

Советский Спорт

Орган Центрального совета Союза спортивных обществ и организаций СССР и ВЦСПС

Год издания 29-й
5 января 1961 г.
Четверг
№ 4 (3895)

Цена 2 коп.

МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

ЗДОРОВЬЕ — всему голова, — гласит народная мудрость. «В здоровом теле — здоровый дух», — говорили наши предки. И с незапамятных времен лучшие умы человечества мечтали о продлении человеческой жизни, о том, чтобы защитить человека от болезней и недугов.

Наша страна первой в истории провозгласила охрану здоровья людей государственным делом.

Заботу о благе советского человека, о его здоровье Коммунистическая партия ставит превыше всего. На здравоохранение наше государство ежегодно тратит миллиарды рублей. В великой битве за здоровье уже одержана замечательная победа: средняя продолжительность жизни человека за годы Советской власти увеличилась вдвое. И можно с уверенностью сказать, что кривая долголетия скоро рванется вверх еще круче.

«Прогресс общества, — писал Никита Сергеевич Хрущев в своем послании участникам XVII олимпийских игр, — в немалой степени зависит от воспитания нового человека, гармонически сочетающего духовное богатство и моральную чистоту с физическим развитием».

Такое великодушное сочетание во многом зависит от физкультуры и спорта — непременных составляющих воспитания человека будущего. И нет сомнения в том, что в коммунистическом обществе физическая культура станет главным лекарством от всех недугов и болезней.

У нас уже сейчас имеется все необходимое, чтобы физкультура — эта «медицина будущего» — вошла в обиход каждого труженика. Растет благосостояние народа, рабочий день стал короче. При столь благоприятных условиях еще активнее должна стать деятельность физкультурных организаций. Ведь только в ближайшие годы предстоит удвоить миллионные ряды тех, кто составляет славную армию советских физкультурников.

Многих, очень многих волнуют вопросы: каким же образом всесторонне развить и укрепить свой организм с помощью физической культуры? Какое место она должна занимать в воспитании ребенка? Как совмещать учебу, труд, спорт? С такими вопросами часто обращаются к нам читатели «Советского спорта».

Вот строки из письма швей ленинградской чулочно-трикотажной фабрики «Красное знамя» Н. И. Фафакниной: «Ни я, ни мои ребята не знаем толком, сколько времени в режиме дня школьника нужно отводить спорту. Обычно, когда я работаю в вечернюю смену, мои сыновья, придя из школы, бросают портфели и весь день гоняют шайбу на дворе. К вечеру они устают и делают домашние уроки кое-как. Я не знаю, помогает ли такое спортивное рвение их физическому развитию, но на учебе это сказывается явно отрицательно. Поэтому я хотела бы уточнить: как правильно сочетать учебу и спорт?».

А вот что пишет студент В. Муковнин: «Я работаю на заводе и учусь заочно в Воронежском государственном университете. В свободное время занимаюсь спортом. Ни в какой секции я не записан, мои «тренеры» — это спортивная литература и «Советский спорт». То мне нравится спортивная ходьба, то бег на короткие дистанции... Я прошу газету помочь мне выбрать какой-нибудь вид спорта».

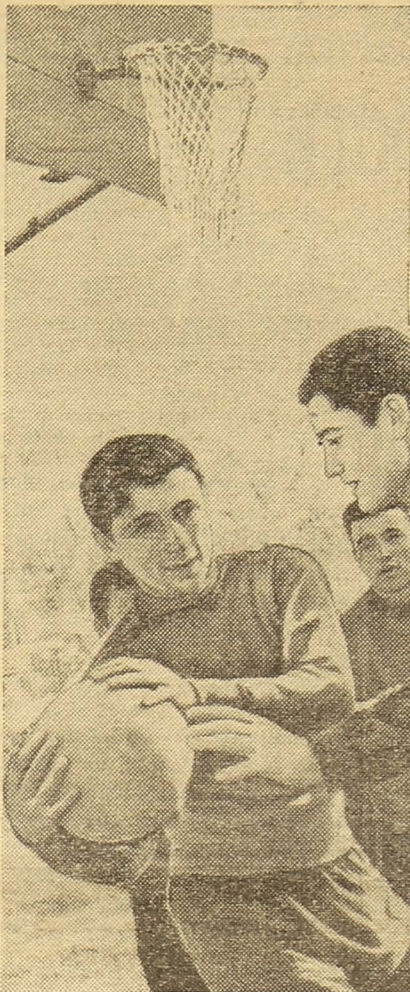
Да, конечно, не только те, кто получил в стенах физкультурного вуза диплом «инженера человеческого тела», и врачи призваны бороться за здоровье и физическое развитие советских людей. Это обязанность каждого из нас.

Дорогие товарищи Фафакнина и Муковнин! Именно для вас, как и для других наших читателей, желающих познакомиться с основами физической культуры, мы открываем сегодня наш университет здоровья. В течение всего 1961 года мы будем регулярно встречаться с вами в его аудиториях.

Мы пригласили для вас опытных и авторитетных учителей. Это известные тренеры, педагоги, врачи, ученые, выдающиеся спортсмены. Они выступят с подробными лекциями, дадут консультации.

Наш университетский курс, естественно, не сможет охватить всю огромную отрасль научных знаний, какую представляет собой физкультура сегодня. Поэтому дополнительно мы будем рекомендовать специальную литературу.

Итак, наш университет открыт! Его аудитории вместят всех, кто пожелает изучать науку здоровья — физическую культуру.



Виноградарь Авакян

В КРАЮ садов и виноградников раскинулись владения сельскохозяйственной артели «Мргаван», одной из лучших в Арташатском районе Армении. Коллектив колхоза достойно встречает пленум ЦК КПСС: собрал богатый урожай, сдал государству обильные плоды самоотверженного труда.

Сейчас и здесь закончился сезон основных сельскохозяйственных работ. Но колхозники не сидят сложа руки.

Чем же занимается зимой один из виноградарей колхоза Норайр Авакян? Помещающие здесь снимки дают ответ на этот вопрос. Вы видите на фото, как он обрабатывает плиту знаменитого армянского туфа. Она пойдет на отделку нового здания клуба, в котором есть и большой спортивный зал.

Вечером и по воскресеньям Авакян занимается спортом. Он имеет второй разряд по футболу и по баскетболу. Много времени и внимания уделяет Норайр повышению мастерства своих товарищей: ведет одну из спортивных секций сельского коллектива — баскетбольную.

Фото Ю. Моргулиса.

Матч конькобежцев двух столиц

Отъезд советских спортсменов в Скандинавию

В ЧЕРА в Осло вылетела мужская сборная конькобежная команда Москвы. В ее составе 9 спортсменов — трехкратный чемпион мира Олег Гончаренко («Динамо»), олимпийские чемпионы — Виктор Косичкин («Динамо»), Евгений Гришин (ЦСКА), абсолютный чемпион СССР 1959 года Роберт Меркулов («Спартак»), а также динамовцы Владимир Гуров и Геннадий Воронин, спортсмен «Буревестника» Анатолий Ляпков, спартаковец Владимир Шильковский и конькобежец общества «Трудовые резервы» Алексей Коряшкин.

Советские скороходы примут участие в традиционном матче Осло — Москва.

— Наши встречи с конькобежцами Норвегии стали традиционными, — сказал старший тренер команды Москвы заслуженный мастер спорта Юрий Сергеев. — Они проходят обычно в начале

наших Европы и мира. Поэтому нынешнее состязание с ними мы рассматриваем как пробу сил перед крупнейшими соревнованиями.

Матч Осло — Москва будет проходить в столице Норвегии 7 и 8 января. Победители командного матча будут определяться на каждой дистанции большого многоборья.

У Кубка Ахерна — московский адрес

СТОКГОЛЬМ. (По телефону). В 1952 году был впервые разыгран Кубок Ахерна — приз, установленный в честь многолетнего руководителя европейского и шведского хоккея с шайбой. С тех пор уже восемь раз спортсмены различных стран Европы и Северной Америки съезжались в Швецию на турнир, ставший традиционным и популярным соревнованием хоккейного календаря.

В нынешнем сезоне борьбу за Кубок Ахерна начали три шведские клубные команды — прошлогодний обладатель приза «Юргорден», «Лександ» и «Седертелье», чехословацкая — «Руда звезда» (Брно) и советская — «Крылья Советов» (Москва). Москвичи удачно провели первые матчи, одержав убедительные победы над сильнейшими соперниками. Перед заключительным туром «Крылья Советов» имели 6 очков из шести, а ближайшие конкуренты — «Юргорден» и «Руда звезда» — по 4 из шести.

3 января поздно вечером решалась судьба кубка. Одновременно в Лександе и Стокгольме начались встречи «Лександа» — «Крылья Советов» и «Юргорден» — «Руда звезда». Мало кто сомневался в конечном успехе советских хоккеистов, тем более что их соперники встречались между собой, не стоило бы москвичам споткнуться... Преследователи могли догнать лидера лишь в случае его поражения. Поэтому шведские газеты, не скрывавшие надежд на возможную неожиданность, предсказывали, что игроки «Лександа» постоят за двоих — за себя и за «Юргорден». Намекали газеты и на то, что встреча пройдет в жесткой борьбе.

Действительно, предсказания сбылись с поразительной точностью. Хоккеисты «Лександа» стремились к силовой игре, надеясь, таким образом, противостоять скорости и точности действий «Крыльев Советов». Однако желаемых результатов хоккеисты не достигли. (Окончание на 7-й стр.)

«Крылья Советов» — «Лександ» 4:3

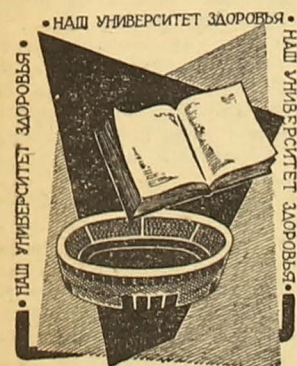
НАШ УНИВЕРСИТЕТ ЗДОРОВЬЯ

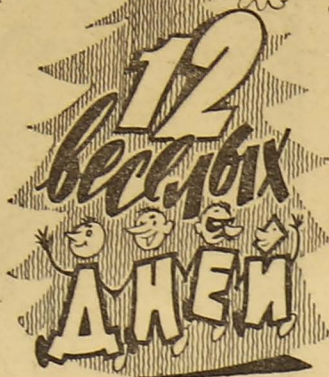
СЕГОДНЯ ЛЕКЦИИ ЧИТАЮТ.

Действительный член Академии медицинских наук СССР заслуженный мастер спорта А. ЛЕТАВЕТ — «Физкультура борет годы»

Заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер СССР В. АЛЕКСЕЕВ — «Спортивное призвание»

Заслуженный мастер спорта Н. СЕРЫЙ — «Стадион в комнате»





ПЕРВЫЕ РАДОСТИ

ЖИВОПИСНЫЕ окрестности маленького уральского городка Кусы стали в эти дни главной ареной состязаний юных лыжников Челябинской области. Спор за первенство, за право поездки в Тюмень на зональные соревнования вели сборные коллективы городов и районов, а также команды школ. Среди сборных коллективов лучшими оказались челябинцы. Зато в состязаниях школьных команд вне конкуренции были юные спортсмены Кулевова школы Аргаяшского района. Команда челябинской школы № 91 заняла только седьмое место.

Второй раз стал чемпионом области среди юношей старшего возраста в гонке на 10 км ученик 10-го класса школы № 61 Челябинска Ю. Береженцев — 42.05. В гонке на 5 км для юношей младшего возраста лучший результат показал В. Брагин (Златоуст) — 19.32. Его землячка В. Баратынская победила в гонке на 5 км среди девушек старшего возраста — 22.05. 13-летняя восьмиклассница челябинской школы № 9 отличница учебы Нина Дегтярева была первой в гонке на 3 км — 14.31.

В городе Коркино оспаривали первенство юные скороходы

Южного Урала. В общекомандном зачете победили конькобежцы Челябинска.

Юноши старшего возраста стартовали на 500, 1500 и 3000 м. На двух дистанциях лучшие результаты (50,4 и 2.42,8) показал ученик 10-го класса челябинской школы № 40 П. Часов. Чебаркульский спортсмен В. Солодовников победил на дистанции 3000 м — 5.53,3. По сумме трех дистанций победа досталась Часову.

Напряженной была борьба за первенство среди юношей младшего возраста. Спор в основном вели три челябинских школьника — А. Колущенко, В. Лаврентьев и А. Старцев. В беге на 500 м Колущенко и Лаврентьев показали одинаковый результат — 49,2. На дистанции 1500 м победил Колущенко — 2.46,1.

Среди девушек старшего возраста в беге на 500 м первой была З. Шептуховская (Челябинск) — 56,5. Лучшее время дня на этой дистанции показала юная челябинская спортсменка А. Зубарева, выступавшая в

группе девушек младшего возраста, — 55,6. Она же победила на дистанции 1000 м.

В Коркино впервые проведен также областной чемпионат школьников по хоккею. Команда Челябинска, как и подобает «городу хоккея», была вне конкуренции. Самым результативным игроком турнира оказался десятиклассник школы № 29 А. Шустов.

В Магнитогорске разыграно лично-командное первенство области по художественной и спортивной гимнастике. И здесь первыми были челябинцы. Интересно отметить, что в соревнованиях по художественной гимнастике победила вторая команда Челябинска.

На стадионе Челябинского металлургического завода, в спортивном зале металлургов — в разгаре спартакиада школьников «Внимание, на старт!». На ледяных полях продолжаются состязания детских и юношеских команд на приз «Кубок новогодних каникул».

По праву можно назвать Челябинск в эти дни и городом большого баскетбола. 24 команды юношей и девушек 12 областей, краев и автономных республик РСФСР разыгрывают первенство по баскетболу. Юные челябинцы рады своим гостям: у многих команд есть чему поучиться.

Оживленно на ледяных катках и снежных трассах. Ребята дружно выходят на старты массовых соревнований по лыжам и конькам, с удовольствием проводят дни каникул на свежем воздухе, на лоне природы.

Г. РОМАНОВ.
(Наш корр.)

ЧЕЛЯБИНСК.

КАЛЕНДАРЬ ДНЯ

Каждый день каникул в Челябинске — день спорта. Приведем для примера спортивную программу только одного дня — 3 января.

Стадион «Металлург». Спартакиада «Внимание, на старт!». Участвуют конькобежцы и хоккеисты. В спортивном зале — матчи по баскетболу и шахматам.

Дворец спорта строителей. Состязания спортсменов подшефных школ. Турниры по баскетболу и настольному теннису.

Стадион «Строитель». Игры хоккеистов на кубок «Новогодний приз», массовое катание на коньках.

Стадион «Локомотив». Встречи юных с сильнейшими скороходами города. Показательные выступления. Массовое катание.

Дворец культуры железнодорожников. Новогодний турнир шахматистов 28 школ.

Хоккейный стадион «Буревестник». Состязания команд 10 школ Советского района на приз института механизации и электрификации сельского хозяйства.

Дворец пионеров. Юные туристы берут старт лыжного похода по Южному Уралу.

Дворец спорта тракторного завода, спортивный зал «Динамо». Матчи сильнейших баскетболистов городов, областей, краев и автономных республик Российской Федерации.

Но это не все. Продолжаются игры детских команд на приз «Кубок новогодних каникул». В парке культуры проводятся открытые старты юных лыжников. А у самых маленьких школьников — свои состязания: и их услугам ледяные горки, карусели, школьные и дворовые хоккейные поля.



Перед «боем»
Он спокоен —
Есть снугурки,
Клюшка есть.
Скоро матч,
И он, как воин,
Защитит команды честь.

В. ВАСИЛЬЕВ.
Фотоэпюд Г. Романова.

РАСТИТЬ СМЕНУ МАСТЕРАМ

В ОСНОВЕ успехов спортсменов Грузии на всесоюзных и международных состязаниях — большая работа по физическому воспитанию юношества. В 2181 школьном коллективе физкультуры объединено около двухсот тысяч учащихся. В 59 спортивных школах совершенствуют свое мастерство более 19 тысяч юношей и девушек. Перспективам дальнейшего развития юношеского спорта был посвящен очередной пленум совета Союза спортивных обществ и организаций Грузинской ССР.

В своем докладе заведующий отделом учащейся молодежи совета Грузинского спортивного Союза И. Вацелашвили отметил, что детские спортивные школы некоторых районов еще не справляются с подготовкой спортсме-

нов высоких разрядов. Больше половины районных спортшкол не дали в сборные коллективы республики ни одного своего воспитанника.

Особое внимание уделено докладчик тревожному положению, сложившемуся в начальных классах школ. Здесь физическое воспитание часто ведется людьми, не имеющими специального образования и не знающими толком предмет. Бледно, неинтересно проходят эти уроки в школах Онского, Дманисского районов, г. Кутаиси и в ряде тбилисских школ — 72-й, 21-й, 23-й, 42-й и других.

О недостатках в работе общеобразовательных и спортивных школ, о слабом шефстве спортивных обществ говорили в своих выступлениях председатель центрального совета «Гантиади» И. Вочоридзе, директор института физкультуры А. Палавандзишвили, зав. методкабинетом физического воспитания Министерст-

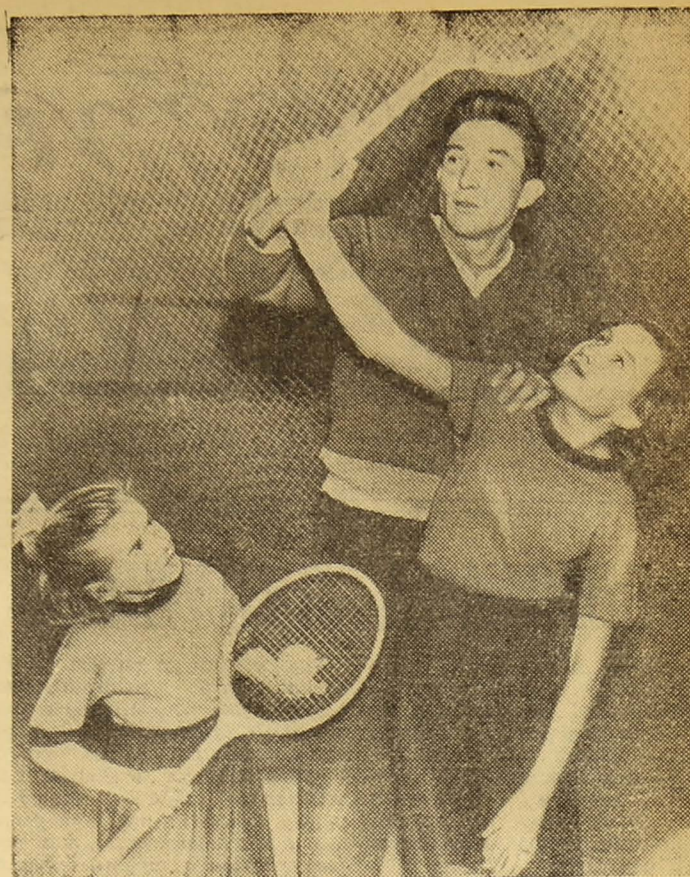
ва просвещения Грузинской ССР Г. Мерквилладзе, председатели спортивных союзов Ш. Мжаванадзе (Аджария), А. Арболишвили (Юго-Осетия), А. Чоговадзе (Кутаиси), С. Хуродзе (Душети-ский р-н) и другие.

Вторым вопросом на пленуме разбиралось состояние гимнастики. Положение с этим видом нельзя считать в Грузии удовлетворительным. Позиции, некогда завоеванные грузинскими гимнастами и гимнастками, ныне утрачены. Который уж год ни одного из них нет в десятке сильнейших. И хотя речь шла об одном виде спорта, о сильнейших его представителях, докладчик заслуженный мастер спорта Г. Рихиладзе и выступавшие в прениях снова и снова возвращались к главной проблеме — работе с детьми.

По обоим вопросам пленум принял постановление.

(Наш корр.)

ТБИЛИСИ,



Сестры Ира и Лидя ИВАНУШКИНЫ хотят стать теннисистками. Они занимаются в детской спортивной школе отдела народного образования г. Минска. Сейчас каникулы, много свободного времени. Можно больше, серьезнее потренироваться. На снимке: тренер М. ЗВЕРЕВ показывает Лиде прием игры.

Фото Евг. Волкова.

Спустился год

ПИСЬМО В РЕДАКЦИЮ

Год назад Шахтинский городской совет Союза спортивных обществ и организаций принял постановление о развитии бокса. Решение это было очень нужным и своевременным. До этих пор слава городского бокса, его престиж, его авторитет поддерживались лишь энтузиастами, страстными любителями этого вида спорта. Специальный зал бокса в шахтинском Дворце спорта — а такой роскоши могут позавидовать спортсмены многих наших городов — так и стоял почти без оборудования, без инвентаря, а у членов единственной секции, в нем занимающейся, не было боксерских перчаток.

И вот шахтинские любители бокса воспрянули духом. Подписано постановление городского совета спортивного Союза. Сухие строчки его признавали, что состояние спортивно-массовой работы по боксу в городе неудовлетворительно. И далее в десятки

пунктах — намеченные меры. Точные сроки, фамилии ответственных...

Время шло. Постановление, аккуратно подшитое в папку решений, вскоре было забыто. Все осталось по-старому...

Мы, любители бокса, вновь заблуждались. По нашим сигналам областная газета «Ленинское знамя» выступила с материалом «Спортсмены в обиде». После его появления руководители городского совета спортивного Союза на время вспомнили о своем решении. В зале бокса появились две пневматические груши, два пролета гимнастической стенки, брезент для ринга. И... снова все заглохло.

По-прежнему боксеры единственной в городе секции не участвуют в соревнованиях.

А. ЛЕСНОВ.

г. ШАХТЫ.

ПО СЛЕДАМ НАШИХ ВЫСТУПЛЕНИЙ

Один мяч с двух точек зрения

Два письма пришло в редакцию. Оба из Киева, обратный адрес один и тот же — Киевская обувная фабрика № 20. Автор первого — рабочий фабрики Я. Ждан, автор второго — директор этой фабрики В. Лубоцкий. Оба написаны на одну тему, оба — отклики на письмо А. Сашенко, напечатанное под заголовком «Бракоделов к ответу» в номере от 29 ноября 1960 г.

Пишут авторы об одном и том же, но кажется, что видят они одну и ту же вещь по-разному. Вещь эта — обыкновенный кожаный мяч, выпущенный обувной фабрикой № 20. Смотрит на мяч т. Ждан и видит «брак», то есть видит то, что видел т. Сашенко, и многие другие. «И после напечатания заметки «Бракоделов к ответу» фабрика продолжает выпускать брак», — пишет читатель.

А вот тот же мяч в глазах директора: действительность, сильно приправленная мечтами, рисует взору директора нечто феерическое — не мяч, а игрушка. Вот выдержка из письма В. Лубоцкого: «Для коренного улучшения качества этих изделий (имеются в виду мячи, —

Ред.) на фабрике разработан и внедрен целый перечень технических мероприятий». Вообще все в порядке — можно выпускать отличные кожаные мячи, но... Но идут мячи с браком, — говорит письмо т. Ждана. И не только в феврале, как пишет т. Лубоцкий, а и по сей день выходит брак. «В цехе горы брака», — сообщает Я. Ждан, — но в бумагах показатели всегда хорошие».

Два письма пришло в редакцию. За одним виден взволнованный человек — ведь на фабрике, на которой он работает, что-то идет не так, как надо, что-то идет неправильно. Другое же письмо лишено этого волнения. Его автор уверяет, что «подобные жалобы» не повторяются. А вот не успело прийти в редакцию это письмо, и жалоба повторилась.

Мы ознакомились с продукцией Киевской фабрики № 20. Такой мяч-урод не исправишь золотым фабричным клеем. Думаем, товарищ Лубоцкий, что слово сейчас за вами. И мы надеемся, что это слово вы скажете не письмом, отпиской, а отличной продукцией вверенной вам фабрики.

Владимир Александрович

и его друзья

НЕТ слов, рассказ о прыгунах с трамплина соблазнительно назвать по-иному: «Покорители воздуха», «Тайны парящего полета»... в общем, мало ли придет на ум звонких фраз! Но имя, поставленное в заголовке, я услышал, едва подошел к домику базы, стоящему на берегу глубокого оврага, оно провозжало меня по скользкой дорожке, ведущей вниз, на дно, и встретило у подножия трамплина:

— Владимир Александрович! Можно начинать...

ЕГОШИХА

ЕЩЕ на середине спуска, балансируя на обледеневшей тропинке, я залюбовался изящными контурами большого трамплина, округленно повторяющими склоны Егошихинского оврага. А потом вдруг припомнилась картинка из полузабытой детской книжки, где была изображена огромная ветряная мельница, по лестнице которой собирались человечки с мешками зерна на плечах. Только здесь по лестнице трамплина мешки путешествовали вниз.

— Носим снег, — пояснил Владимир Александрович Будыхо и с досадой посмотрел на голубое, без единой облачной клыксы, небо.

Со снегом в те дни в Перми действительно было плохо. Трепещущий мороз, лыжники изнывали от истерии, а земля едва покрывалась тонкой белой пленкой. Как тренироваться? Сгребли весь «наличный» снег, несколько машин подвезли, и ребята взвалили на плечи тяжелые мешки, ровным слоем разбрасывая снег по эстакаде и по горе приземления малого, сорокаметрового трамплина. И вот эта своеобразная разминка закончена — «можно начинать».

— Можно, говоришь? — переспрашивает тренер. — А уроки у тебя сделаны?

— На сегодня повторять задали, — выпаливает черноглазый паренек и с притворной деловитостью (видимо, задали не только повторять) наклоняется к лыжкам. — Пойду, съеду от стола отрыва.

Глядя вслед, Владимир Александрович прищуривается:

— Никакого слэду с ними нет. Рвутся на трамплин... Ну пусть

попробует только «тройку» принести...

«Рвутся на трамплин»... Нестрашна картина нынешней жизни Егошихинского оврага с тем, что было несколько лет назад. Тогда прыжки с трамплина для детей многим казались опаснее, чем переход оживленной городской улицы с завязанными глазами.

ДЕВЯТЬ лет назад приехал в Пермь выпускник Ленинградского института физкультуры. Приехал с твердой верой, что именно здесь, на севере, должны расти лыжные мастера и чемпионы. Прав ли был Владимир Александрович? Сейчас ответ дала жизнь. Стали мастерами спорта Владимир Быков, Валерий Наборщиков, Борис Азябин — их тренер помнит пятнадца-

Ребята рвутся на трамплин ☆ Девять лет спустя ☆ Выездное «проектное бюро» ☆ Нет безвыходных положений

тилетними паренками, робко поглядывавшими со стартовой площадки трамплина вниз.

Можно ли сравнить все это с восьмеркой спортсменов — шесть слаломистов и два прыгуна, — носившей девять лет назад гордое название «отделения горнолыжного спорта спортивной школы молодежи»? Сейчас только в школе, созданной Будыхо и его товарищем тренером Н. Н. Некрасовым, по официальному списку 60 человек. По официальному... А практически — в каждой из шести групп примерно по 20 человек.

НАВЕРНОЕ, ни в одном большом городе нет такой удобной горнолыжной базы, как в Перми. Егошихинский овраг — почти в центре города. Немного воображения, и представляешь рядом с трамплином многоцветную россыпь флажков слаломных трасс, яркие костюмы спортсменов и просто любителей вихревых спусков с гор. И такая картина может возникнуть в действительности. Сделать для этого нужно немного: построить базу, наметить трассы и убрать со склонов... огороды.

Да, так называемые индивидуальные огороды, с которыми никак не может справиться горисполком. Несмотря на твердое намерение передать Егошихинский овраг в распоряжение горнолыжников, несмотря на специальное по этому случаю постановление! Бумага остается бумагой. Вместо слаломных флажков склоны украшены заборами из штакетника, а пермские слаломисты тем временем проводят соревнования на первенство города (!) в Чусовом. Огороды пока нерушимы...

ДВАДЦАТЬ ТРАМПЛИНОВ

ДВАДЦАТЬ — это не мечта, а вполне реальный план. Двадцать трамплинов в городах и селах будет в ближайшие годы.

«Назавтра Будыхо и его воспитанники уезжали в Кизел, на открытие нового 60-метрового трамплина, восьмого в Пермской области. Ехали туда не просто гостями, ибо в создании Кизеловского трамплина, как и всех остальных в области, большая доля труда Владимира Александровича, его товарищей и учеников.

— Один трамплин, пусть самый хороший, дела не решал, — рассказывает тренер. — Тогда-то (примерно три года назад) и создано в нашей школе своего рода «проектное бюро». В

него вошли все сильнейшие прыгуны города. Мы помогли спроектировать трамплины в Чусовом, Нытве, Кунгуре, Кудымкаре. А строительством занималась молодежь на общественных началах.

Тесно стало в Егошихинском овраге пермским тренерам. Вышли они на «оперативный» простор области. И труд окупается с лихвой. На прошлогоднем областном первенстве школьников появились уже юные прыгуны из Нытвы, из Кизела, из других городов области.

— Украсим трамплинами все города, — мечтает Владимир Александрович, — и перейдем в атаку на село. А сколько у нас в области мест, что не уступят Карпатам, Бакуриани! Если взяться за дело по-настоящему, можно здесь такие зимние базы создать...

СЕЙЧАС Будыхо и Некрасов захвачены новым проектом. Ослепка и Асанская — так называются две горы, расположенные в сорока километрах от Кизела. Этим лесистым высотам предстоит, по замыслам пермских тренеров, стать ядром будущего горнолыжного центра едва ли не всего Северного Урала.

Правда, проблему двух гор нужно решать в комплексе: строить там одновременно трамплин, туристскую базу, дома отдыха, прокладывать трассы слалом и скоростного спуска. Не один десяток километров исходили пермские горнолыжники по лесистым холмам, намечая места будущего строительства, просеки грядущих трасс. Теперь план вчерне готов. Но кто возьмется за его осуществление?

Будыхо и Некрасов справедливо полагают, что в этом деле заинтересованы профсоюзные организации, комсомолцы, руководители предприятий, ибо зимний курорт в центре области может стать отличным местом отдыха.

К СОЖАЛЕНИЮ, строительством баз и трамплинов не исчерпывается проблема развития горнолыжного спорта в Пермской области, как, видимо, и в большинстве областей страны. Инвентарь...

Мне довелось слышать, как заместитель председателя Пермского областного совета спортивного Союза тов. Гусев решал с горнолыжниками, как распределить поступивший инвентарь — несколько пар слаломных лыж. Естественно, эти лыжи должны были попасть к сильнейшим — членам сборной команды области. Но состав сборной трудно было определить без отборочных соревнований. И решено было попридержать пока что высококачественные лыжи.

У прыгунов дела обстоят не лучше. Не только в области, даже в городе не хватает хороших прыжковых лыж. А как быть, если Мукачевская лыжная фабрика в течение нескольких месяцев не выполняет принятый от пермяков заказ?

Но в рассказе Владимира Александровича нет тех ноток безнадежности, что слышишь порой в таких случаях. Чувствует-



На трассе слалом.

Фото В. Николаева.

ся, что пермские тренеры привыкли находить выход из любых положений, справляться с трудностями и временными неудачами.

Будыхо и его товарищи не одиноки. В каждом городе есть энтузиасты-горнолыжники. Их объединенные усилия пробьют, наконец, брешь в стене, которой отгородились от спортсменов те, от кого зависит массовое производство высококачественного инвентаря у нас в стране. И тогда получат хорошие лыжи слаломисты Чусового и Березников, прыгуны Нытвы и Кудымкара и те будущие чемпионы, что крутятся теперь на плохоньких лыжонках на склонах Егошихинского оврага.

СЕЙЧАС имя Владимира Александровича Будыхо хорошо известно в лыжном мире. Его знают как создателя одной из первых в стране детской школы прыжков с трамплина, как тренера, воспитавшего несколько молодых мастеров спорта. Все это так. Но глубоко неправы те, кто связывает Будыхо только с именами Александра Шахторина, Владимира Быкова, Валерия Наборщикова, Бориса Азябина и других молодых перспективных прыгунов, которых дала стране Пермь за последние годы. Когда я вспоминаю встречи и беседы с Владимиром Александровичем, мне представляются еще и ажурные контуры новых трамплинов, растущих в Пермской области, просеки слаломных трасс на лесистых склонах, школы и группы горнолыжного спорта во всех районах области. Все это будет, будет через несколько лет! Я верю в это так же, как верит Владимир Александрович.

Л. НИКОЛОВ.
(Наш спец. корр.)

ПЕРМЬ.

НА КАТКЕ... БУЛЬДОЗЕР

В конце ноября прошлого года на первой полосе газеты «Советский спорт» была опубликована телеграмма. В ней рассказывалось о том, что магаданцы включились в «Рейд 300» и готовы к встрече зимы.

Поначалу казалось, что все будет хорошо. Однако минувшие месяцы показали, что дела с конькобежным спортом в нашем городе совсем плохи.

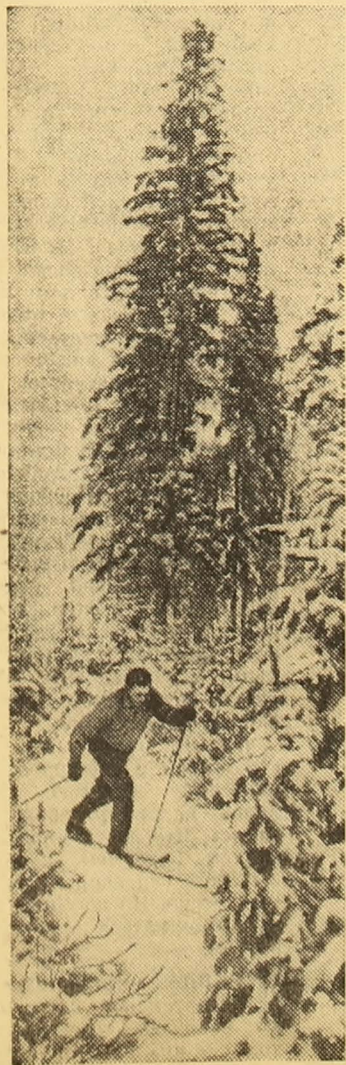
Мало того, что скороходы Магадана не имеют возможности тренироваться в нормальных условиях: лед не готовится, выпавший снег не расчищается. Дело дошло до того, что уже трижды назначенные состязания были сорваны.

Мы можем назвать имена тех, кто в этом виноват. Прежде всего директор парка культуры и стадиона тов. Пьянков, председатель городского совета спортивного Союза тов. Комраков, его заместитель тов. Шептаев и мастер по спортооружиям тов. Алексенко. Последний, кстати, недавно предложил нам новую «методику» — тренироваться по плохому льду, а выступать на хорошем: «Быстрее побежите», — сказал он.

Не так давно наши спортивные руководители решили механизировать уборку снега на стадионе. Для этого был выделен... бульдозер.

Впереди — Спартакиада народов РСФСР. Неужели нам так и не окажет никто помощи.

АЛЕКСЕЕВ, ГОНЧАРОВ,
БОЧАРОВ, САЧКОВ
(всего 35 подписей).



Хорошо в зимнем лесу! Фото А. Канашевича.

СКОРО ЧЕМПИОНАТ КОНТИНЕНТА



ЯНВАРЬ — пора крупных состязаний фигуристов. 26 января на катке Западного Берлина открывается очередной чемпионат Европы. В нем должна принять участие и советская команда.

Кто претендует сейчас на право выступать в составе сборной СССР? За прошедший год значительные изменения произошли в списке мастеров одиночно-

го катания среди мужчин. По болезни из сборной команды выбыл чемпион страны Л. Михайлов. Не будет выступать и призер первенства И. Персианцев, занявший ученой, а также Э. Плинер, который перешел на тренерскую работу. Теперь ведущую группу мужчин-одиночников составляют мастер спорта О. Симантовский, 14-летние фигуристы В. Мешков, А. Веденин (все — Москва) и ленинградец Г. Синянский.

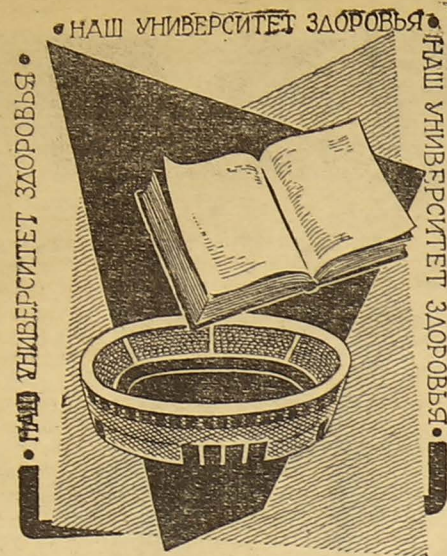
У женщин лучшие

шансы в одиночном катании имеют 14-летняя чемпионка СССР Т. Немцова (Москва), призеры первенства страны Т. Братусь (Ленинград), Т. Лихарева (Москва) и 15-летняя москвичка И. Люлякова.

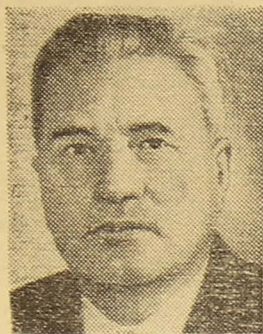
В сборную команду страны вливаются свежие силы. Половина претендентов на поездку на европейский чемпионат — это юные фигуристы. Подобные изменения в соотношении сил легко заметить и в парном катании. Крепнет мастерство

новых чемпионов СССР — ленинградских школьников Александра Гаврилова и Татьяны Жук. Они упорно готовятся к состязаниям вместе со своими более опытными земляками — участниками Белой Олимпиады в Скво Вэлли Станиславом и Ниной Жук, Олегом Протополовым и Людмилой Белоусовой.

Три пары советских фигуристов будут вести борьбу с зарубежными мастерами за призовые места в европейском чемпионате.



НАШ УНИВЕРСИТЕТ ЗДОРОВЬЯ



На кафедре нашего университета профессор АВГУСТ АНДРЕЕВИЧ ЛЕТАЕВ — действительный член Академии медицинских наук СССР, заслуженный мастер спорта, один из ветеранов советского альпинизма. Начиная с 1932 года он неоднократно возглавлял высшие экспедиции альпинистов на Тянь-Шане и Памире. Участники этих экспедиций впервые открыли, описали и покорили много вершин и ледников.

ФИЗКУЛЬТУРА БОРЕТ ГОДЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ культура — неотъемлемая часть нашего образа жизни. Физкультура, спорт воспитывают советских людей — строителей коммунизма — сильными, выносливыми, смелыми и настойчивыми в преодолении трудностей. Но не только борьба за доли секунды или километры в достижении рекордов (и это надо!), а особенно борьба за годы жизни и производимого труда — вот задача физической культуры в нашей стране.

Советский человек никогда не боялся решать трудные задачи. Немало из предстало и в будущем. Они связаны с завоеванием космических пространств, проникновением в тайны атомного ядра, с дальнейшим развитием высокопроизводительной техники.

А в превращении в жизнь таких планов у нас всегда есть надежный друг и верный помощник — физическая культура. Ведь сама сущность спорта заключается в преодолении трудностей. Тренировка только тогда бывает эффективной, когда спортсмену предстоит взять новый рубеж, или как мы, медики, говорим, когда организм поднимается на новый, более высокий функциональный уровень.

Частенько в спорте бывает нелегко и негладко. Помню 1946 год, первое послевоенное восхождение на Тянь-Шане на вершину Мраморной Стены. Разразилась страшная трехдневная метель с ураганным ветром. Палатки превратились в ледяные берлоги. Крепкая дисциплина, взаимная поддержка и, конечно, отличная тренированность помогли нам завершить восхождение безаварийно.

Занятия физической культурой — не эпизод в жизни человека, они должны проходить через все возрасты, включая пожилой. Только при этом будет достигнут действительный и прочный успех. Иной думает: раз он добился известных успехов в спорте, даже рекорда, то отдал уже свою дань физической культуре и может спокойно жить, так сказать, процентами со своего здоровья. Глубокое заблуждение!

Говоря о физической культуре, мы часто упускаем из поля зрения возраст, в котором, возможно, и «закладывается» долголетие человека. Речь идет о детстве, еще не посещающей школу. В данном случае мы забываем, что своевременная закладка поможет благополучно избежать многих угроз здоровью. Мне ка-

ских трат, вместо того чтобы разумно развивать его функциональные возможности. Забывают при этом, что тренированность может выручить организм в трудной для него ситуации, скажем, во время болезни. Конечно, в физическую культуру для пожилых надо вносить известные поправки. Предпочтение здесь будет отдано видам, не требующим одновременных резких усилий, хотя и вызывающих значительные энергетические затраты. Например, лыжам.

НА ОСНОВАНИИ личного опыта могу сказать, что занятия физической культурой во все возрастные периоды, которые я прошел, помогли мне сохранить высокую работоспособность. А ведь наиболее сложные путешествия и труднейшие восхождения, потребовавшие большой выдержки и выносливости, были совершены мною в возрасте за сорок.

Отец русской физиологии И. М. Сеченов на опытах убедительно показал, что после утомительной работы одной руки работоспособность восстанавливалась быстрее не при полном отдыхе, а при работе другой руки. Эти сеченовские идеи получили полное отражение в практике «активного отдыха». Производственная гимнастика, значительно скорее устраняющая усталость и повышающая производительность труда, служит лучшим тому подтверждением.

Активный отдых после умственной деятельности, например туристский поход, возвращает силы и заряжает бодростью. Иван Петрович Павлов называл это ощущение «новизны» до сих пор на полках книжных магазинов не найдешь обстоятельных методических руководств.

жется, такое равнодушное отношение к дошкольному возрасту нужно в корне изменить. Здесь особенно велика роль семьи, дошкольных учреждений, врачей-педиатров. Однако по этому вопросу есть одно существенное «но»: до сих пор на полках книжных магазинов не найдешь обстоятельных методических руководств.

ТАКЖЕ очень ответственна точка зрения физического воспитания школьного возраста. Возможности физкультуры как фактора здоровья в школе безграничны, если их правильно и умело использовать. Но нельзя забывать о вредных перегрузках и срывах.

Велика роль лечебной и корригирующей гимнастики для так называемых слабых детей и страдающих дефектами осанки. Известно немало случаев, когда слабые дети становились впоследствии видными спортсменами.

Юношеский и зрелый возраст — пора наибольших спортивных возможностей. Достигнутые успехи должны покоиться на прочном фундаменте физической подготовки, заложенном в предыдущие возрастные периоды, чтобы принести действительную пользу для здоровья. Настоящий физкультурник всегда в известном смысле многоборец. Лишь в этом случае достигается всестороннее физическое развитие.

Особо надо поговорить о тех, кто называет себя пожилыми. Приходится встречаться с бытующими и поныне предрассудками, что пожилому человеку не приличествует и даже вредно заниматься спортом. Находятся и некоторые врачи — сторонники охранительного режима, стремящиеся максимально отградить человека «за возраст» от физических усилий, значительных энергетиче-

ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ СОВЕТСКОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ С ЗАРЯДКИ Лыжи?.. Плавание?.. Гимнастика?.. Или легкая атлетика?

СПОРТИВНОЕ призвание... Да, об этом стоит подумать. Иной с первого взгляда улыбающийся каким-либо видом спорта. Его уже никакими силами не оторвать от занятий. Что ж, значит, выбор сделан. Конечно, может случиться и ошибка. Немало примеров того, как люди, увлеченные одним видом спорта, не достигали в нем особых успехов, пока не перешли на другой вид.

Безусловно, у каждого человека есть личные особенности. Природная предрасположенность к одному из видов спорта проявляется у некоторых очень рано. Чаще же подлинная спортивная склонность не лежит, как говорится, на поверхности.

Выбирая вид спорта, не стоит руководствоваться принципом: «Легче — значит, мне подходит». Путь наименьшего сопротивления в спорте, как и везде, не принесет пользы.

Как же не ошибиться? Как найти свое спортивное призвание?

При выборе вида спорта слишком большое значение подчас придают внешним физическим данным, забывая, что спорт сам формирует организм, вырабатывает у человека необходимые качества. Если вы чувствуете влечение к какому-либо виду спорта, не пугайтесь, что у вас нет якобы для этого необходимых данных. Кто, например, мог полагать, что Н. Смирницкий или Н. Коняева, отнюдь не обладавшие какими-то физическими сверхданными, станут мировыми рекордсменами в метании копья? Или что Вера Крепкина, эта миниатюрная девушка, станет олимпийской чемпионкой по прыжкам в длину? При выборе вида спорта надо помнить, что к успеху приводит трудолюбие, настойчивость в тренировках, любовь к избранному виду спорта.

Новичок в спорте, точно пугливый, выбирающийся на прямую дорожку. Но в жизни все гораздо сложнее, чем просто в пути, и путаная тропинка кажется подчас торной дорогой, а настоящие рекордсмены в метании копья? Или что Вера Крепкина, эта миниатюрная девушка, станет олимпийской чемпионкой по прыжкам в длину? При выборе вида спорта надо помнить, что к успеху приводит трудолюбие, настойчивость в тренировках, любовь к избранному виду спорта.

Позитивный шаг к спорту — общая физическая подготовка. Начните с регулярной утренней гимнастики, с обычной зарядки, далее все больше специализируйтесь (в этом отношении поможет необходимая литература). Еще лучше начать занятия с тренировок по общей физической подготовке в специальных секциях, там, конечно, где они имеются. Занимались самыми различными упражнениями, вы очень скоро почувствуете, какой вид спорта вам по душе.

«Да, — скажете вы, — надо стремиться к всестороннему физическому развитию. Но мне, например, нравится плавание». Что ж, занимайтесь плаванием. Ведь чем раньше вы выберете вид спорта по душе, тем лучше. Но помните: спортом надо заниматься с любовью, со вкусом.

РАВДА, есть и такие горе-спортсмены, которые забывают об учебе, работа отходит у них на второй план. В этом случае спорт вредит и здоровью, и характеру. Не



А сейчас перед вами выступит ВИКТОР ИЛ'ИЧ АЛЕКСЕЕВ — заслуженный мастер спорта, заслуженный тренер СССР, неоднократный чемпион и рекордсмен страны по метанию копья. В течение многих лет он ведет плодотворную педагогическую работу в одной из детских спортивных школ Ленинграда. Воспитал замечательных спортсменов — Н. Смирницкую, Г. Зыбину, Ирину Тамира Пресс, Т. Тышневича, А. Михайлова и многих других.

СПОРТИВНОЕ ПРИЗВАНИЕ

РАЗВЕ призвание открывается сразу? Разве можно, говоря о начинающем спортсмене, установить, то решающее мгновение, когда тренер наметанным глазом определил в нем будущего чемпиона? Никогда опытный тренер, если он действительно оптимист, не будет решать так оптимистично. Ум он знает, насколько обманчив бывает внешний облик человека. Вот и мускулатура отличная, и гибкость, и выносливость, но год-два человек в спорте ни с места — и бросает спорт. Тогда о нем говорят: «Таланта не оказалось». Но талант немалый без любви к делу, которое совсем не сразу балуется успехом.

И уж если начали заниматься в секции, то какой бы вид спорта ни выбрали, в программу занятий пусть непременно войдут общеразвивающие упражнения, различные дополнительные виды. Натаскивание на разряд не приводит к добру. Так, гимнаст, например, может знать лишь те упражнения, которые необходимы для достижения даже нормы мастера спорта; но вот меньше программа, усложняется, и вдруг оказывается, что, кроме заученного, спортсмен ничего не может сделать. У него нет «запаса движений». Надо хорошо знать таблицу умножения, чтобы двигаться в математике дальше. Так и настоящий спорт невозможен без общей физической подготовки. Регулярные, разумно построенные занятия с хорошим продуманным расписанием дня сделают достигнутыми всевозможные результаты.

Хотите примеры? Пожалуй, с седьмого класса тренировался в ленинградской спортивной школе общества «Труд» Са-
СЛОВОМ, речь уже идет не только о том, как начать занятия спортом, но и как «удержаться» в спорте, использовать все, что он дает.

Встретя трудностей! Не без этого. Новичок хочет как можно скорее добиться чуть ли не рекорда. А результаты растут слабо. Иногда совсем не растут. Не разочаровывайтесь. Тренируйтесь регулярно — плоды обязательно будут. Каждый спортсмен может вспомнить из своей практики такой момент, когда внешне будто бы ничего и не произошло, а результаты вдруг начали расти. Так приходило мастерство.

Успех в спорте любит сильных не только телом, но и духом. Это главное! Закаляйте свою волю, учитесь побеждать себя. Только тогда сумеете победить других.

Советуем прочитать

И. А. КРЯЧКО. «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА». («Физкультура и спорт», Москва, 1958 г.). В книге в научно-популярной форме изложены основы советской физической культуры. Автор рассказывает, что такое физическая культура, о ее влиянии на здоровье, силу и долголетие человека. Дается краткая оценка отдельных видов физических упражнений, приводятся основы спортивной тренировки.

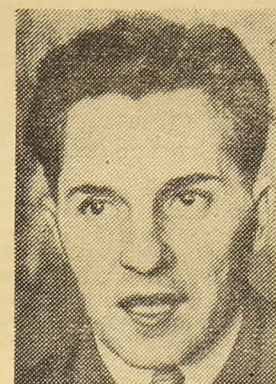
В. И. МАЧИНСКИЙ. «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РЕЖИМЕ ДНЯ». («Физкультура и спорт», Москва, 1960 г.). Здесь вы найдете немало интересных и ценных советов для самостоятельных занятий различными видами спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, лыжи, коньки, спортивные игры и т. д.). В книге приведены комплексы гигиенической гимнастики.

Н. И. ЯКОВЛЕВ. «РЕЖИМ И ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНА В ПЕРИОД ТРЕНИРОВОК И СОРЕВНОВАНИЙ». (Москва, 1957 г.). Обязательно прочтите эту книгу. Ведь правильный режим — залог спортивных успехов.

Читателям, занимающимся ежедневно гимнастикой, рекомендуем следующую литературу:

Н. П. СЕРЫЙ. «ГИМНАСТИКА ДЛЯ ВСЕХ». (Москва, 1955 г.). Л. ФЕДЯЕВА, В. ГУБАНОВ. «ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛЮДЕЙ СРЕДНЕГО И ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА». («Физкультура и спорт», Москва, 1960 г.).

Е. ЖУРАВЛЕВ, С. ЯНАНИС. «ЕЖЕДНЕВНАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЖЕНЩИН». («Физкультура и спорт», Москва, 1958 г.). Здесь вы найдете различные методические советы занимающимся гигиенической гимнастикой, комплексные упражнения.



Лекцию читает заслуженный мастер спорта НИКОЛАЙ ПАВЛОВ. СЕРЫЙ — в прошлом один из сильнейших наших гимнастов, трижды завоевавший почетный титул абсолютного чемпиона страны. Сейчас он старший преподаватель кафедры гимнастики Центрального института физкультуры имени И. В. Сталина. Автор ряда книг и пособий по гимнастике.

Стадион в комнате

МЕНЯ всегда удивляет хилый, физически немощный человек. Ведь требуется затрата очень незначительных в сущности усилий для того, чтобы стать здоровым и сохранить это здоровье.

Вы жалуетесь на сонливость, быструю утомляемость, апатию? Вы идете не дожидаетесь конца рабочего дня? Вы раздражительны, и плохая погода угнетает вас? А скажите: сегодня после сна вы делали утреннюю гимнастику? Нет? Так встаньте же завтра пораньше, откройте окно или форточку, расстелите на полу коврик и проделайте десяток гимнастических упражнений под команду радиодиктора или самостоятельно. Проверьте — я уверен, что окажутся прав, — от плохого самочувствия не останется следа.

Взгляните на людей, занимающихся физической культурой. Как резко они отличаются по поведению от тех, кто пренебрегает ею! Легкая походка, стройность, точные движения, твердый взгляд человека, уверенного в своих силах.

А хорошо ли развито ваше тело? Встаньте в тупах перед зеркалом и посмотрите на себя. Так себе? Пока ничего? Не ожидайте дня, когда вы станете сутулиться и тяжелеет. Настоячиво, невзирая на годы, начните заниматься гимнастикой. Ведь организм человека, как и всякий живой организм, пластичен, то есть под влиянием различных условий может изменяться. Гимнастика, словно пальцы скульптора, способна создавать формы тела, превращая слабого в сильного, исправляя такие недостатки, как впадение груды, сутулость, опущенные плечи, вялость и неловкость движений. Но главное, утренняя гимнастика энергично воздействует на важнейшие жизненные органы — сердце, легкие...

УТРЕННЯЯ зарядка — азбука здоровья. Она обязательна в режиме дня для ведущих спортсменов. Спросите у профессиональных мастеров — Петра Болотникова, Веры Крепкиной, Юрия Васюкова, Ларисы Латыниной и многих других — и они скажут, что регулярно занимаюсь утренней гимнастикой.

Но почему комплекс гигиенической гимнастики? Разве нельзя ограничиться одним-двумя упражнениями? Ведь они тоже «стряхнут» сонливость, приободят. Нет, необходима серия упражнений, которые в совокупности дадут полную зарядку всему организму.

Итак, вы проснулись. Не жалуйтесь в постели. Решительно сбросьте с себя одеяло. Быстро встаньте. День должен начинаться бодростью. Откройте форточку. Не бойтесь свежего воздуха. Сквозняки страшны только тем, кто их боится и постоянно кутается. Оглянитесь. Ваша комната неплохо оборудована для гимнастических упражнений. Вот два стула: между их спинками удобно отжиматься; коврик — вместо гимнастического мата; стена, возле которой безопаснее делать «мостики». Если вам удастся мастерить перекладину для подтягивания — совсем хорошо.

Зарядку лучше всего начинать с ходьбы. Вообще первые упражнения должны быть не трудными, но «всеобщими», ох-

ватывать большую группу мышц. Это «разминка» всего организма.

Вам хочется потянуться, глубоко вздохнуть. Это так естественно после сна. Вот и отличная «первая группа». Эти упражнения выпрямляют позвоночник, помогают приобрести правильную осанку, регулируют и усиливают дыхание и кровообращение. Затем встаньте на носочки. Мышцы при этом должны быть расслаблены. Можете опереться о спинку стула. Я намеренно не даю здесь конкретных упражнений, чтобы вы сами из множества движений могли выбрать наиболее подходящие для вас и относящиеся к данной группе.

Далее различные наклоны в сторону, повороты и вращения туловища. Четвертая группа включает наклоны туловища вперед и назад в положении «спящих» подтянутых и прямых ног из различных исходных положений. Такие движения очень полезны женщинам и мужчинам, склонным к полноте.

Пятая группа — упражнения для рук и плечевого пояса. Например, станьте лицом к стене на расстоянии одного шага от нее и, падая вперед, упритесь согнутыми руками о стену; разгибая руки, вернитесь в исходное положение. Упражнение легче выполнять, если стать близко к стене, и труднее, если расстояние увеличивать.

Шестая группа — упражнения для ног: различные приседания. Затем упражнения для мышц спины: наклоны и выпрямления туловища с гантелями в руках. Восьмая группа — прыжки или бег на месте.

Постепенно переходите на спортивную ходьбу. Ваш организм успокоится, вернется к обычному ритму. Закачайте упражнениями на расслабление. Человек меньше устает, если напрягает лишь те мышцы, которые непосредственно участвуют в работе. Научитесь расслабляться.

УПРАЖНЕНИЯ существуют очень много. Их можно придумать даже самому. Определите только, к какой группе относится то или иное упражнение, что именно оно дает для организма и выполняйте их в указанной последовательности.

В первое время после зарядки вы можете почувствовать в мускулах некоторую боль. Не пугайтесь. Не прерывайте занятия. Боль скоро пройдет. Можно, конечно, снизить нагрузку, но лучше вечером самому сделать массаж, принять теплый душ.

Дышите глубоко и ритмично. Вдох делайте через нос, возможно глубже, при поднимании рук или разведении их в стороны, при выпрямлении туловища или

протирании лба; продолжительный выдох через нос — при опускании рук или при сгибании тела.

Не задерживайте дыхания, особенно при трудных упражнениях. Количество движений во время утренней гимнастики зависит от вашего самочувствия и тренированности. В течение первой недели не перегружайте себя. Повторяйте упражнения не много раз, слегка отдыхайте между ними. В дальнейшем вы будете постепенно увеличивать количество повторений, сокращая отдых между упражнениями.

Людям, регулярно делающим утреннюю зарядку, через два-три месяца можно переходить к упражнениям с различными предметами — палкой, гантелями, скакалками, резиновыми амортизаторами, набивными мячами, аспандером. Пользуйтесь первоначально гантелями весом 1—3 килограмма. В дальнейшем вес можно увеличивать.

Утренняя гимнастика для юношей и девушек состоит из тех же упражнений, что и для взрослых, но количество повторений каждого движения следует уменьшить. И для женщин упражнения такие в своей основе не отличаются от упражнений для мужчин. Но выполнять их следует мягче и плавнее. Конечно, и общая нагрузка должна быть здесь чуть ниже.

Пожилым следует избегать резких движений, требующих чрезмерного напряжения. Движения должны вызывать радость. Нельзя выполнять их кое-как, с ленцой. Не будет пользы от таких занятий. Упражнения надо делать энергично, в полную силу. Если после 10—15 минут занятий стало жарко, — цель достигнута.

После такой зарядки сразу пропадает сонливость, человек словно приобретает новые силы, чувствует себя веселее. Недаром утреннюю гимнастику называют «зарядкой»: она заряжает бодростью на весь день.

Утренняя гимнастика даже в короткий срок может дать отличные результаты, но лишь при условии, если она ежедневная. Она должна войти в вашу жизнь, как умывание, завтрак, чтение газеты. Ежедневные упражнения никак не могут быть заменены специальными спортивными тренировками после работы. Одно должно дополнять другое. Вот что писал В. И. Ленин своей сестре М. И. Ульяновой: «А главное — не забывай ежедневной, обязательной гимнастики, заставляй себя продавать по несколько десятков (без устали) великих движений! Это очень важно».

Читатели! Слабы ли вы силой, муслы или стар, все равно — приступай к гигиенической гимнастике завтра же с утра. Стремись к здоровью, бодрости, красоте!

СЛЕДУЮЩИЙ раз мы встретимся в нашем Университете здоровья 20 января. В лекции «Снежный сезон — для всех» вы познакомитесь с основами лыжного спорта. О том, как лучше организовать отдых в выходной день, о туристских походах вы узнаете из лекции «Завтра воскресенье».



СТРОГОСТЬ

Заметки о футбольных судьях

и справедливость

ПРИХОДИЛОСЬ ли кому-нибудь из вас оказаться в роли футбольного судьи? Знаете ли вы, с каким прилежанием готовятся арбитры к матчам? Доводилось ли вам принимать участие в жарких дискуссиях по трактовке того или иного правила? Присутствовали ли на судейских разборах, на которых арбитры нелицеприятно критикуют своего коллегу за, казалось бы, незаметную ошибку?

Нет, конечно, подавляющему большинству из вас не приходилось бывать в трудной и неблагодарной роли футбольного арбитра. И потому, наверное, вашу душу никогда не точил червь сомнения («а правильно ли ты поступил в том или ином случае?»), и потому вам, вероятно, не приходилось не спать ночь, как одному из авторов этих заметок после двух справедливо назначенных в одном матче пенальти.

Судейство — это наша общественная обязанность и наша любовь, потому что мы любим спорт, футбол. Именно поэтому мы хотели бы поделиться с вами нашими заботами, рассказать о том хорошем, чего мы добились, и без ложного самолюбия поведать о наших ошибках. Мы уверены, что такое открытое общение поможет и нам, судьям, и вам, любителям футбола.

На заре сезона

СЕЗОН у судей обычно начинается в середине зимы. Так, в феврале 1960 года состоялось всесоюзное совещание арбитров, на котором обсуждали итоги минувшего сезона.

Есть люди, обвиняющие нас в консерватизме. Но будь они на этом совещании, они бы изменили свое мнение. Как известно, там, где есть критика, там нет места консерватизму. Самокритичным, как никогда, было это совещание судей. Особенно жаркие дискуссии разгорались на учебно-методических семинарах по правилам и методике судейства, во время обсуждения обязанностей арбитров на линиях.

Горячо ратовал за судейство бригадным методом П. Гаврилов, считая, что улучшение качества судейства возможно лишь при полном доверии арбитров к своим помощникам. Нашлось у Гаврилова и немало оппонентов, высказывавших опасение, что новшество может привести к «кумовству»: «Сегодня, мол, кум покроет мой ошибки, а завтра я — ошибки кума».

Гаврилов тогда потерпел поражение. Однако новое всегда пробует себе дорогу. В середине сезона предложение Гаврилова приняли. С того времени судейские бригады обслужили 102 матча класса «А». Практика показала жизнеспособность этого метода. Практика как бы подтолкнула федерацию футбола союзных республик к распространению бригадного метода судейства на соревнованиях команд второго эшелона. И теперь мы с гордостью говорим, что наименьшее количество нареканий по поводу судейства падает на матчи, которые стали обслуживать все три судьи из одного города, области или республики...

Закончилось совещание. Участники, нагруженные методическими материалами, образцами но-

Через несколько дней ему пришлось судить матч в Гаграх. Начал он хорошо, без срывов. Но во втором тайме стал не поспевать за игрой, и сразу же, как из рога изобилия, посыпались ошибки. Окончилась встреча. Оба тренера, проходя мимо нас, будто бы невзначай заговорили: «Как старый паровоз: пары выпустил и даже гудеть нет сил». Мы передали эти слова судье. Обиделся он, но потом каждое утро можно было видеть на набережной полного мужчину, рысцой отмеряющего километры. В конце концов он сдал нормативы.

Сборы судей по типу всесоюзных провели также Федерации футбола РСФСР и Украины. В этих сборах участвовали 180 человек.

Итак, подготовка окончена.

Малое количество протестов (причем большинство из них оказались необоснованными), свидетельствует о сдвигах в лучшую сторону, происшедших в нашем судействе. Но было бы грубейшей ошибкой не видеть просчетов и промахов. О наиболее характерных из них хочется рассказать.

В классе «А» состоялось 332 матча, в шести из них судьи не справились со своими обязанностями. По случайному стечению обстоятельств все шесть падают на игры команды московского «Динамо». Вот эти матчи: с «Авангардом», «Зенитом», ереванским «Спартак», снова с «Зенитом», с ростовскими армейцами и с ЦСКА.

Наиболее характерна ошибка, которую допустил Н. Шевцов во встрече «Динамо» — ЦСКА. Защитник динамовцев Б. Кузнецов, преследуя прорвавшегося Г. Апухтина, сыграл грубо (но за пределами штрафной площади). Армейец, полностью контролируя мяч, продолжал движение вперед. Когда же Апухтин оказался вблизи ворот, динамовец предпринял попытку приемом «подкат» выбить мяч на угловой. Армейец успел пробить по воротам, но не попал в цель и, как обычно после «подката», упал. Н. Шевцов, не раздумывая, назначил 11-метровый в ворота «Динамо».

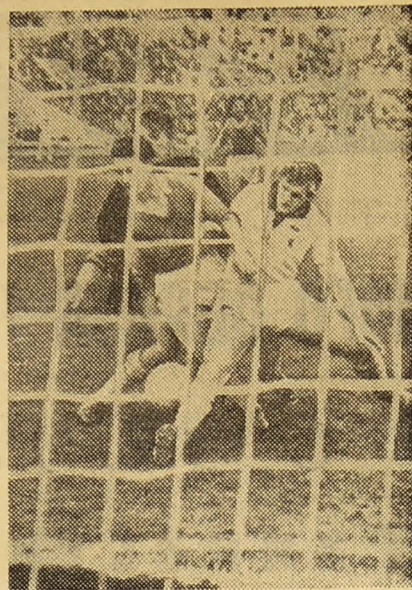
Судья по невнимательности допустил грубую ошибку! Это признала просмотревшая комиссия. Решением всесоюзной коллегии судей Н. Шевцов был временно отстранен от судейства игр класса «А». Получили по заслугам и другие арбитры, но никого из них не упрекнули в пристрастии, в бесчестности.

Грубые ошибки при обслуживании матчей класса «Б» совершили В. Донской, Н. Шишов, В. Зароян, А. Фальян, Л. Назарчук, С. Сальман, И. Загладин, В. Прохоров, И. Свищев, В. Баранник. Последние трое отстранены от судейства, остальные предупреждены.

Где же истоки ошибок? Главная причина, нам кажется, в том, что некоторые арбитры недооценивают физическую подготовку и в результате не успевают занять место там, где возникают наиболее острые ситуации. Непросто, видимо, в числе судей, которые не в ладах с физической подготовкой, фигурируют Н. Шевцов и М. Шляпин.

Арбитр не электронная машина и, случается, совершает ошибки. Но ошибка ошибки рознь. Много нареканий поступило на судей на линиях. К нашему стыду, среди них обнаружены и люди пристрастные. За необъективное судейство на линиях отстранен от игр первенства СССР ряд судей. Среди них С. Шамето из Днепропетровска, Х. Поростаев из Симферополя, М. Бершадский из Винницы.

С. АЛИМОВ,
А. МЕНЬШИКОВ,
судьи всесоюзной категории.
(Продолжение следует).



Это случилось в матче на первенство страны по футболу между торпедовцами столицы и армейцами Ростова. Прорвавшегося в штрафную площадь «Торпедо» армейца А. ЛЕВЧЕНКО (на снимке в центре) грубо останавливают защитник «Торпедо» В. ПУСТИКОВ (справа) и вратарь А. ПОЛИКАНОВ. Казалось бы, сейчас должен последовать свисток судьи. Но свистка не последовало. И арбитр был совершенно прав. Левченко находился в выгодном положении и, несмотря на применение соперниками недопустимых приемов, сумел выйти победителем в борьбе и забить гол. Так чутье судьи П. Горбачева (Ленинград) помогло не испортить игры преждевременным свистком.

Фото Ю. Моргулиса.

СОРЕВНУЮТСЯ ЮНЫЕ

В ЯНВАРЕ начинаются всесоюзные соревнования молодежных хоккейных команд, созданных при коллективах мастеров. Соревнования проводятся в два этапа. Сначала юные хоккеисты встретятся в четырех зонах — московской, ленинградской, рижской и омской, затем — в финале, который состоится в Москве.

Игры в московской зоне начинаются 10 января. Здесь за выход в финал будут бороться восемь коллективов: «Спартак», ЦСКА, «Химик» (Воскресенск), «Динамо», «Крылья Советов», «Локомотив», «Электросталь», СКА (Калинин). До финального турнира допускаются пять команд, показавших лучшие результаты.

В рижской и омской зонах будут играть по четыре команды. В Риге: «Спартак» (Свердловск), «Торпедо» (Горький), «Молот» (Пермь), «Даугава» (Рига). В Омске: «Динамо» (Новосибирск), «Трактор» (Челябинск), «Металлург» (Сталинск), «Спартак» (Омск). В ленинградской зоне встретятся три команды: «Кировец», ЛИИЖТ, СКА (Ленинград). Команды-победительницы этих зон получат право играть в финале.

Финальный турнир начнется 1 апреля.

Ю. ЛЮДНИЦКИЙ,
судья республиканской категории.

162 дебютанта * Тренер отказывается от протеста * Необъективность или ошибка? * Судья обязан тренироваться

вой документации, правилами игры, выехали на места, чтобы ознакомить своих коллег с результатами дискуссий, провести семинары, методические конференции.

Быстро летят предсезонные дни. И вот уже мяч зазвенел на полях юга. В Сочи, Тбилиси, Одессе 45 арбитров прошли всесоюзные сборы. Арбитры знакомили футболистов с правилами, принимали зачеты, обслуживали тренировочные игры и занимались физической подготовкой.

До чего же трудна эта физическая подготовка! Нормативы жесткие, и сдавать их надо всем без исключения (правда, на возраст дается некоторая скидка в секундах). Вспоминается случай в Сочи. После забега на 1000 метров один судья, узнав, что не уложился в норму, заявил в сердцах:

— Если бы не любил футбол, ни за что бы не мучился. И зачем это нужно? Если судить умеешь, то и без сдачи нормативов обойдешься...

Пришло время показать себя и футболистам, и судьям.

Досадные исключения

В СВОЕМ рассказе нам не обойтись без цифр. Они помогут оценить работу, которую проделали арбитры в сезоне 1960 года. 3570 игр всесоюзного чемпионата, кубков СССР, международных встреч и юношеских соревнований провели 420 судей. Из них 162 впервые вышли на всесоюзную арену. Если в 1959 году матчи первого эшелона судили представители только пяти республик, то в прошедшем — двенадцати.

Из 2685 матчей чемпионата было опротестовано только 19, что составляет 0,7 процента. Удовлетворен был только один протест — на игру запорожского «Металлурга» с днепродзержинским «Химиком» (судья В. Баранник). Надо прямо сказать: есть еще среди тренеров любители протестов. Вопреки истине, они пытаются опротестовать игру, а выйдут или не выйдут что-либо из этого, не так уж важно. Главное, есть возможность оправдаться перед болельщиками.

На такой путь, например, встал В. Соловьев. После игры киевского «Динамо» с «Торпедо» он подал протест, мотивируя его тем, что судья Н. Крылов не засчитал гола, забитого в ворота автозаводцев О. Базилевичем якобы из правильного положения. Однако судья-инспектор Э. Саар, представитель Федерации футбола СССР Г. Качалин и просмотревшая комиссия, состоящая из киевских судей, констатировала, что Н. Крылов действовал правильно и своевременно. Базилевич находился в положении «вне игры». Президиум Федерации футбола СССР за подачу необоснованного протеста объявил В. Соловьеву выговор. Кстати, киевский тренер и сам вскоре понял свою ошибку, отказавшись от протеста.

Таблица розыгрыша

Положение команд на 5 января		И В Н П М		О	
«Динамо»	СКА	8	0	0	28:12
СКА (Хабаровск)	ЦСКА	12	6	4	20:14
ЦСКА	СКА	10	7	1	29:10
СКА (Свердловск)	«Трул»	10	6	1	33:15
«Трул»	«Буревестник»	7	4	2	15:10
«Буревестник»	«Волга»	6	4	1	14:5
«Волга»	«Фили»	7	2	0	21:26
«Фили»	«Шахтер»	4	1	2	7:10
«Шахтер»	«Локомотив»	10	1	8	17:32
«Локомотив»	«Спартак»	11	1	9	18:39
«Спартак»	«Торпедо»	3	1	0	2:7
«Торпедо»		8	1	0	7:25

ПРИМЕЧАНИЕ. В таблице не учтен результат вчерашнего матча «Волга» — «Динамо».

тренера В. Поволяева и спортсменов.

Весьма странно выглядит схема расстановки игроков, которой придерживается команда в матчах этого года. Пятерых форвардов поддерживают четыре полузащитника, а тылы оставлены лишь

вратарю Е. Новгородову и одному защитнику В. Мухину. Нет ничего удивительного поэтому, что хоккеисты «Фили», забившие в первых играх семь мячей, получили десять ответных в свои ворота. Недостатки избранной командой тактики проявились и в состязаниях с динамовцами и армейцами Хабаровска. В матче с лидерами чемпионата хоккеисты «Фили» дружно атакуя, повели в счете. В первом тайме им удалось сохранить преимущество. Однако во второй половине игры динамовцы, обнаружив зияющие бреши в обороне соперников, сравнительно легко забили три гола и победили — 3:1. То же самое повторилось в игре с дальневосточниками, в которой спортсмены «Фили» вели — 3:1, но вынуждены были довольствоваться в конце концов ничьей — 3:3. Первые неудачные выступления команды «Фили» тем более досадны, что по сравнению с прошлой зимой этот коллектив выглядит значительно мощнее. Да, отсюда ушли в ЦСКА Л. Кондратьев и О. Шварев. Но зато пришли та-

лантливый вратарь мастер спорта Е. Новгородов, обладающий высокой скоростью бега на коньках молодой полузащитник О. Катин, индивидуально сильный нападающий А. Бочнарев. Удачно сейчас играет пришедший в самом конце прошлого сезона полузащитник А. Филатов. Значительно «прибавили» по сравнению с прошлым годом большинство игроков команды и особенно нападающий С. Горюнов и защитник В. Мухин.

К сожалению, печать несыгранности лежит на действиях команды в целом. Нападающие, и особенно А. Бочнарев, грешат индивидуальной игрой, нет достаточной согласованности в действиях форвардов и полузащитников. Как мы уже говорили, явно недостаточное внимание уделяется обороне.

Жаль, очень жаль, что команда, сделавшая в прошлом году хорошую заявку на место среди сильнейших, начала сдавать завоеванные позиции.

В. ДВОРЦОВ.



ДЛЯ мастеров хоккея с мячом 1961 год — год второго чемпионата мира. Сборные команды СССР, Финляндии, Швеции и Норвегии соберутся в Осло в конце февраля. Специального времени для подготовки к ответственным матчам не отведено. Не удивительно поэтому, что национальные первенства в странах — участниках чемпионата проходят по несколько необычной формуле.

У нас, например, этой зимой нет четкого разграничения между первым и вторым кругом. Дюжина сильнейших советских команд провела к 5 января 49 состязаний из 132. При этом армейцы Хабаровска сыграли более половины матчей — 12, половину игр провели иркутские железнодорожники по 10 состязаний за плечами у ЦСКА, армейцев Свердловска, хоккеистов кемеровского «Шахтера». В то же время спортсмены ногинского «Спартак» лишь трижды встречались с противниками на ледяном поле.

По календарю последние матчи чемпионата намечено сыграть в Кемерово и Иркутске 6 марта. Однако имя нового чемпиона страны мы, вероятно, узнаем уже в первой декаде февраля. К 10 февраля три кита нашего хоккея — СКА (Свердловск), ЦСКА и «Динамо» — сыграют все матчи чемпионата, и большинство хоккеистов этих команд приступит к интенсивным тренировкам в составе сборной.

Впрочем, то, что команды прове-

Из года в год растет число встреч между хоккеистами СССР и Швеции. Не раз спортсмены московской команды «Крылья Советов» Владимир Гребенников играл против шведов в составе сборной СССР (на нашем снимке), а позавчера его клуб завоевал в Швеции почетный приз — Кубок Ахерна.

Фото Н. Волкова.



У Кубка Ахерна — московский адрес

(Окончание. Начало на 1-й стр.). зяева площадки не добились. В первом периоде советская команда продемонстрировала высокий класс и ушла на отдых, имея перевес в два гола — 3:1.

Очевидная неудача тактического замысла и стремление к победе во что бы то ни стало повлияли на игру шведов во второй 20-минутке. Грубость стала преобладающим оружием хоккеистов «Лександра». Последовали многочисленные удаления с поля. В одной из схваток тяжелое повреждение (после удара коньком в голову) получил один из лучших защитников совет-

ской команды Кучевский. Травмы получили еще два советских хоккеиста.

Такой ценой шведам удалось отыграть одну шайбу. В третьем периоде ни одна из сторон не добились результата. Обильный снегопад серьезно затруднил игру. Матч закончился победой «Крыльев Советов» со счетом 4:3 (3:1, 1:2, 0:0). Москвичи стали обладателями Кубка Ахерна. Торжественная церемония вручения приза состоялась вчера поздно вечером.

Заключительную игру советские хоккеисты провели в следующем составе: Запрягаев, Кучевский — Китаев, Долягин — Карпов, Бычков — Гурышев — Пряжников, Чумичкин — Грошев — Возвышаев, Потехов — Масленников — Хлыстов. Шайбы в ворота «Лександра» забросили Масленников, Китаев, Возвышаев и шведский защитник.

Второе место в турнире завоевали хоккеисты «Юргордена». В матче с «Рудой гвездой», прошедшем, по всеобщему мнению, малоинтересно, шведы добились минимального перевеса — 4:3 (4:1, 0:1, 0:1). На третьем месте — спортсмены Чехословакии.

Вчера после вручения Кубка Ахерна команда «Крылья Советов» сыграла товарищескую встречу с «Юргорденом». 6 января советские спортсмены вылетают на Родину.

ОБЛАДАТЕЛИ КУБКА

1952 г. Олимпийская команда Канады.
1953 г. «Харрингей Рейсерз».
1954 г. «Ноттингем Пантерс».
1955 г. Сборная СССР.
1957 г. «Харрингей Рейсерз».
1958 г. «Уэмбли Лайонс».
1959 г. «Юргорден».
1960 г. «Крылья Советов».
Советские хоккеисты приняли участие в турнире в 1955, 1958 и 1960 гг.

В Осло плюс два

ВТОРОЙ день новогодних соревнований в норвежской столице принес любителям спорта одни огорчения. Погода, по-видимому, решила всерьез поспорить с конькобежцами. Мало того, что по-прежнему держалась плюсовая температура и состояние льда было неудовлетворительным, перед самым началом соревнований повалил такой густой мокрый снег, что дальнейшие выступления скороходов потеряли всякий интерес. Результаты, показанные конькобежцами, говорят за себя.

Так, время лучшего на дистанции 1500 м — С. Сульберга было 2.25,4. Н. Онесса — 2.26,5. К. Юханнесена — 2.27,5 и Р. Оса — 2.29,2.

Перед началом забегов на

5000 м по радио было сообщено, что ни Кнут Юханнесен, ни Роальд Ос не будут стартовать на этой дистанции (очевидно, не желая растрачивать силы перед предстоящей встречей с конькобежцами СССР). В результате бег выиграл Ф. Майер — 9.01,3. Вторым был Н. Онесс — 9.12,9. Онесс набрал по сумме четырех дистанций 201,206 очка и стал победителем соревнований.

Как пишут норвежские газеты, вопрос об окончательном составе норвежской сборной на матч с советскими скороходами остается открытым.

С. РОГАНОВ,
А. РОЗАНОВ.

(Наши спец. корр.).

ПРОТИВ СОКРАЩЕНИЯ ОЛИМПИЙСКОЙ ПРОГРАММЫ

Чехословацкая газета «Млада фронта» сообщает, что Венгерский союз современного пятиборья направил Международному союзу по этому виду спорта письмо, в котором заявляет о своем решительном несогласии с предложением Японского олимпийского комитета исключить из программы игр 1964 года ряд традиционных видов спорта, в том числе современное пятиборье.

В письме подчеркивается, что после того, как пятиборцы Венгрии завоевали на Олимпиаде в Риме золотые медали в личном и в командном зачетах, венгерских спортсменов хотят лишить возможности выступать на соревнованиях по этому ставшему чрезвычайно популярным виду спорта.

Нуждается ли в особых комментариях эта совершенно справедливая позиция венгерских любителей современного пятиборья? Думается, что нет. Достаточно лишь напомнить, что в Риме семнадцать стран, представляющих Европу, Северную и Южную Америку, Австралию, Африку, выставили полные команды пятиборцев для участия в соревнованиях.

Немудрено, что всевозможные словесные выверты «сократителей», выступающих против современного пятиборья в программе токийской Олимпиады, вызвали резкий отпор.

Французская газета «Экспресс» в одном из последних номеров совершенно правильно подчеркивает, что на сессии Международного олимпийского комитета в Афинах, где должна утверждаться программа XVIII олимпийских игр, японским предложениям будет дан серьезный бой.



„Лыжные державы“ готовятся

С началом нового года настала пора больших лыжных состязаний, к которым скандинавские спортсмены очень тщательно готовились. На первые старты уже в декабре вышли горнолыжники и прыгуны, тогда как «равнинники» только в эти дни заканчивают последние тренировки.

По мнению шведского «лыжного короля» С. Ернберга, «главными конкурентами на лыжне в этом сезоне являются финны и русские». Однако это высказывание двукратного олимпийского победителя и чемпиона мира не следует, конечно, понимать так, что шведские лыжники готовы без боя уступить свои позиции на мировой спортивной арене. Сам Ернберг готов во всеоружии встретить своего главного соперника — финна В. Хакулинен, с которым у него имеются «старые счёты». Кстати, такая возможность ему, очевидно, представится, в частности, на международных лыжных соревнованиях, которые намечено провести в конце января в Кавголове под Ленинградом. Ернберг хочет стартовать там в гонках на 15 и 30 км.

По словам «лыжника № 1» (как нередко называют Ернберга), большие надежды возлагаются в Швеции на молодых гон-

щиков Я. Стефанссона и Р. Рэмгорда, которые, как он считает, уже созрели для того, чтобы стать опасными соперниками любым фаворитам.

Не теряли времени даром и спортсмены другой «великой лыжной державы» — Финляндии. Главный тренер финских лыжников В. Сааринен провел со своими питомцами несколько осенних сборов по общефизической подготовке, а в ноябре — декабре руководил тренировочным сбором уже на снегу. Кроме выдающегося лыжника-стайера В. Хакулинен, которого называют «неутомимым», в число лучших гонщиков страны, готовящихся вскоре вступить в бой, входят такие сильные лыжники, как Калев и Вейкко Хямляйнен, Т. Алатало, Э. Колехмайнен, А. Виитанен, В. Рясянен, А. Тийнен, Х. Толса.

Для тренировок финских лыжников характерна очень большая и длительная физическая нагрузка, направленная на выработку выносливости, что позволяет им выдерживать вы-

сокий темп на протяжении всей гонки, даже если трасса проходит по сильно пересеченной местности.

Для участия в международных состязаниях в Кавголове из числа кандидатов будет отобрана команда из восьми (вместе с прыгунами с трамплина) лучших лыжников Финляндии.

Ну, а как обстоят дела у лыжников третьей северной страны — Норвегии? На этот вопрос ответил главный тренер Норвежского лыжного союза К. Квелло. Он, в частности, отметил, что сейчас на тренировках норвежцы проходят на лыжах в среднем по 50 км, а в отдельные дни — до 90 и 100 км. Норвежскую команду, заканчивающую теперь тренировочные сборы, возглавляют опытные лыжники — олимпийские чемпионы Х. Брусveen и Х. Бренден. К соревнованиям этого сезона подготовлена также большая группа молодых лыжников, причем тренер наибольшие надежды возлагает на У. Элlefсётера, М. Лундему, Э. Ёстбю и Х. Грённингена.

Судя по подготовке в ведущих «лыжных странах», ожидается упорная и интересная борьба на лыжне в международных состязаниях, из которых крупнейшими являются старты под Ленинградом, «шведские игры» в Фалуне, «холменколленские игры» в Норвегии, соревнования в Лахти (Финляндия).

(ТАСС).

По свежему снегу

Понижение температуры и свежее выпавший снег позволили наконец финским лыжникам провести свои первые соревнования в новом сезоне.

На лыжне в районе городка Вимпелли мужчины стартовали на дистанции 20 км. Сразу сильнее всех пошел А. Тийнен, который отлично провел гонку и победил с результатом 1:14,09. Вторым был Х. Химанен — 1:18,46 и третьим, проиграв ему только одну секунду, — Т. Ряся.

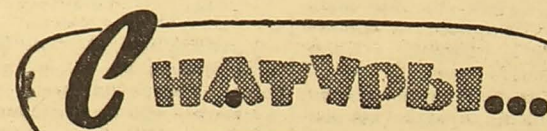
Молодежь (возраст до 20 лет) соревновалась в гонке на 14 км. Здесь первенствовал М. Силланпя — 54,05. Вторым был Х. Тайпале — 54,14 и третьим — А. Юльхя — 56,16.

Среди женщин победила Е. Хёг, пробежав 7 км за 30,56. Л. Юлинен была второй — 34,15 и третьей — С. Карвонен — 34,40.

В окрестностях городка Ма-

нинка мужчины состязались в гонке на 15 км. Победил Н. Вьясанен — 47,46. Вторым был В. Рясянен — 48,12.

Дистанцию 5 км для женщин выиграла М. Пуустинен — 20,59. Второе место заняла М. Риссанен — 22,47.



БЛЕСТЯЩАЯ КАРЬЕРА

ВОЛНА американской рекордомании захлестывает и Европу. Из Мадрида недавно сообщили, что джандист одного из ресторанов, некто Бергер, побил мировой рекорд... игры на барабане. Он стучал своей палочкой 100 часов 1 минуту и 15 секунд. «Говорят, — пишет журнал «Нейе Берлинер иллюстрирте» (ГДР), сообщивший об этом факте, — что, когда в Бонне узнали о новом «чемпионе», его тотчас же пригласили заведовать так называемым отделом пропаганды в военном министерстве герра Штрауса». Ничего не скажешь, блестящая спортивная карьера!

В СКАНДИНАВИИ — ПОРА БОЛЬШИХ СОСТЯЗАНИЙ

18 претендентов на олимпийскую корону

«СОВЕТСКИЙ СПОРТ»

5 января 1961 г.

7 стр.

ИСТОРИЯ ОДНОЙ „СЕНСАЦИИ“

ПОСЛЕДНИЕ СОБЫТИЯ
В «КУНСТ ХАЛЕН»

Зимний календарь южной республики

ШАХМАТЫ

В СТОКГОЛЬМЕ...

НА МЕЖДУНАРОДНОМ турнире в столице Швеции миновало 6 туров. Соревнование вызывает здесь огромный интерес, и «Кунст хален» (так называется зал, где сражаются шахматисты) всегда переполнен. Особое внимание, естественно, привлекают поединки чемпиона мира Михаила Талля.

Какие же события произошли за последние дни? В 5-м туре Таль нанес поражение гроссмейстеру Ульману. Котов победил норвежского мастера Иоханессена. Датчанин Нильсен взял верх над шведом Нильссоном, Иоганссон (Швеция) красиво выиграл у своего земляка международного мастера Лундина. Встречи Штальберг — Унцикер и Бурехелл — Бек завершились ничью.

При доигрывании неоконченных партий из 4-го тура Таль победил Штальберга, Ульман — Нильссона, а Иоханессен — Нильсена, Лундин, точно реализовав

лишнюю пешку, заставил капитулировать Котова.

Позавчера в 6-м туре советские гроссмейстеры продвинулись вперед на очко. Таль победил Нильсена, а Котов — Нильссона. Явно не в форме находится шведский гроссмейстер Штальберг. Встречаясь с Ульманом, он уже в дебюте потерял фигуру и вскоре должен был остановить часы. К мирному исходу пришли встречи Иоханессен — Иоганссон и Унцикер — Бек. Партия Лундин — Бурехелл была отложена.

Итак, после шести туров группу лидеров возглавляют М. Таль и А. Котов, набравшие по 5 очков. По пятам за ними следуют: гроссмейстер В. Ульман (ГДР) — 4½, международный мастер Э. Бек (Финляндия), мастер С. Иоханессен (Норвегия) — по 3½, и гроссмейстер В. Унцикер (ФРГ) — 3 очка из 6.

...И ГАСТИНГСЕ

СРЕДИ десяти участников традиционного международного турнира, проходящего сейчас в Гастингсе, — гроссмейстеры И. Бондаревский (СССР), С. Глигорич (Югославия), Л. Сабо (Венгрия), международный мастер В. Слива (Польша) и шесть английских мастеров.

Как и следовало ожидать, уже со старта лидерство захватили старшие по званию. После шести туров впереди идут: С. Глигорич — 5 очков из 6, И. Бондаревский — 3½ из 5, Л. Сабо — 3½ из 6, В. Слива, а также молодые мастера Л. Барден и П. Кларк набрали по 3 очка из 6.

Новогодний подарок

ЛЕНИНГРАДСКИЕ спортсмены получили новый отличный стадион. В центре города, на Петроградской стороне, вступил в строй стадион имени В. И. Ленина. Футбольное поле и беговую дорожку окаймляют красивые трибуны на 30 тысяч зрителей.

Под трибунами — четыре больших спортивных зала, медицинский кабинет, судейские и тренерские комнаты, раздевалки, гостиная, кафе. Рядом с ареной оборудован открытый плавательный бассейн с вышками для прыжков в воду.

Вчера на хоккей

Состоялись очередные матчи чемпионата страны по хоккею с шайбой.

ЧЕЛЯБИНСК. Хоккеисты «Трактора» встретились со спартаковцами Омска. Победили хозяева поля — 8:2. Шайбы забросили: Ржанников — 2 (одну из них в свои ворота), Каравдин, Воробьев, Курбатов, Мальцев, Казаков, Смирнов, Ольков («Трактор»). Мишуров («Спартак»).

СВЕРДЛОВСК. Местная команда «Спартак» принимала хоккеистов «Металлурга» (Сталинск). Гости победили — 8:6. Шайбы забросили: Короленко — 4, Бедарев — 3, Семенов («Металлург»), Фирсов — 2, Черепанов,

Кожурин, Пospelов, Наумов («Спартак»).

ПЕРМЬ. Встреча между командами «Молот» и «Динамо» (Новосибирск) принесла победу пермякам — 5:3. Шайбы забросили: Опарин — 3, Аксенов, Ермолаев («Молот»), Поляшов, Грошев, Кунгурцев («Динамо»).

ЛЕНИНГРАД. Студенты ЛИИЖТа играли с командой СКА (Калинин). Ленинградцы выиграли — 3:2. Шайбы забросили: Комаров, Григорьев, Штурмин (ЛИИЖТ), Сафонов — 2 (СКА).

УЛЬЯНОВСК. В матче чемпионата страны по хоккею с мячом здесь встретились местная команда «Волга» и московское «Динамо». Состязание закончилось победой динамовцев со счетом 4:2. Голы забили: Папугин — 3, Луппов («Динамо»), Монахов, Солдатов («Волга»).

Из снимков, присланных на фотоконкурс



Полет в прыжке.

Фотоэтиюд В. Еременко.

СУДЕЙСКАЯ коллегия объявила результаты соревнований сельских коллективов Иркутской области по лыжам, и некоторые участники недоуменно пожали плечами: — «Забитуй» на втором месте? Непостижимо!

То, что командное первенство завоевали лыжники совхоза «Сибиряк», никого не удивило. На I зимней Спартакиаде народов РСФСР они тоже были победителями. Но отдать второе место лыжникам забитуйского колхоза имени М. И. Калинина — этого никто из участников спо-

ЭКЗАМЕН ВЫДЕРЖАН

койно пережить не мог. Ведь раньше «Забитуй» даже не значился в протоколах. Однако новиков «сенсации» не обескураживало это недоумение.

Трудно сказать, кто первый подал мысль не разлучаться после школы. Ребята все, как один, все 27 выпускников Забитуйской средней школы Аларского района, получив аттестаты зрелости, остались работать в родном селе в колхозе имени М. И. Калинина. Они то и стали здесь первыми спортсменами.

Новый председатель совета коллектива физкультуры Н. Тугарина нашла дело всем. Залили каток. И Володя Чуб организовал хоккейную команду. С мужчинами-лыжниками начал заниматься — Валерий Атепов, с женщинами — Н. Тугарина...

Вот почему команда забитуйского колхоза имени М. И. Калинина заняла второе место. И все забитуйцы показали неплохие результаты. Председатель совета Н. Тугарина была второй в гонках на пять и восемь километров. Первый экзамен на аттестат спортивной зрелости забитуйцы выдержали.

Ю. ВЛЕДНОВ.

Отличная новинка 61-го!

В ПЕРВЫЕ советом Союза спортивных обществ и организаций Грузии составлен календарь соревнований по зимним видам спорта на 1961 год. Ведь сейчас в республике есть хоккейные команды, секции фигурного катания на коньках и конькобежные. Молодежь, занимающаяся в новых для Грузии секциях зимнего спорта, тренируется на искусственном катке парка имени С. М. Кирова в Тбилиси.

Календарь предусматривает состязания по хоккею, скоростному бегу на коньках, фигурному катанию и горнолыжному спорту. В начале февраля команды Грузии выедут в Алма-Ату, где примут участие в матче девяти союзных республик по зимним видам спорта. Хоккеисты общества «Динамо» встретятся со спортсменами Украины, Белоруссии и Прибалтийских республик.

Сегодня и завтра В МОСКВЕ

5 января
РУЧНОЙ МЯЧ. Отборочный матч на первенство мира. Сборная Румынии — сборная СССР. Спортзал ЦСКА (Комсомольский пр., 17). Начало в 19 час. 30 мин.

ХОККЕЙ С МЯЧОМ. Первенство СССР. «Фили» — СКА (Хабаровск). Стадион «Фили». Начало в 13 час. **ВОЛЕЙБОЛ. Первенство Москвы. «Локомотив» — «Труд».** Стадион «Метрострой» (Дружинниковская, 28). Начало в 18 час.

ВОДНОЕ ПОЛО. Всесоюзные юношеские соревнования общества «Динамо». Бассейн «Динамо» (Ленинградский пр., 36). Начало в 17 час.

ПРЫЖКИ В ВОДУ. Всесоюзные юношеские соревнования общества «Динамо». Бассейн «Динамо». Начало в 10 час.

6 января
ВОДНОЕ ПОЛО. Всесоюзные юношеские соревнования общества «Динамо». Бассейн «Динамо». Начало в 17 час.

ПРЫЖКИ В ВОДУ. Всесоюзные юношеские соревнования общества «Динамо». Бассейн «Динамо». Начало в 10 час.

ШАХМАТЫ. Олимпиада пионеров Москвы. Центральный шахматный клуб (Гоголевский бул., 14). Начало в 11 час.

Главный редактор
В. А. НОВОСКОЛЬЦЕВ

К ВЕРШИНЕ



...Каждый шаг, каждый преодоленный уступ приближает альпиниста к вершине. Снова побеждает сноровка, сила воли, мужество. Крутые склоны, заснеженные скалы, ледники — сколько раз встречались они на нелегком пути спортсмена...

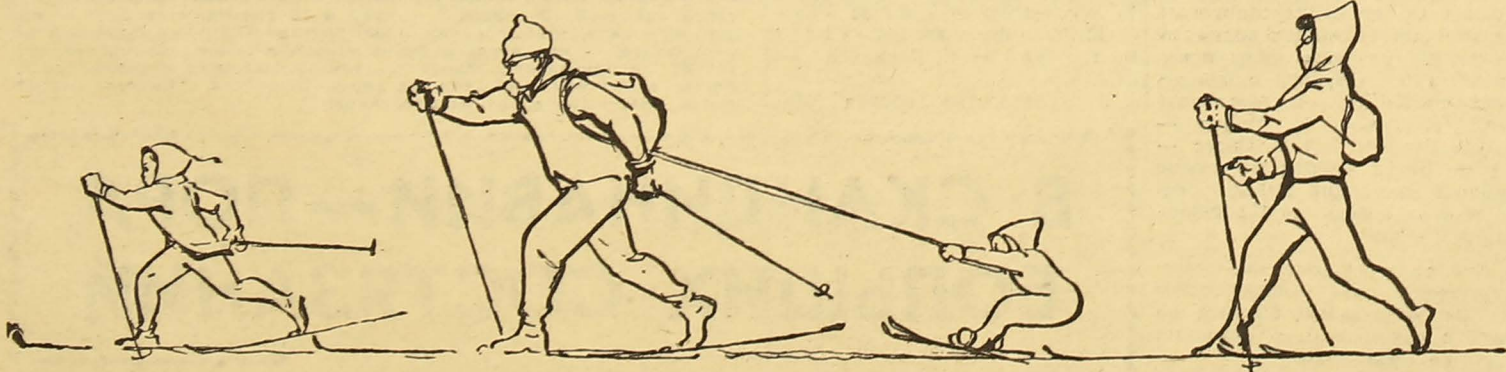
Фото Ю. Купалаяна.

Ватерполист становится ПЛОВЦОМ

В ЧЕРА в московском бассейне ЦСКА начались всероссийские юношеские соревнования по плаванию. Уже в первых заплывах юные пловцы показали неплохие результаты. Так, на дистанции 100 м вольным стилем 16-летний москвич Александр Гулиринов (тренер В. Попов) выполнил норму мастера спорта — 58,2.

Спортивный стаж Гулиринова недолг — всего четыре года. И за этот короткий срок он прошел путь от новичка до мастера, причём первые два года Александр занимался водным поло и только потом перешел в секцию плавания.

В прошлом году советские мастера водной дорожки доставили своим поклонникам много огорчений. Поэтому сейчас наши надежды связаны с поколением новых пловцов, тех, кому рекордные рубежи будут по плечу в 16—17 лет.



Всей семьей.

Рис. мастера спорта А. Малеинова.