов СССР — 48,2!

Свои олимпийские дебют в

13-92
В 1973 г. на матче СССР—США

в Лужниках мы впервые увидели эту спортсменку. Тогда 15-летняя Мэри Дэккер выступила на дистанции 800 м и в борьбе со взрослыми соперницами одержала красивую победу. Много в то время говорили о таланте юной бегуньи, ей предсказывали большое будущее. Однако целых десять лет ждала Дэккер своего звездного часа. На первом чемпионате мира в Хельсинки она стала сильнейшей в беге на 1500 и 3000 м.

7031
цена 40 коп.

