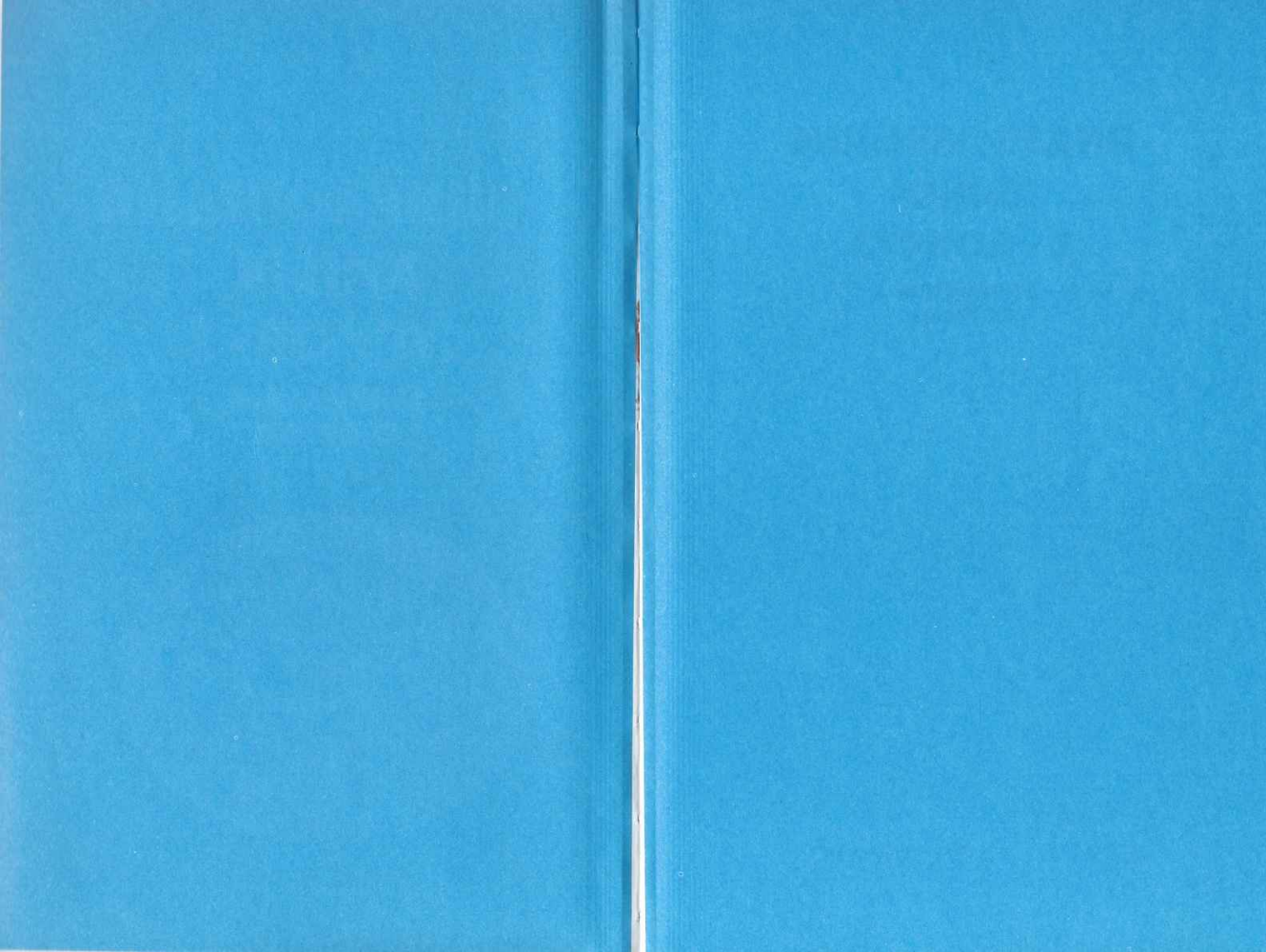


Walt Disney

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЮНЫХ СУРКОВ - 3

ЗАНИМАЕМСЯ
СПОРТОМ





**ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
ЮНЫХ
СУРКОВ - 3**

**ЗАНИМАЕМСЯ
СПОРТОМ**

ЭГМОНТ РОССИЯ ЛТД.



ISBN 5-85044-222-7

© Disney Все права защищены

Охраняется законом РФ об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

Энциклопедия Юных Сурков-3

Перевод с чешского Евгения Соколова

Редактор Олег Вишняков

Издается компанией «Эгмонт Россия Лтд.» ЛР № 090172 от 21. 04. 97

121099, Москва, 1-й Смоленский пер., 9

Налоговая льгота – Общероссийский классификатор продукции

ОК-005-93 том 2: 953000

Для среднего школьного возраста.

Тираж 15,0 тыс. экз.

Отпечатано в Польше

КАК ВОЗНИКЛИ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ



Своим возникновением Олимпийские игры обязаны царю одной маленькой страны по имени Ифит, которому до смерти надоело смотреть, как его владения в Элиде то и дело опустошали армии больших соседних государств, которые постоянно воевали и сражались друг с другом на его территории. Не

зная, как успокоить своих соседей-воjak, Ифит отправился в Дельфы, где стоял храм, посвященный Аполлону, богу солнца и искусств.

Дельфийский храм был знаменит на всю Древнюю Грецию тем, что в нем устами жрицы Пифии отвечал на все вопросы Аполлон. Все его ответы, назы-

вавшиеся «Прорицаниями», считались безошибочными.

Ифиту, ждавшему совета о том, как избавить своих подданных от войн и бед, Аполлон все теми же устами Пифии ответил: «Учреди в Олимпии атлетические игры, посвященные богам».

С этим прорицанием Ифит пришел к царю Спарты Ликургу, одному из своих могущественных соседей.

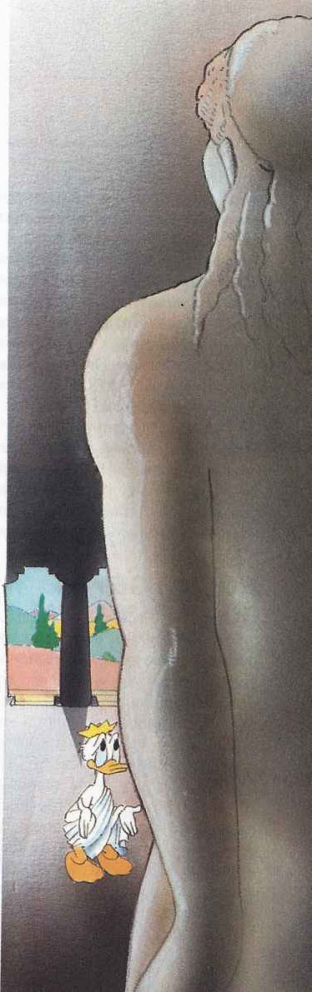
Ликург его внимательно выслушал и постановил, что впредь земли Элиды будут нейтральными, чтобы Ифит мог спокойно проводить эти самые «любезные богам атлетические игры», учрежденные по повелению всевидящего Аполлона.

Поскольку Ликург был могущественным и влиятельным (а следовательно, опасным), вожди остальных соседних греческих государств с ним тут же согласились. Так измученная Элида сделалась «неприкасаемой».

Шел 784 год до Рождества Христова, когда Ифит, возблагодарив Аполлона и других богов, столь удачно выручивших его из беды, решил учредить в Олимпии игры, которые должны были проводиться каждые четыре года в первый день после наступления летнего солнцестояния и полнолуния. Сначала они состояли всего из одного состязания.

Таково было начало Олимпийских игр.

Для того, чтобы организовать игры, Ифиту понадобилось во-





семь лет, и первое в истории олимпийское состязание произошло в 776 году до н.э.

Речь идет о беге на 192,27 м, на дистанцию, которая сегодня может показаться несколько необычной, но тогда это имело свое основание.

Это расстояние, называвшееся «стадионом» - в 600 раз больше ступни Геракла (у римлян - Геркулеса), приплывшего в Олимпию за восемь лет до того с намерениями, как утверждает миф, самыми спортивными, связанными с совершением одного из знаменитых «подвигов».

ГЕРАКЛ НОСИЛ ОБУВЬ 50-го РАЗМЕРА!

Предстоявшая ему тяжелая работа заключалась в изгнании тирана Авгия и в чистке его огромных конюшен (таких грязных, что Гераклу пришлось направить в них воды реки, которые и удалили все нечистоты).

Когда работа была сделана, древнегреческий супергерой подумал, что хорошо было бы устроить соревнование по бегу и тем самым отблагодарить богов за помощь. Он триста раз поставил правую ногу перед левой (и триста раз левую перед

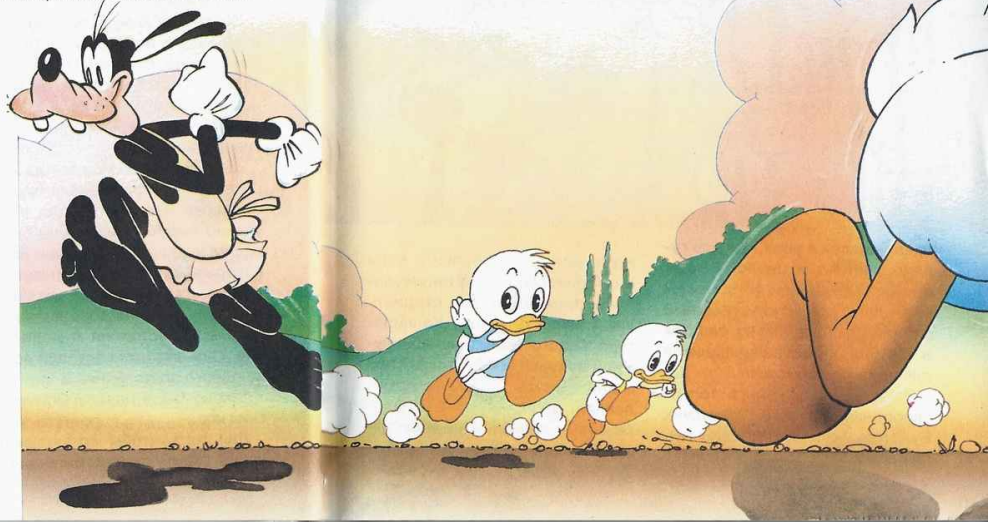
правой) и так определил дистанцию (равную тому самому «стадиону»), на которой и померились силами его четыре брата. Из сказанного явствует, что ноги у Геракла были невероятно большими: сегодня этот полубог носил бы ботинки 50-го размера!

Но возвратимся в 776 год до н. э., в тот день, что наступил после дня летнего солнцестояния и полнолуния. Во время той первой Олимпиады всех своих соперников победил пастух из

Элиды, именем Кориоб, который и стал первым в истории олимпийским чемпионом.

Слава об играх распространилась быстро, и скоро в них стали принимать участие все греческие государства. Увеличилось число видов состязаний. Вскоре в него включили прыжки, борьбу,

метание копья и диска... Дабы Олимпийские игры могли проводиться в мире и согласии, были прекращены все войны. Это «олимпийское перемирие» оказалось нарушенным всего один раз за двенадцать веков (в 364 г. до н. э.), и виновников сурово покарали.



БЫСТРЕЕ ЗАЙЦА

В обычное время город Олимпия был мирным религиозным центром, где обретались жрецы, которые совершали там молебны и охраняли гробницы, но в период Олимпийских игр он

в упорных тренировках и до состязаний участвовать в тридцатидневном периоде «сосредоточения».

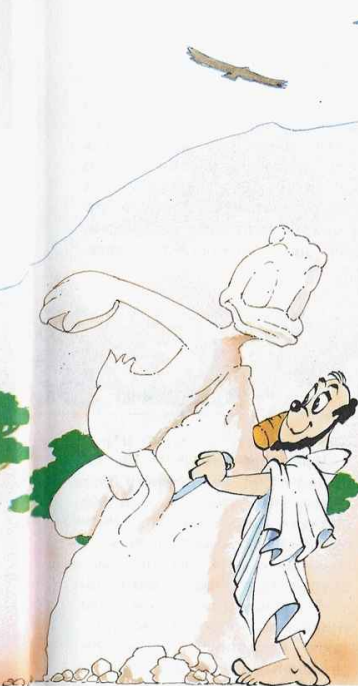
Во время игр вход в Олимпию женщинам был строго-настрога запрещен. Несмотря на это, Каллипатура, мать одного атлета, не устояла перед искушением посмотреть на сына во время



превращался в улей, где все гудело, кипело и цвело. Вокруг арены, вмещавшей 40-60 тысяч зрителей, возникал огромный лагерь, состоявший из палаток и шатров, предназначавшихся для приема «туристов».

На игры допускались только свободные греческие граждане. Будущие участники должны были проводить по десять месяцев

игр и для этого объявила себя его тренером. Только так ей удалось проникнуть на стадион. Увы, хитрость вышла Каллипатуре боком. Женщину обнаружили и приговорили к смертной казни. Правда, потом ее помиловали, поскольку она принадлежала к знаменитой спортивной семье (ее отец и братья бы-



ли олимпийскими героями), но с той поры, дабы исключить повторения подобных случаев, было принято еще одно постановление, обязывавшее всех тренеров и атлетов выступать на стадионе нагими. Олимпийский чемпион считался человеком исключительным. Его город охраняли боги, а он сам почитался, как полубог, и что особенно важно - до конца дней своих освобождался от уплаты налогов.

Каковы были результаты, показанные античными олимпийцами, разумеется, неизвестно, так как сохранились упоминания только о достижениях некоего Полинестора, известного как самый быстрый грек. Этот славный спортсмен якобы сумел обогнать зайца, что маловероятно. По преданию, Полинестор за шесть секунд пробежал сто метров, что на 4 секунды быстрее результатов современных спринтеров.



286-я и последняя Олимпиада

Достигшие своего апогея в 350 г. до н. э. Олимпийские игры быстро изменили свой характер после того, как в 146 году до н.э. Рим завоевал Македонию. Они стали доступными не только для греков, но и для остальных народов. В список состязаний были включены новые виды соревнования: гонки на колесницах, бои гладиаторов и бои людей с хищными зверями. Участники нередко являлись настоящими профессионалами, а многие арбитры за деньги «делали» победы и поражения. Спортивные

преступления, как мы видим теперь, отнюдь не являются «достижением» наших дней.

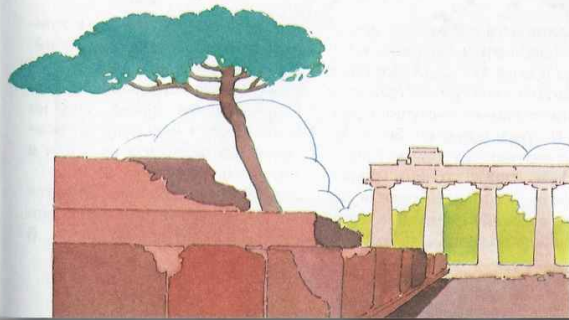
Сам император Нерон стал олимпийским победителем в соревновании парных упряжек единственно по той причине, что во время гонок его соперники попридержали коней, зная что были бы приговорены к смерти, попытайся они обогнать тирана.

Однако, несмотря на то, что игры уже не были такими честными, как когда-то, они по-прежнему пользовались необыкновенным успехом: из всех уголков Римской империи приезжали десятки тысяч зрителей, чтобы присутствовать на этом уникальном спортивном спектакле. Олимпийские игры, учрежденные для улады богов, их же волею и прекратились. После долгих сражений за свои права христианская вера окончательно закрепилась в Римской импе-



рии, и Феодосий Первый, видевший в олимпиадах языческие игры, состоявшиеся в 393 году, оказались последними. Город Олимпия пережил их не на много: в 370 году он был разрушен в ходе войны визан-

тийцев с готами, а в 426 году Феодосий Второй и вовсе приказал сровнять с землей этот очаровательный городок. Все, что от него осталось, через столет затопила река Алфейос. Принесенные ею песок и ил его погребли навеки.



ВОЗРОЖДЕНИЕ ОЛИМПИЙСКОЙ ИДЕИ

Четырнадцать веков спустя, между 1875. и 1881 годами, группа немецких археологов, руководимая историком Эрнстом Курциусом, обнаружила развалины Олимпии, множество скульптур, а также других материальных



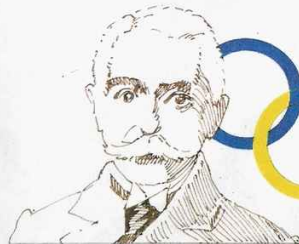
свидетельств той золотой эпохи. Благодаря этим находкам в Европе возник большой интерес к Олимпийским играм. С проектом их возрождения выступил француз Пьер де Кубертен. Его упорство увенчалось успехом: 6 апреля 1896 года в столице Греции, Афинах, состоялась первая современная Олимпиада, в которой приняло участие тринадцать

государств, чьи спортсмены соревновались в следующих видах: легкая атлетика, гимнастика, фехтование, борьба, стрельба, плавание, велосипед, скачки, крикет и гребля.

Как и в античные времена, нынешние игры проводятся один

раз в четыре года. Однако в отличие от древних соревнований, назначавшихся на одиннадцатый день Месяца жертвоприношений (современный июль), они не имеют раз и навсегда установленной даты, хотя и проходят в один и тот же сезон.

Другим их отличием является то, что каждый раз они проводятся в разных странах. В



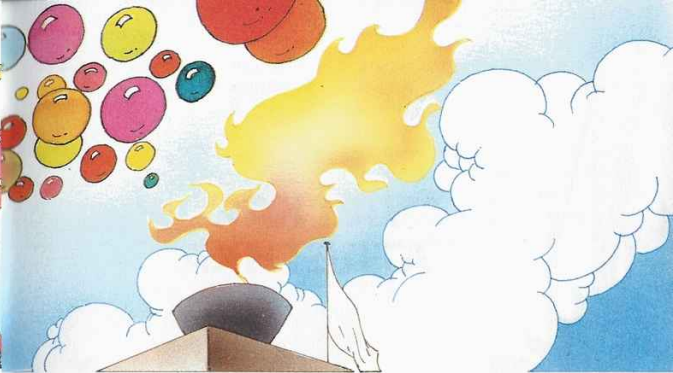
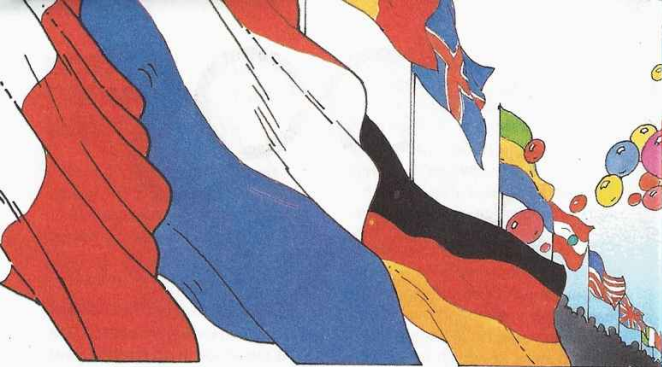
память о своем происхождении современные Олимпийские игры имеют два символа: флаг и священный огонь. На знамени изображено пять колец, представляющих пять континентов (синий - Европу, желтый - Азию, черный - Африку, зеленый - Австралию и красный - Америку). Священный огонь зажигается в Греции от олимпийского солнца и затем эстафетой доставляется на стади-

он, где проходят игры, и горит там до их окончания.

Другим фактором (значительно более важным) являются войны. В античности во время Олимпийских игр перемирие заключалось всюду, где шли войны. В наше время игры не проводились уже трижды: 1916, в 1940 и в 1944 году, - из-за двух долгих и трагических мировых войн.

История современных Олим-





пийских игр в известной мере повторила историю античных: за робким дебютом в 1896 г. в Афинах, точно так же, как в 776 г. до н.э. в Олимпии, последовал уверенный прогресс и рост спортивных достижений.

БОЛЬШОЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК

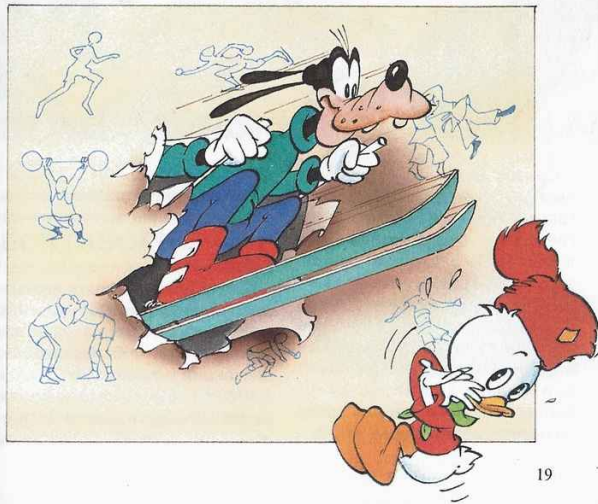
Как и в процессе развития античных олимпиад, так и в период становления современных Олимпийских игр, расширился круг спортивных состязаний, к кото-

рым добавились футбол, травяной хоккей, дзюдо, баскетбол, волейбол, стрельба из пистолета и лука, гонки на яхтах...

В 1924 году, снова усилиями барона де Кубертена, были учреждены и состоялись в г. Шамони, находящемся на французском склоне Монблана, первые Зимние Олимпийские игры. Вышедшие на лед и снег спортсмены состязались в слаломе, в беге на лыжах, фигурном катании и скоростном беге на коньках, а также в хоккее, бобслее и санном спорте.

Современная Олимпиада пошла по стопам античной (периода захвата Римом Македонии). Однако хочется верить, что Олимпийские игры все же останутся большим спортивным праздником и честным состязанием, где действует только один закон: по-

беждает лучший, независимо от его национальности. Без ненависти, без предвзятости, без деления по расовому признаку! Во имя спорта и человечности.



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА



Самым большим и устойчивым интересом из всей программы пользуется атлетика (от греческого слова «атлон», что значит «бой» в широком смысле этого слова). Ее делят на «легкую» и «тяжелую» (включающую в себя дисциплины, требующие большой силы). Современная атлетика - это бег, ходьба, прыжки и метание, а также два многоборья, длящиеся два дня кряду (мужское десятиборье и жен-

ское семиборье).

Современная программа мужских состязаний включает в себя:

БЕГ

Бег поделен на пять категорий: спринты (на 100, 200 и 400 м, а также эстафета 4 X 100 м и эстафета 4 X 400 м); средние дистанции (на 800, 1500, 5000 и 10 000 м); дистанции для состязания в выносливости (марафон, по шоссе, расстояние

42,195 м); бег с препятствиями (на 110, 400 и 3000 м); ходьба (на 20 и 50 км).

ПРЫЖКИ

В олимпийскую программу включены четыре вида прыжков: два типа прыжков в длину (простой и тройной) и два типа прыжков в высоту (простой и с шестом).

2-й день: бег на 110 м с препятствиями, метание диска, прыжки с шестом, метание копья, бег на 1500 м.

Результаты спортсменов подсчитываются по очкам, которыми оценивается каждый вид состязания. Победителем считается тот, кто в сумме набрал наибольшее число очков.



МЕТАНИЕ

Метание диска, молота, копья и толкание ядра.

ДЕСЯТИБОРЬЕ

Десятиборье - это атлетическое состязание, поделенное на десять видов соревнований: четыре вида бега, три вида прыжков, три типа метания. Оно проводится в следующем порядке:

1-й день: бег на 100 м, прыжки в длину, толкание ядра, прыжки в высоту, бег на 400 м;

43,344 км/час

Кто хочет слыть быстрым, тот действительно должен очень быстро бегать! Некоторые на дистанции в 200 м развивают скорость, превышающую 10 м/сек, или чуть меньшую, чем 37 км/час.

Абсолютным чемпионом является американец Карл Льюис, который в Токио, в 1991 году, в



вый толчок к развитию атлетики дали англичане. За основу они взяли бег на 1 милю (1 609,34 м) и уже от нее стали определять последующие дисциплины: бег на полмили (804,67 м), на четверть мили (402,34 м), на три мили (4828 м) и на шесть миль (9656 м).

Когда атлетика распространилась в осталь-



беge на 100 м показал максимальную скорость: 43,344 км/час.

Чем больше дистанция, тем меньше относительная скорость: 33,2 км/ч на 400 м, 27,3 км/ч на 1500 м, 23,8 км/ч на 5000 м, 21,7 км/ч на 10 000 м, около 20 км/ч на марафонской дистанции.

НАСЛЕДСТВО МИЛИ

В середине прошлого века но-

вых странах, спортивные организации просто перевели на единицы метрического счисления английские дистанции. Так четверть мили превратились в 400 м, полмили в 800 м, три мили в 5000 м, а шесть миль в 10 000 м.

Понятно, что зародись современная атлетика в другой стране, где принята метрическая система, то сегодня соревновались бы в беге на 500 м, 1000 м и 2000 м.



Все команды, находящиеся на беговой дорожке, бегут против часовой стрелки.

Все дорожки имеют одинаковую ширину

Финиш для всех дорожек

Старт:

- А. 100 м и 100 м с препятствиями
- Б. 110 м с препятствиями
- В. 200 м
- Г. 400 м и 400 м с препятствиями
- Д. 800 м
- Е. 1500 м
- Ж. 3000 м с препятствиями
- З. 5000 м
- И. 10 000 м

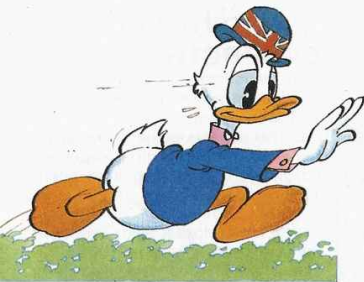
АБСОЛЮТНАЯ СКОРОСТЬ

На «абсолютную скорость» соревнуются только в беге на 100 и 200 м.

В этих соревнованиях атлеты добиваются наибольших скоростей потому, что усилия длятся всего 10-20 секунд. В беге на 200 м на первой половине дистанции спортсмены показывают скорости большие, чем в беге на 100 м. Реакция атлета на звук выстрела стартового пистолета длится 45/100 секунды.

К счастью для бегуна, ему в спину может дуть ветер, но, если скорость попутного ветра будет превосходить 2 м/сек., рекорд, будь он поставлен, не засчитывается. Если же скорость ветра не будет выходить за пределы допустимого, то спортсмен может выиграть по 1/10 сек. на каждые ста метрах.

Соревнования в беге на 100 и 200 м проводятся на специальной дорожке, которая делится на 6-8 полос, каждая шириной в 1,22 м. Менять их во время бега атлеты права не имеют; в противном случае их дисквалифицируют. Бег на 100 м проходит на прямой дорожке. Бегуны на 200 м делают поворот, внешняя полоса беговой дорожки длиннее внутренней. Вот почему они стартуют не с одной линии: кто бежит по внешним полосам, выдвигаются на определенное расстояние вперед; таким способом выравниваются дистанции всех бегунов.



ПРЕПЯТСТВИЯ

Не существовавший в античности бег с препятствиями придумали англичане, взяв за образец конные соревнования.

Впервые бег с препятствиями был проведен на дистанции в 120 ярдов (109,72 м). Случилось это в 1864 году во время соревнований между университетами Оксфорда и Кембриджа. С тех пор сами препятствия претерпели ряд изменений.

Сегодня на стометровке для женщин устанавливаются препятствия высотой в 0,838 м; на 110 м для мужчин - высотой в 1,063 м и на 400 м - высотой в 0,914 м. Препятствия падают

при ударе силой в 4 кг. Опрокидывая препятствия, бегун тратит времени больше, нежели перескакивая через них. Поэтому сегодня, если атлет во время бега опрокинет одно или несколько препятствий, его за это не дисквалифицируют, как это делалось раньше. За нечистую работу он наказывает себя сам, теряя доли секунд.

110 метров с препятствиями

На беговой дорожке устанавливается десять препятствий. Первое - 13,72 м от старта, последнее - в 14,02 м от финиша. Расстояние между отдельными

1. 400 м с препятствиями (женщины)
2. 110 м с препятствиями (мужчины)
3. 400 м с препятствиями (мужчины)



препятствиями равно 9,14 м, которые атлет автоматически покрывает тремя прыжками. Самые лучшие специалисты в беге с препятствиями пробегают дистанцию менее, чем за 13,5 секунды; это означает, что их скорость равна 29,33 км/час.

400 метров с препятствиями

Эта дистанция тоже имеет десять препятствий. Первое устанавливается в 45 м от старта, а последнее - в 40 м от финиша. Отдельные препятствия находятся на удалении 35 м друг от друга, которое бегун преодолевает пятнадцать мощными прыжками.

Сильный американский атлет Эдвин Мозес сумел на Олимпийских играх в Монреале (1976 г.) выдержать фантастический темп, покрывая расстояние между препятствиями тринадцатью прыжками, показав конечный результат в 47,64 секунды.

Лучшие специалисты в беге на 400 м с препятствиями проходят дистанцию всего лишь на 3,5 секунды медленнее, чем бегуны на 400 м без препятствий.





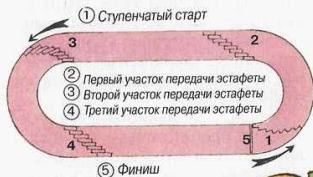
ЭСТАФЕТЫ

Эстафетная команда состоит из четырех человек, бегущих один за другим и передающих каждый в конце своего этапа товарищу по команде так называемую эстафетную палочку. Ее длина равна 30 см.

Мировые рекорды поставлены в пяти видах эстафет: 4 x 100, 4 x 200, 4 x 400, 4 x 800, 4 x 1500 м.

Олимпийскими дисциплинами являются только эстафеты 4 x 100 и 4 x 400, поэтому к остальным обращаются редко.

Передавать эстафетную палочку где заблагорассудится бегуны не имеют права: это должно происходить на участке длиной в 20 м, отмеченном двумя полосами, нанесенными поперек бего-



вой дорожки. В эстафете 4 x 100 первый атлет передает эстафетную палочку между 90-м и 110-м метрами, считая от старта; второй ее отдает третьему между 190-м и 210-м метрами, считая от старта; наконец, третий передает палочку четвертому между 290-м и 310 м, считая от старта.

Передача эстафетной палочки в неустановленных местах влечет за собой дисквалификацию команды, что, впрочем, случается довольно часто. В эстафете 4 x 100, когда команда владеет хорошей техникой (умение передавать эстафетную палочку вытянутой рукой и на всем ходу; согласованность действий во времени и так далее), конечный результат может быть на 2,5 секунды лучше, чем сумма лучших показателей всех членов команды. Вот почему четыре бегуна, каждый из которых способен преодолеть 100 метров за 10 секунд, в случае отлично проданных передач могут остановить секундомер на отметке 37,5 сек. В эстафете 4 x 400 дей-

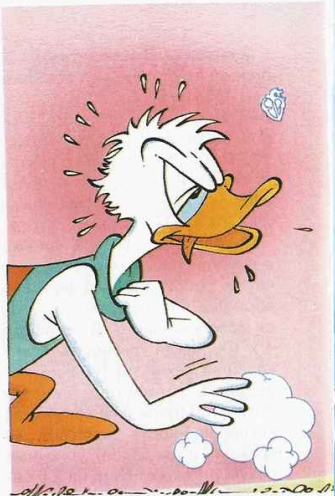
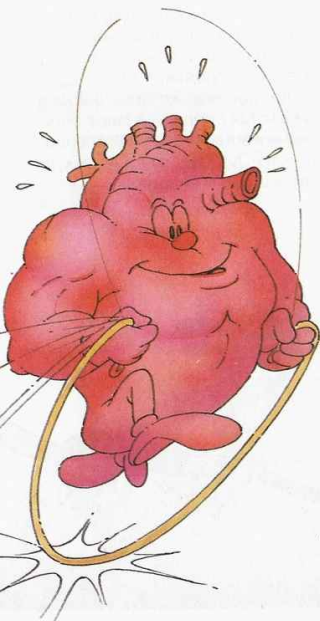
ствуют те же правила: здесь имеется три участка передачи. Поскольку все этапы имеют длину в 400 м, передача палочки происходит постоянно в одном и том же месте.

Если в эстафете 4 x 100 команды бегут каждая в своей полосе, то в остальных эстафетах требуется это делать только на первом отрезке и на первых ста метрах второго этапа.

После первых 500 метров атлеты могут бежать друг за другом; это значит, что они могут занимать внутреннюю полосу беговой дорожки.

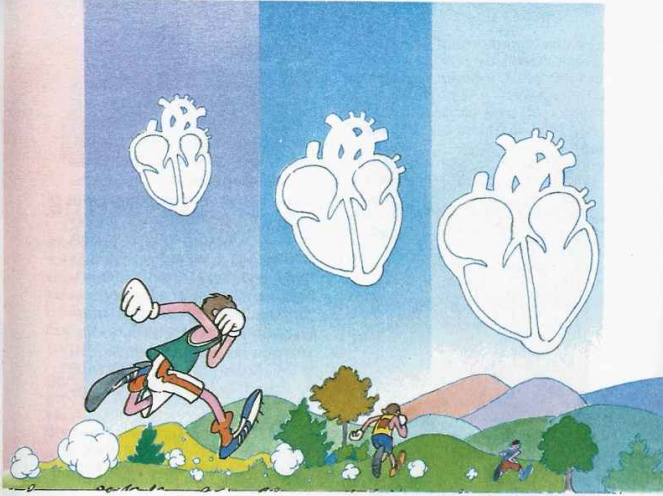
Американцы, которые сегодня являются лучшими в мире бегунами в эстафете 4 x 400, преодолевают дистанцию за 44 секунды каждые 400 метров.





ДЛИННЫЕ И СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ

Бег на длинные дистанции (свыше 400 м) основывается, главным образом, на выносливости, чем отличается

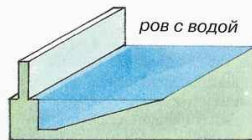


от спринта (100 и 200 метров), где все держится прежде всего на умении мощно стартовать. Вот почему для бегунов на длинные и средние дистанции необходима соответствующая тренировка, базирующаяся на развитии выносливости (при постоянной скорости и нагрузке). Во время бега в работу включается множество мышечных групп, требующих усиленного поступления кислорода, необходимого для их функционирования. На длинных и средних дистанциях величина кислородного «пайка» должна быть постоянной. Кислород разносится по организму

выталкиваемой сердцем кровью. Таким образом, чем выше уровень сердечной деятельности, тем лучше достижение спортсмена. Нормальный ритм работы сердца у человека в состоянии покоя равен 70 - 80 ударам в секунду, у атлета пульс равен 50-60 сокращений в минуту, а в некоторых исключительных случаях он может опускаться до 40 (как зафиксировано у чемпиона по велоспорту Фауста Коппи и прославленного альпиниста Рейнольда Месснера).

40 KM КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Видов тренировок, позволяющих увеличить производительность сердца, уменьшить число его сокращений и одновременно развить сеть капилляров, этих тончайших кровеносных сосудов, по которым кислород поступает в мышцы, существует великое множество. Лучшие бегуны на средних дистанциях ежедневно пробегают сорок и более километров по ровной местности в комбинации со спринтом, ходьбой, бегом в гору, и с горы.



35 ПРЕГРАД

Со спортивной точки зрения состязания в беге на средние дистанции являются самым притягательным зрелищем из всей атлетической программы. Здесь не обходится без острой тактической борьбы и постоянных изменений на трассе.

Бегуны на 800 м первые 100 м бегут каждый по своей полосе (после ступенчатого старта), а затем уходят на внутреннюю полосу беговой дорожки.

В беге на 1500, 5000 и 10 000 метров старт берется на повороте, чтобы спортсмены, стартующие на внешних полосах, находились на таком же удалении от финиша, как и их соперники, бегущие по внутренним полосам.

Бег с препятствиями на 3000 м (единственное состязание

на средней дистанции с препятствиями) в своем окончательном варианте появился в 1954 году. Он предусматривает преодоление 35 преград, стоящих в 80 м друг от друга: 28 препятствий по 0,914 м высотой и 7 препятствий с находящимися за ними рвами с водой шириной в 3,66 м и глубиной в 0,76 м.

В этом соревновании бегунам разрешено вставать на препятст-



вия и помогать себе руками.

Лучшие специалисты в этом виде спорта проходят дистанцию за 8 мин. 10 сек., то есть бегут со скоростью около 22 км/час.

Рекордное время, показанное на средних дистанциях таково:

- 1500 м - менее 3 мин. 30 сек. (приблизительно 27,2 км/час);
- 5000 м - менее 13 мин. (приблизительно 23 км/час);
- 10 000 м - менее 27 мин. 20 сек. (около 22 км/час).



МАРАФОН: ЛЕГЕНДАРНЫЙ БЕГ

13 сентября 490 г. до н. э. тысячи персидских воинов под предводительством Дария Великого высадились на Аттическом полуострове неподалеку от города Марафон, что в 40 с небольшим километрах от Афин.

Десять тысяч голлитов (латинское; пеших ратников античной Греции) афинского войска, предводительствуемого Мильτιάдом, напали на персов, окружили их и нанесли им сокрушительное поражение.

После сражения полководец призвал к себе одного из своих воинов, именем Фейдиппид, известного как недожирный бегун, и приказал ему бежать в Афины, сообщить согражданам об одержанной победе. Фейдиппид снял с себя оружие, латы и побегал. Покрыв расстояние между полем

битвы и Акрополем, он упал и на последнем издыхании проговорил: «Мы победили!» Вот так название города Марафон попало в анналы истории.

Однако следует обратить внимание на то, что в сравнительно подробном рассказе о Марафоне, оставленном нам греческим историком Геродотом, о Фейдиппиде и его героическом беге нет ни слова. Геродот родился через шесть лет после той великой битвы, и участники ее еще были живы. Подробности тех событий историк мог бы узнать от них.

Сегодня распространено мнение, что поводом для учреждения самого знаменитого вида олимпийского состязания послужил

рассказ, рожденный воображением некоего поэта, появившегося на свет через несколько лет после сражения.

Марафон в программу античных Олимпийских игр, первые из которых состоялись за три века до знаменитой битвы, само собой разумеется, включить быть не мог.

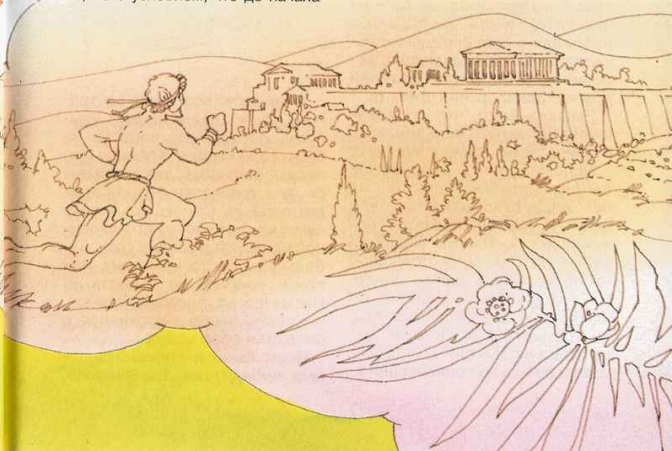
Включить этот «сумасшедший» бег в первые Олимпийские игры, состоявшиеся в Афинах в 1896 году, не входило и в намерения Пьера де Кубертена. Мысль предложить нынешним атлетам испытать себя на легендарной дистанции подсказал барону французский литератор Мишель Брель. Пьер де Кубертен колебался. Тогда еще никому не было известно, какую нагрузку способен выдержать человеческий организм, зато все помнили о смерти печально знаменитого Фейдиппиды.

Наконец де Кубертен согласился, но с условием, что до начала

Олимпийских игр, которые должны были состояться в период между 4 и 15 апреля 1896 года, будет проведено небольшое испытание.

В феврале, за два месяца до начала Олимпиады, в 8 часов утра из Марафона в Афины побежали два добровольца. Через четыре часа к финишу пришел лишь один, да и то в довольно жалком состоянии. Так впервые через двадцать три столетия после легендарного Фейдиппиды были преодолены бегом 42 км, отделяющие Марафон от Афин.

В спортивных отчетах имени того первого современного марафонца не значится. Мы даже не знаем, сумел ли тот атлет доказать, осуществимо ли вообще это фантастическое испытание. Однако из осторожности было решено сорокадвухкилометровую дистанцию сократить до 40 км.



ОТ ЛЕГЕНДЫ К СОВРЕМЕННОСТИ

Олимпийские забеги на марафонские дистанции, если и не стали легендарными, как в случае с Фейдиппидом, тем не менее все как один вошли в историю и спортивные хроники. Начнем с первого забега, после многих попыток проведенного в Афинах.

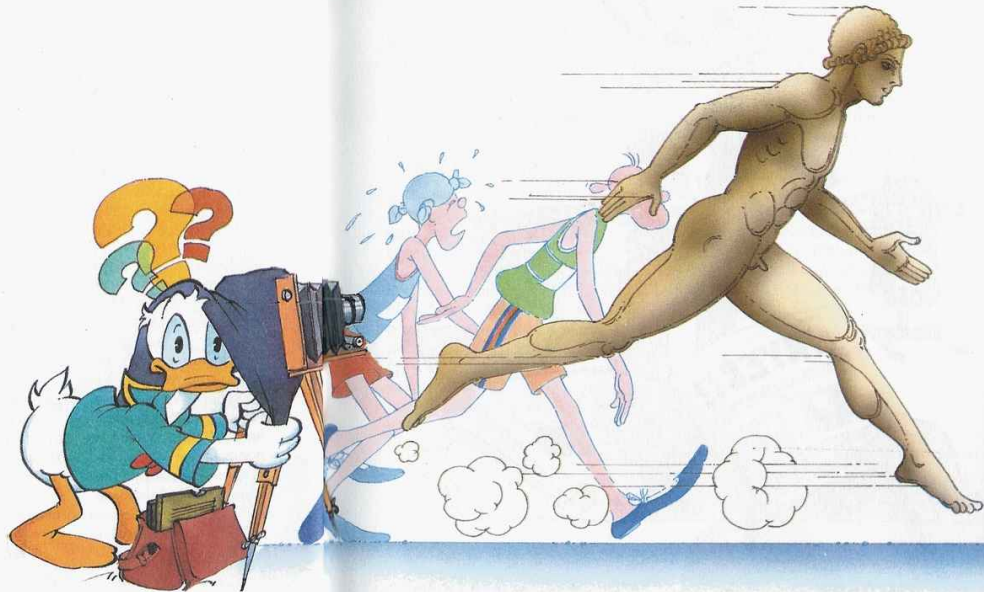
9 апреля 1896 года почти тридцать спортсменов прибыли в Марафон, где им предстояло брать старт. Метеослужба прогнозировала на следующий день ужасную жару.

Некоторые из них тайно покинули Марафон и возвратились в Афины, не желая принимать участие в авантюре, которая могла закончиться так же печально, как двадцать три века назад.

10 апреля в 14 часов на дистанцию вышло двадцать пять человек. Прозвучал выстрел из пистолета, и они не торопясь побежали в сопровождении эскадрона военной кавалерии, велосипедистов и обладателей других транспортных средств.

Рассказывают, что попадавшиеся им на пути женщины кристлись, боясь самого худшего.

Первые десять километров бегуны держались вместе, но вот лидерство взял на себя француз Альбэн Лермизье, получивший бронзовую медаль в забеге на 1500 м, состоявшемся несколькими днями ранее. На марафонской равнине он имел явное преимущество. Увы, на тридцатом километре, израсходовав все силы, он вдруг упал и выбыл из соревнования.



Тогда забег возглавил австралиец Флек, олимпийский чемпион, победитель забегов на 800 и 1500 метров. Когда до финиша оставалось два километра, все уверовали, что он придет первым. Однако, ко всеобщему удивлению, у него за спиной появился молодой грек, небольшого роста и никому, или почти никому, не известный. Несмотря на палящее солнце, он очень скоро поравнялся с Флеком и обогнал его.

Всем было интересно знать имя победителя. Выяснилось,

что звали его Спиридоном Луисом, что было ему двадцать один год и что по профессии он был пастухом. На стадионе, где король и толпа зрителей с нетерпением его ожидали, наступила мертвая тишина. Но вот раздался вопль безумной радости, исторгнутый шестьюдесятью тысячами глоток! Так греки приветствовали вбежавшего на стадион победителя - соотечественника.

Когда Спиридон разорвал финишную ленточку, два королевских сына, поддавшись всеобщему безумию, посадили его себе на плечи и поднесли к трибуне отца-монарха. Так греческий пастух Спиридон Луис попал в анналы истории, подобно афинскому воину Фейдиппиду. Современный спорт и Античность встретились друг с другом между Марафоном и Афинами...



ДРАМА

До наших дней сохранился целый ряд легенд об олимпийском марафоне. Главным действующим лицом наиболее удивительного и самого известного события, связанного с этим изнурительным состязанием, стал итальянский кондитер Дорандо Пьетри. Произошло все это в Лондоне, в 1908 году, когда на дистанцию длиной в 42 195 метров, отделяющих Виндзорский замок от стадиона в Уайт-Сити, вышло полторы сотни спортсменов. Первым на стадион вбежал Дорандо. Финиш уже был

виден, как вдруг ноги у итальянца подкосились, и он рухнул на землю. Тут же к нему подбежали врачи, желая оказать ему первую помощь, но бегун поднялся и, шатаясь подобно нокаутированному, пробежал еще 60 метров, но в двенадцати метрах от цели упал снова. В этот момент на стадионе показался второй марафонец, американец Джон Хейес. Один спортивный судья и кто-то из двух журналистов (утверждают, что им был Артур Конан Дойл, «отец» Шерлока Холмса) сочувствуя Дорандо, подошли к нему и помогли

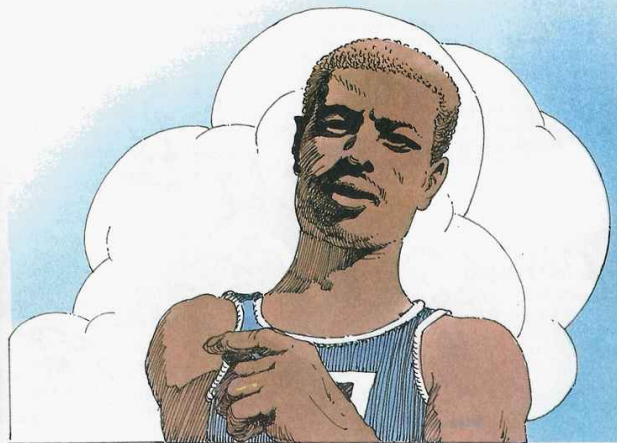
встать, так как Хейс, который тоже был на пределе сил, медленно приближался к финишу. Пьетро с помощью арбитра пересек финишную прямую, существенно опередив американца.

После длительного обмена мнениями, судьи постановили итальянца дисквалифицировать, ибо он явно воспользовался «чужой помощью».

Это событие произвело сильное впечатление и на зрителей: английская королева объявила о своем намерении вручить Дорандо свой собственный приз (точно такой же золотой кубок, какой выиграл американец), а некий спортивный клуб начал кампанию по сбору пожертвований в пользу итальянца.

ОТЛИЧНО! ЕЩЕ РАЗ!

Первым спортсменом, дважды победившим в марафоне, был эфиоп Абебе Бикила. Сначала он одержал верх в Риме, в 1960 году, а во второй раз - в Токио, в 1964 году. До сегодняшнего дня его успех сумел повторить только немец Цирпински, который получил олимпийскую медаль два раза подряд: в Монреале в 1976 году, и в Москве в 1980 году.



ПРЫЖКИ

Прыжки в длину

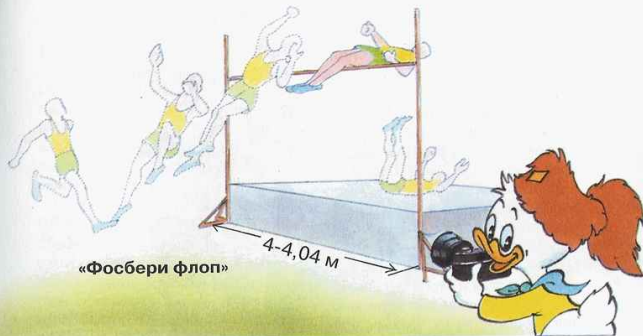
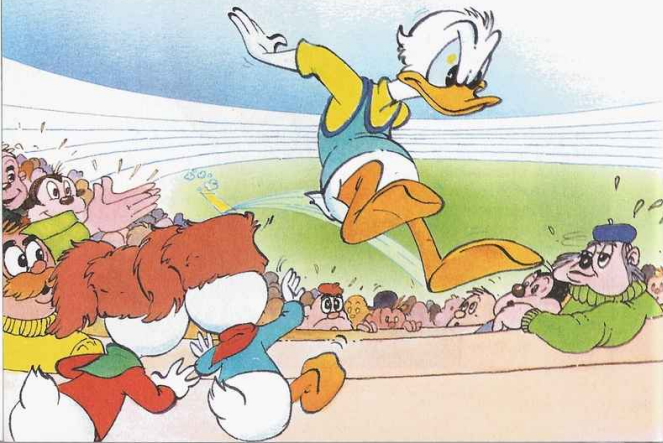
Прыжки в длину - поприще sprintеров. В этом виде состязания именно скорость превращается в прыжок, производящийся за счет отталкивания от положенной поперек дорожки специальной доски. Чем быстрее бежит атлет, тем дальше он прыгает.

Все хорошие sprintеры могут стать хорошими прыгунами в длину, если освоят технику прыжка. А она со времени возникновения современных состязаний изменилась мало.

В 1896 году лучшим достиже-

ем был показатель 6,34 м. Восьмиметровый рубеж первым преодолел в 1936 году чернокожий американец sprintер Джесси Оуэнс, прыгнувший на 8,06 м.

Через тридцать лет, в 1968 году в Мехико, уже другой американский негр по имени Боб Бимон, благодаря исключительным и неповторимым условиям, сложившимся из отличной техники прыжка и попутного ветра, дувшего с допустимой силой и предусмотренной правилами высоты над уровнем моря, «пролетел» свои фантастические 8 м 90 см. В 1991 году потрясающий рекорд установил Майк Пауэлл, прыгнув на 8 м 95 см.



«Фосбери флоп»

Прыжки в высоту

Прыгая в высоту, атлет должен перелететь через рейку треугольного сечения (со стороной в 30 мм), положенную на две опоры (каждая шириной в 4 см), укрепленные на двух стойках, расстояние между которыми равно четырем метрам. Прыгун может рейку коснуться (ее максимальный вес равен 2 кг), но так, чтобы она не упала, в противном случае прыжок засчитан не будет. По ту сторону планки кладется смягчающий приземление мат.

В процессе становления этой спортивной дисциплины выработалось несколько стилей прыжка. До 1938 года преодолевать рейку головой вперед запрещалось. Сегодня к прыгунам предъявляется одно требование: отталкиваться от земли только одной ногой. Сальто с отталкиванием двумя ногами одновременно тоже не разрешено.

Двухметровый рубеж был впервые преодолен в 1912 году, когда американец Хорайн прыгнул выше 2,01 м стилем, который затем получил его имя. В 1936 году другой американец, Албриттон, пре-

одолеет высоту в 2,07 м новым, более совершенным стилем, названным «боковым катком». В 1968 году их соотечественник Фосбери поставил новый рекорд: 2,24 м, - используя революционную технику, при которой высота берется в положении спиной к планке, технику, с тех пор называемую «фосбери флоп».

В истории прыжков в высоту известны и люди нечестные... В 1924 году олимпийский чемпион, американец Харольд Осборн пригнул планку к стойкам, чтобы она не упала.



Поэтому теперь подпорки планки крепятся на стойках так, чтобы мощничество подобного рода уже не было возможным.

Для взятия очередной высоты всем спортсменам дается по три попытки. Если рекордную высоту преодолело несколько прыгунов, победителем считается тот, кто израсходовал попыток меньше остальных. Когда все прыгают одинаково, первое место отдается тому, кто допустил минимум ошибок. Когда и этого оказывается недостаточным для определения победителя, то таковым объявляется спортсмен, прыгнувший меньше раз, чем его соперники; в противном случае атлеты классифицируются равно.

Тройной прыжок

Название этого прыжка говорит само за себя. Прыжок же состоит из трех последующих элементов: из отталкивания, шага и прыжка как такового. Прыгун должен, оттолкнувшись, приземлиться на ту же ногу (отталкивание), еще раз



оттолкнуться ею и приземлиться на другую (шаг), далее оттолкнуться этой ногой и приземлиться на обе ноги (прыжок). Результат не будет засчитан, если спортсмен при отталкивании коснется земли «неправильной» ногой.

Первым современным олимпийским чемпионом в этой дисциплине стал американец Коннолли, который в 1896 году прыгнул на 13,71 м. Сегодняшние прыгуны «улетают» более, чем на четыре метра дальше.

Прыжок с шестом

Правила прыжка с шестом в основе своей те же, что и в прыжках в высоту. Разница только в том, что прыгун преодолевает планку с помощью шеста, который держит двумя руками и вставляет в специальное отверстие, имеющееся прямо под рейкой.

Современные прыжки с шестом и более ранние почти не поддаются сравнению. Первоначально шесты изготовлялись из прочного, упругого дерева, чаще всего из ясеня. В 1908 году появились шесты бамбуковые, которыми пользовались непродолжительное время после мировой войны. Металлические шесты стали применяться с 1948 года. В 1959 году появились шесты из стеклоламината, которые, действуя как настоящие катапульты, коренным образом изменили характер этой спортивной дисциплины.

При переходе от шестов деревянных к бамбуковым результаты изменились так: 3,60 м в 1900 году и 4,35 м в 1948 году; с переходом на шесты металлические они изменились следующим образом: 4,55 м в 1956 году и 4,70 м в 1960 году; этот процесс с появлением стеклоламинатных шестов выглядит так: 5,00 м в 1962 году и 6,10 м в наше время.

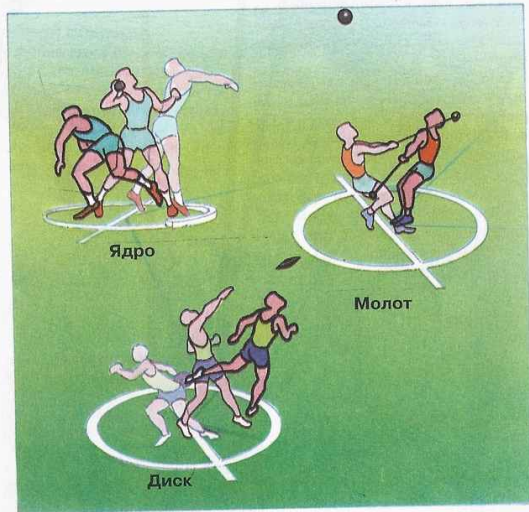


МЕТАНИЕ

Толкание ядра

Толкание ядра заключается в том, чтобы забросить как можно дальше металлический шар, весящий 7,257 кг. Спортсмен совершает это упражнение, находясь в круге диаметром в 2,135 м. Чтобы толчок был засчитан, надо послать снаряд в полукруглый сектор с углом развортки в 40° .

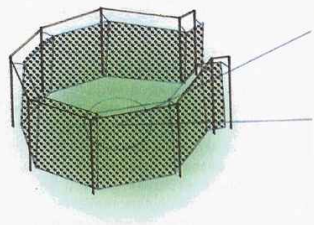
В 1896 году лучший результат равнялся 11 метрам, сегодня - 23 метрам!



Метание диска

Цель дискокбала состоит в том, чтобы, используя центробежную силу и не заступая за границу своей круглой площадки (диаметром в 2,50 м), как можно дальше кинуть диск, весящий 2 кг, имеющий радиус не менее 21,9 см, толщину в центре равную 4,40 см, а на краях 1,20 см. Необходимо, чтобы снаряд упал в сектор углом развортки в 40° . Американиец Ал Эртер - автор уникального достижения в истории Олимпийских игр: он стал рекордсменом четыре раза подряд - в 1956 г. (Мельбурн), в 1960 г. (Рим), в 1964 г. (Токио) и в 1968 г. (Мехико).

Сегодня лучшие дискокболы закидывают диск за отметку 70 м. В 1916 году рекордный показатель равнялся 48 м.



Круг для метания молота

Поскольку сегодня молотометатели добрасывают свой снаряд почти до отметки 80 м, организаторы подумывают об увеличении его веса или укорачивании стального троса, что позволило бы уменьшить дальность полета и тем самым продлить жизнь этого вида спорта на стадионах.

Метание молота

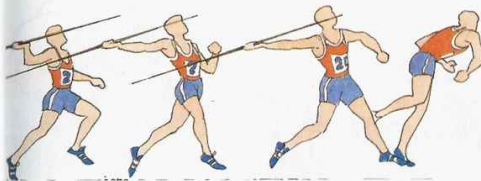
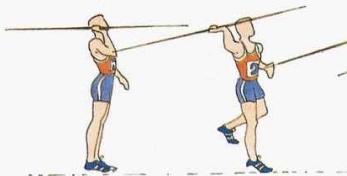
Чтобы добиться наилучшего результата в этом виде спорта, атлет должен и здесь использовать центробежную силу снаряда, называемого молотом, но являющегося железным шаром, подвешенным



на стальной трос длиной в 1,22 м (общий вес равный 7,260 кг.). Как и в случае толкания ядра, метание молота совершается в специальном круге диаметром в 2,135 м, огороженном сеткой, назначение которой - уберечь от неприятной случайности как судей, так и зрителей. Точно так же, как и ядро или диск, молот должен упасть в сектор с углом равным 40° .

Метание копья

Сделанные из дерева или легкого сплава, копья имеют длину, равную 2, 70 м и весят 800 гр. Центр тяжести спортивного копья находится в первой половине его длины, а именно на расстоянии 0,80 м - 1,10 м от острия; в противном случае при падении оно не воткнется в землю. Дистанция разбега ограничена 36,5 метрами. Бросок осуществляется одной рукой, поднятой над соответствующим плечом. Он не будет засчитан, если копье не попадет в сектор или не вонзится острием или вообще не оставит необходимого для судей следа. Лучшие копьеметатели добрасывают свой снаряд почти до 96 м. Вот почему, как в случае с молотом и (в ближайшем будущем) с диском, придется его утяжелять, чтобы сократить расстояние полета.



ями. Женское соревнование в семи дисциплинах называется семиборьем (прыжки в длину и высоту, бег на 100 м с препятствиями, бег на 200 м и 1500 м, толкание ядра и метание копья).

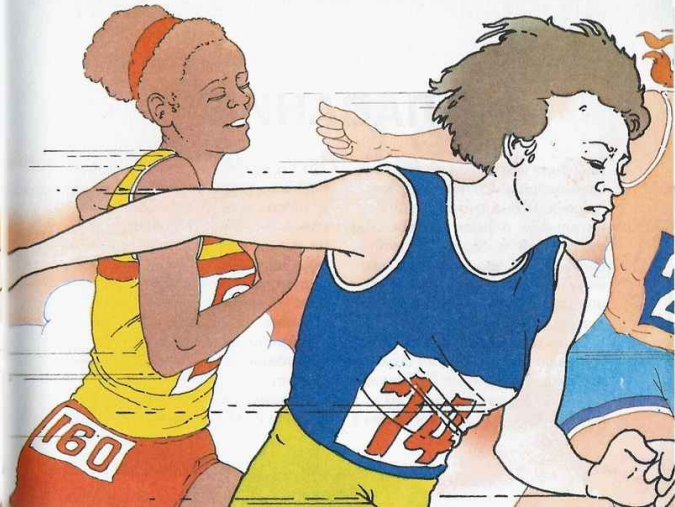
Сегодня женщины бегают заметно быстрее, чем мужчины в первые годы нашего столетия. Например, советская спортсменка Людмила Брагина в 1976 году пробежала 3000 м за 8 минут и 17,1 секунды, что равно мужскому мировому рекорду, державшемуся до 1926 года. Тогда в этой дис-

циплине первенствовал швед Эдвин Виле, результат которого был на пять сотых секунды хуже.

В последние годы женские рекорды приблизились к мужским, и все же с ними никогда не сравняются, так как женский организм не столь мощен, как мужской.

ЖЕНЩИНЫ МУЖЧИН НЕ ДОГОНЯТ, НО...

Женская атлетика впервые появилась в олимпийской программе в 1928 году в Амстердаме. Женщины соревнуются почти во всех мужских дисциплинах, кроме бега на 3000 м с препятствиями, а также прыжков с шестом и метания молота. Мужской забег на 110 м с препятствиями у женщин на десять метров короче. С 1984 года женщины принимают участие в таких ранее сугубо мужских соревнованиях, как марафон, спортивная ходьба, бег на 5000 м, на 10 000 и забег на 400 м с препятствиями.





ПЛАВАНИЕ

Плавание в программах античных Олимпийских игр не значилось. В древности оно считалось дополнительным элементом военной подготовки и просто полезным физическим упражнением, но к нему не относились столь серьезно, чтобы включать в разряд видов соревнований.

Однако заслугой наших предков является то, что уже с самых первых олимпийских соревнований в плавании, состоявшихся у мужчин в 1896 году, а у женщин в

1912 году, эта дисциплина оказалась в ряду наиболее популярных и интригующих. Все бассейны (точнее их водные поверхности), на которых проводятся крупные официальные соревнования, должны соответствовать следующим нормам:

длина: не менее 50 м;

ширина: не менее 21 м;

глубина: 1,80 м (для Олимпийских игр);

дорожки: восемь дорожек шириной в 2,50 м каждая; обозначен-

ны целью поплавок, а также цветными полосами на дне бассейна;

вода может быть пресной или соленой и иметь температуру не ниже + 24° по Цельсию.

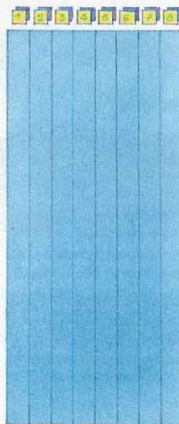
Кроме пятидесятиметровых бассейнов, существуют «ванны» длиной в 25 м и в 33,33 м, считающиеся пловцами более выгодными из-за большего количества поворотов (каждый поворот дает выигрыш в полсекунды, так как пловец отталкивается от стены бассейна ногами). Вот почему с 1957 года регистрируются как мировые только те рекорды, которые устанавливаются в пятидесятиметровых бассейнах.

ИЗМЕРЕНИЕ ВРЕМЕНИ

На крупных соревнованиях электронные часы измеряют время

тысячными долями секунды. Третье десятичное число не играет никакой роли в фиксировании результатов (и даже рекордов), для которого достаточно сотых долей, но оно важно для классификации спортсменов. Это значит, что если два пловца на одной и той же дистанции покажут время один 58,405 сек., а другой 58,407 сек., то им обоим запишут 58,40 сек., однако показавший 58,405 сек. будет объявлен победителем.

Благодаря современным приборам измерения времени более не доходит до протестов, которые прежде случались при фиксировании момента прихода к финишу. Теперь время каждого пловца измеряется индивидуально: он сам пускает и останавливает секундомер, сначала со стартового блока, а в конце касаясь стены бассейна.



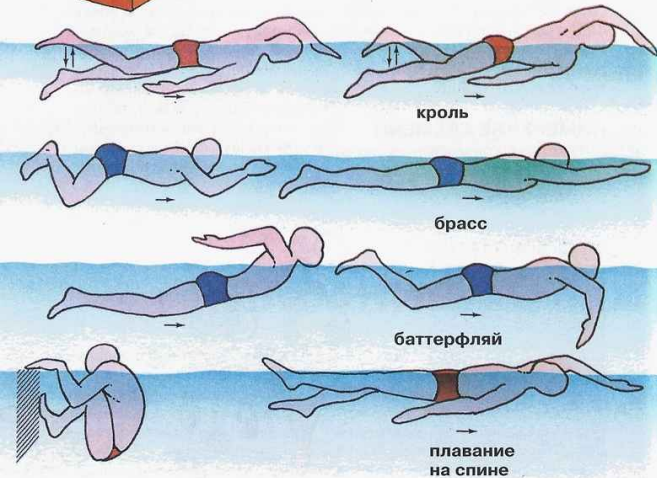


СТИЛИ

Рекомендованных для состязаний стилей плавания всего четыре: вольный, брасс, баттерфляй и плавание на спине.

Вольный стиль

В данном случае пловец волен использовать любую технику, то есть ту, которая ему более всего подходит. В принципе наиболее результативным считается «кроль», и с этим согласны все «вольно плавающие».



Плавая этим стилем, спортсмен движется вперед в погруженном положении, попеременно поднимая и опуская руки в воду, одновременно двигая вверх-вниз вытянутыми ногами.

Брасс

При этом стиле совершаются следующие движения (см. рис.)

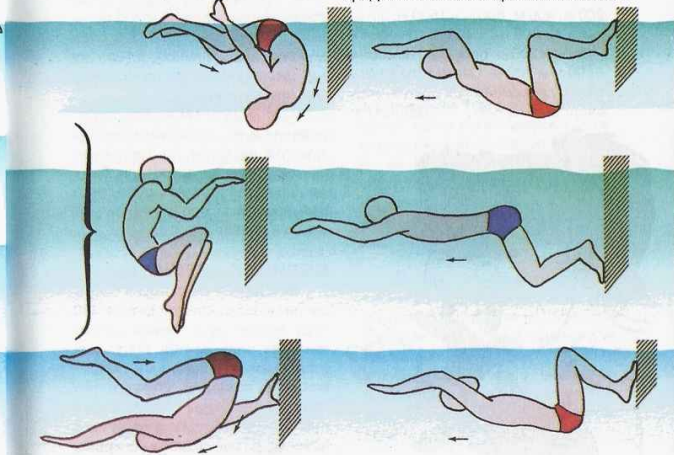
Баттерфляй (англ. «бабочка»)

Этот стиль изобрел немец Эрик Радемахер, который в 1926 году воспользовался недостаточно строгими правилами плавания брассом и, применив эту технику, ускорил темп движений, очень похожих на современные. Сегодня,

Плывание на спине

Плавая этим стилем спортсмен лежит спиной на воде в течение всего заплыва. По сути, это - разновидность кроля, кроме того, это - единственный стиль, при котором старт берут, находясь в воде; в остальных случаях пловцы стартуют, прыгая со специальных тумб, стоящих на краю бассейна.

Самым быстрым стилем плавания является кроль, за ним следуют по убывающей баттерфляй, плавание на спине и наконец брасс. Ниже даются средние величины временного отли-



плавая баттерфляем, пловец выполняет гребок руками, одновременно выбрасываемыми над водой и опускаемыми обратно; ноги же его движутся равномерно.

ча результатов плавания на 100 м тремя последними стилями в сравнении с кролем:

баттерфляй: минимум 4,5 сек.

спина: минимум 7 сек.

брасс: минимум 13 сек.

ОТДЕЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В наше время мировые рекорды установлены в семнадцать дисциплинах, как в мужских, так и женских. Эти виды спорта включены в программы Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы; исключение составляют 800 м вольным стилем (мужчины), 1500 м вольным стилем (женщины) и эстафета 4 x 400 (мужчины).

К мужским состязаниям относятся: вольный стиль - 100 м, 200 м, 400 м, 800 м и 1500 м; эстафета 4 x 200 и 4 x 400; баттерфляй - 100 м и 200 м; плавание на спине - 100 м и 200 м. Сверх того в программу включены три других, «последовательных», (одиночки:



200 м, 400 м, а также эстафета 4 x 100), когда стили сменяются каждые 50 или 100 метров в следующей очередности: баттерфляй, спина, брасс, вольный; в эстафетном заплыве порядок такой: спина, брасс, баттерфляй и вольный. То, что сначала плавают на спине, вполне понятно: невозможность стартовать с тумбы.

У женщин соревнования точно такие, как у мужчин, кроме эстафеты 4 x 100 вольным стилем, которая проводится вместо мужской эстафеты 4 x 200 вольным стилем, и эстафеты 4 x 400 вольным стилем, являющейся сугубо мужской дисциплиной, к тому же не включенной в программу Олимпийских игр.

Число отдельных видов соревнований и их продолжительность никогда не были постоянными. Трудно сказать, встретили бы в прошлом понимание современные ясность и прозрачность нынешних правил спорта.

ВЕЛИКИЕ «ДЕБЮТЫ»

● Первые сведения о состязаниях в плавании относятся к 460 году нашей эры. Некий галло-римский поэт из-под Лугдунума (современного Лондона), описывая игры варваров, уточняет, что герулы (варвары германского происхождения) победили во всех забегах, гуны - в метании копья, а франки - в плавании.

● Первой страной, где к плаванию стали относиться, как к предству воспитания и спортивной подготовки, и где были выра-



ботаны соответствующие правила, стала Япония: в 1603 году император издал указ, предписывавший проводить соревнования по плаванию между всеми школами страны, указ, действующий поныне, хотя с тех пор минуло без малого четыреста лет. Скорее всего именно в этом кроется причина того, что у японцев имеется немало пловцов мирового уровня.



● Несмотря на то, что для англичан уже прошло то золотое время, когда им регулярно доставались первые места, они по праву называются «отцами современного плавания». Первые «состязания на воде» прошли в Лондоне, где в 1837 году имелось шесть бассейнов!

● Первый международный чемпионат по плаванию был организован в Австралии, в Сиднее, 14 февраля 1846 года. В заплыве на дистанцию 440 ярдов (402, 336 м) вольным стилем со временем 8,43 минуты победил Уильям Ремне, первый пловец - «герой» во всей мировой истории.

● Первый рекорд, о котором имеются достоверные сведения, установил англичанин Уинстон Коул, который в 1871 году проплыл 100 ярдов (91,438 м) за минуту и 15 секунд.



ОТ ПЛАВАНИЯ БРАСОМ К «ОУВЕР»у

Как только плавание стало спортивной дисциплиной, спортсмены, желая плавать как можно быстрее, принялись за изучение всех возможных комбинаций руками и ногами. В 1830 году основным стилем был брасс.

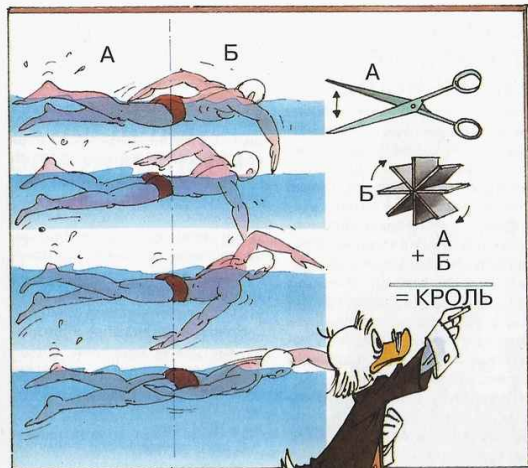
В 1840 году появился стиль «english side stroke» («английское плавание боком»): находясь в положении на боку, пловец продвигался вперед, работая руками, как в стиле «оувер», и двигая ногами вверх-вниз, как ножницами.

В 1855 году появился новый стиль, перенятый у австралийских

аборигенов, стиль, который совершил настоящую революцию в состязаниях по плаванию и продержался ряд лет. Назывался он «single over arm side stroke» (плавание боком с руками снаружи), но более известен просто как «оувер» («over»).

Первые за всю историю современного плавания пловцы осмелились вынимать руки из воды, как если бы это были весла, что дало замечательные результаты.

«Оувер» пользовался успехом у пловцов на протяжении ряда лет, и все попытки его заменить другим стилем казались тщетными.



ОТ «ОУВЕР» К КРОЛЮ

В 1875 году, путешествуя по Южной Африке, английский брассист Джон Траджин обратил внимание на своеобразный способ плавания, использовавшийся туземным населением, при котором руки выбрасывались вперед и поднимались выше головы. Этот новый стиль англичанин принес на Британские острова и дал ему свое имя «траджин».

В 1902 году знаменитые австралийские пловцы Ричард и Сидней Кейвилл обнародовали сначала в Европе, а затем в Соединенных Штатах ряд движений, к которым пришли после семнадцатилетних исследований. Они сохра-

нили движения рук стиля «траджин», но заменили обычные движения нижних конечностей серией поочередного колебания ног.

«They crawl over the water!» («Они ползут по воде!») - крикнул один из зрителей, присутствовавших на первой демонстрации.

Так родился «кроль», стиль, который, не претерпев серьезных изменений, главенствует во всех бассейнах мира по сей день.



50 МЕТРОВ! НЕ БОЛЬШЕ И НЕ МЕНЬШЕ!

Лишь в 1958 году Международная Федерация по плаванию, собравшись на съезд в Мельбурне, постановила, что рекорд может быть признан всемирным, только если он установлен в пятидесятиметровом или пятидесятипятиметровом (50,29 м) бассейне. Этим постановлением были ликвидированы многие старые рекорды (среди них все рекордные показатели в ярдовом исчислении), а также положен конец периоду неясностей и путаницы, царивших целое столетие.

В 1892 году в Великобритании были признаны действительными все рекорды, установленные во всех бассейнах, независимо от их

размеров: 20 ярдов (18,29 м), 33 ярда (30,50 м) и даже 40 ярдов (36,58 м).

На Олимпийских играх, состоявшихся в 1896 году в Афинах, соревнования по плаванию проводились в беспокойных водах моря под Пиреем. На парижской Олимпиаде 1900 года пловцы состязались в реке Сене, где был выгорожен участок длиной в сто метров, точно такой же, на каком проходили заплывы во время Олимпийских игр в Сент-Луисе (1904 г.), Лондоне (1908 г.), Стокгольме (1912 г.) и в Антверпене (1920 г.).

Впервые состязания в пятидесятиметровом бассейне, специально построенном и разделенном на несколько дорожек, прошли на Олимпийских играх в Париже в 1924 году.

С того времени все олимпийские соревнования по плаванию

проводятся в пятидесятиметровых бассейнах, оборудованных несколькими дорожками.

ТАРЗАН ВЫХОДИТ ЗА ПРЕДЕЛЫ ОДНОЙ МИНУТЫ

9 июля 1922 года: историческая дата для плавания. В этот день человеку впервые удалось проплыть 100 м вольным стилем быстрее, чем за 1 минуту. В бассейне длиной в 100 ярдов (в Амиаде) американец Джонни Вайсмюллер сумел остановить секундомер на отметке 58,6 сек. Это событие было действительно знаменательным, поскольку оно произошло при следующих обстоятельствах: в ту пору бассейны не подогревали, не обрабатывали воду и теми химическими препаратами, которые делают ее более густой и тем самым похожей на морскую; бассейны были менее глубокими; дорожки и линии на дне, сегодня помогающие пловцам двигаться прямолинейно, еще не существовали; наконец купальные костюмы, которые тогда надевали пловцы, не столько им помогали, сколько мешали.

В наше время лучшие кролисты способны проплыть ту же дистанцию на десять секунд быстрее. Что касается Вайсмюллера, то, несмотря на то, что все его рекорды уже перекрыты, он по-прежнему считается одним из величайших спортсменов-бойцов, не в последнюю очередь благодаря своей незабываемой роли Тарзана, которую с большим успехом исполнил в двенадцати фильмах.



ЮНЫЙ СУРОК НА ОЛИМПИЙСКОМ ПЬЕДЕСТАЛЕ

Самым молодым олимпийским чемпионом по плаванию является японец Кусю Китамуро, победивший в заплыве на 1500 м вольным стилем (его олимпийский рекорд равен 19 мин.12,4 сек.) на Олимпиаде в Лос-Анжелесе, в 1932 году.

Юному японскому сурку тогда удалось победить своего соотечественника Шою Макину, который был старше его на целых два года.



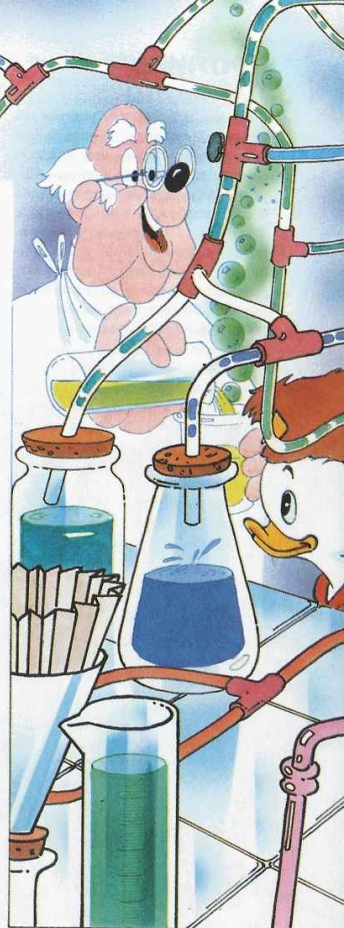
НЕСОКРУШИМЫЙ РЕКОРД

«Чемпионом чемпионов» является Ранхильда Хвегер. За период между 2 февраля 1936 года, когда она установила свой первый мировой рекорд, и 19 апреля 1942 года, когда ею был установлен ее последний рекорд, эта датчанка 39 раз победила в мировых соревнованиях по плаванию вольным стилем. Сравняться с ней и, тем более, превзойти ее не удалось и не удастся никогда никому из «водоплавающих», так как, начиная с 1948 года, было отменено 37 дисциплин, из которых 24 за один только 1963 год в ходе так называемой «большой чистки».

ВОДА ПРЕСНАЯ, ВОДА МОРСКАЯ, ВОДА... СКОЛЬЗКАЯ

Будучи сравнительно с пресной более густой, морская вода заметно облегчает пловцам их работу. Вот почему в море - при прочих равных условиях - они показывают результаты более высокие, чем в бассейнах. Средиземное море очень соленое, что обеспечивает пловцам определенную выгоду. Балтийское же море почти пресное и оттого для них менее благоприятное.

На состоявшемся в 1960 году в Риме Международном конгрессе японцы предложили, чтобы признавались действительными только рекорды, установленные в бассейнах с пресной водой. Изучив это мнение, специальная комиссия нашла его справедливым. Однако, поскольку анализа воды в бассейнах после установления рекордов не производится, в нее нередко тайком добавляют всевозможные химикаты, найденные дотошными учеными, делающие эту самую воду более «скользкой», что помогает пловцам показывать более высокие результаты.



ПРОЛИВ ЛА-МАНШ

Не все спортсмены устанавливают свои рекорды на классических дистанциях, плавая предписанным стилем в бассейнах. Нередко вид морских проливов, рек и озер возбуждает человеческую фантазию значительно сильнее. Не случайно плавание через пролив Ла-Манш, узкую протоку, отделяющую Англию от остальной Европы, считается одним из занимательнейших состязаний.

ОТ УЭББА...

24 августа 1875 года офицер Британского торгового флота, капитан Мэттью Уэбб первым переплыл пролив Ла-Манш (его ширина равна 33 км), взяв старт в Дувре (Англия) и через 21 час 45 минут ступив на берег города Кале, что во Франции.

Это достижение было повторено лишь через 36 лет после бесчисленных неудавшихся попыток. 6 сентября 1911 года завершился заплыв другого британца, Томаса Берджесса, который стартовал уже с французского берега. Что до Мэттью Уэбба, то он искал все новых и новых приключений: в 1883 году капитан попытался переплыть Ниагарский водопад и погиб.

... ДО ЭДЕРЛИ

6 августа 1926 года произошло новое потрясающее событие. Американская чемпионка Гертруда Эдерли, взяв старт в Кан-Гри-На (Франция), после изнурительного плавания достигла британского берега, потратив на это 14 часов 34 минуты.

Она стала первой женщиной, сумевшей переплыть пролив; до нее этого успеха добились всего пять мужчин, тогда как попытки сотен других смельчаков оказались тщетными. В дальнейшем плавание через Ла-Манш превратилось в классическое упражнение для пловцов-стайеров. Сотый заплыв состоялся в 1958 году. Сегодня сильнейшие пловцы умеют переплыть Ла-Манш туда и обратно без отдыха. Первым это проделал в 1961 году аргентинец Антонио Альбертандо, показав время 43 часа 10 минут. В 1985 году новозеландец Филипп Раш поставил рекорд, дважды преодолев знаменитые 33 км за 17 часов 56 минут.

Самое короткое время было показано в 1978 году. Автором этого достижения является американец

Пенни Дин. Его результат таков: 7 часов 40 минут. Одиннадцатилетний англичанин Томас Грегори владеет титулом самого молодого из всех пловцов, переплывших пролив, а его шестидесятилетний соотечественник Бертрам Батт считается самым старшим среди них.

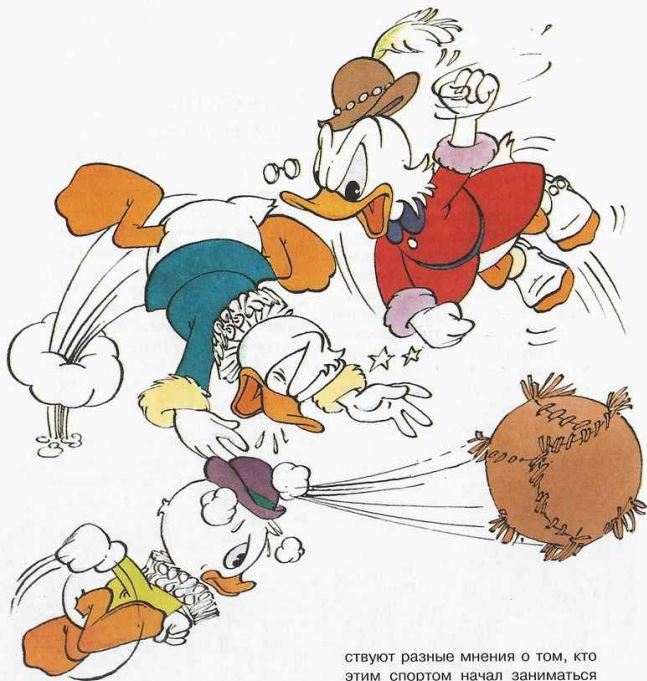
МОРСКИЕ «ТЕСНИНЫ»

Ла-Манш привлекал внимание пловцов всегда. Но он не был единственной морской «тесниной», которую они пытались переплыть. В 1947 году англичанин Том Блоуэр впервые переплыл Северный пролив, отделяющий Ирландию от Шотландии. В 1966 году индус Мигир Сенови сумел быстрее всех переплыть пролив Полка (70 км), находящийся между Индией и Шри-Ланкой, а затем Гибралтарский пролив, Дарданеллы и наконец Панамский канал. Его рекорд остается непобитым.

Другим классическим заплывом является преодоление Гибралтарского пролива и «узины» Каталины, которая отделяет остров Каталуну от Калифорнии.



ФУТБОЛ



Изобретение футбола, как считают все, принадлежит англичанам, которые первыми разработали правила этой коллективной, популярной и самой захватывающей игры на свете. Однако суще-

ствуют разные мнения о том, кто этим спортом начал заниматься раньше других, поскольку игр с мячом, родственных футболу, было много.

Среди таковых ближе всех к нашему футболу стоит «футбол флорентийский», первая игра в мяч,



уже в XV веке имевшая хорошо разработанные правила.

Команды состояли из 25 игроков, которые располагались на обширной игровой площадке в следующем порядке: 15 человек в первом ряду, 3 игрока во втором, четверо - в третьем и трое - позади всех. В ту пору играли, в основном, по такой схеме: «3-4-3-15». Во флорентийский футбол играли до 1750 года, и встречи неизменно бывали упорными и острыми.



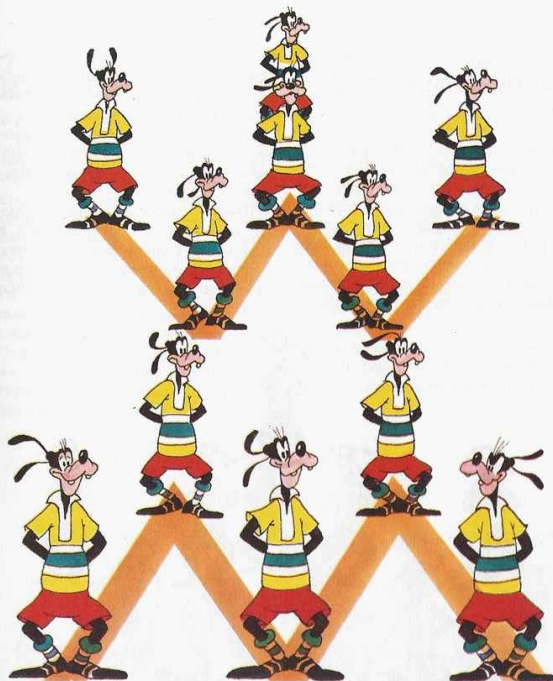


ЭТО УЖЕ НАЗЫВАЕТСЯ ТРАДИЦИЕЙ!

В Англии любимый спорт стал насаждаться во всех школах с начала XVIII века. Недостаток точных правил делал возможным самые разные варианты, что часто приводило к спорам. 26 октября 1863 года в лондонской пивной «Фри-мейн» собрались руководители семи обществ и договорились об «официальных правилах, необходимых для урегулирования игры».

Так родился современный футбол. Несколько лет спустя, в 1880 году, на стадион вышли классически составленные команды, такие, какие они затем создавались во всем мире десятки лет: вратарь, два защитника, три полузащитника и пять нападающих.

Эта схема заявляется в программе состязания и в прессе по сей день, хотя никто уже не пользуется старой классической схемой: «2-3-5».



1930 ГОД: ПОЯВЛЯЕТСЯ РЕВОЛЮЦИОННАЯ СХЕМА

Летом 1925 года ФИФА (Международная футбольная федерация) решила выработать правила о положении вне игры. До того времени правила требовали, чтобы между линией ворот и напада-

ющими находилось не менее трех игроков. По новым правилам их должно быть двое. Это изменение оказалось на руку нападающим, зато защитникам принесло много новых забот. Стремясь извлечь из новшества максимум выгоды, руководители английской команды «Арсенал» в 1930 году использовали новую тактику, названную «дубль вэ», которая вызвала на трибунах ужасный переполох.

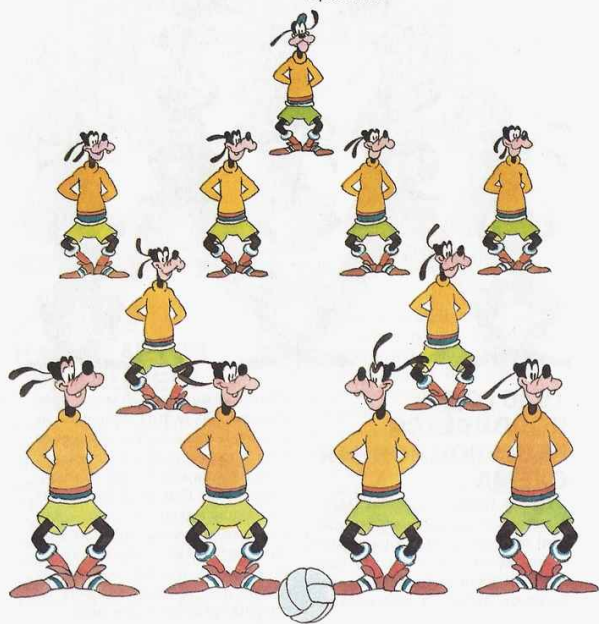
1953 год: НА УЭМБЛИ РАЗОРВАЛАСЬ БОМБА «4-2-4»

23 ноября 1953 года на прославленном стадионе Уэмбли против англичан выступила команда Венгрии в невиданном доселе составе: два центральных нападающих, два крайних нападающих, два полузащитника и четыре защитника. Венгры, введя в обиход совершенно новое и неожиданное понимание игры, характеризующейся внезапными пере-

мещениями, буквально разгромили игравшую по старой схеме «WM» английскую команду и нанесли ей первое поражение со счетом 6:3.

Система «4-2-4» отодвинула схему «WM» в область воспоминаний: личная опека была заменена зональной обороной.

Пять лет спустя, во время мирового чемпионата, состоявшегося в Швеции, эту удивительную тактику, изобретенную венграми, с успехом применила и закрепила команда Бразилии.

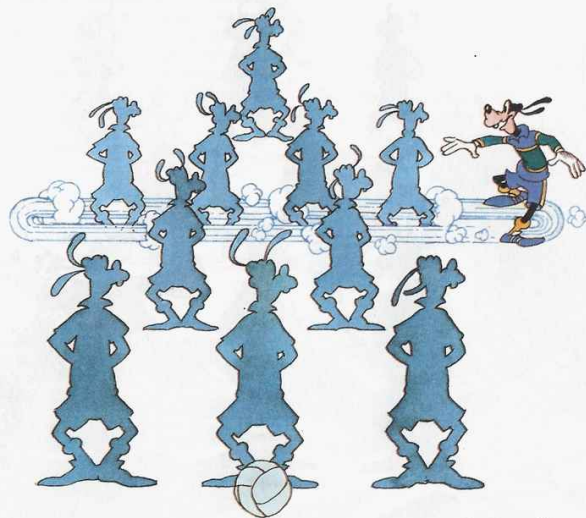


1960 год: ИЗ ИТАЛИИ ПРИШЕЛ «КАТЕНАЧЧО»

Всякое действие порождает противодействие. Видя, что все коллективы стали применять схему «4-2-4», специалисты начали задумываться о создании новой тактики. В 1960 году ответ пришел от миланского «Интера», чей тренер аргентинец Элену Эррера придумал настоящую оборонительную стенку, по-итальянски называемую «катеначчо», о которую разбили все атаки соперников. Эта схема породила новый тип игрока, так называемого «либеро свободного» (ранее носившего прозвище «чистильщика», то есть игрока,

не связанного жестким образом с выполнением оборонительной задачи). Схема «катеначчо» такова: три нападающих, два полузащитника, четыре защитника, а за ними «либеро», игрок, освобожденный от опеки противника и занимающийся «подметанием» всего обороняемого участка, затыканием появляющихся щелей и оказанием помощи товарищам по команде в трудные моменты.

«Катеначчо» и «либеро» создали тип доселе невиданный, основанный на быстрых контратаках и эффективной защите; к сожалению, игры потеряли в зрелищности, часто заканчиваясь без забитых голов или, в лучшем случае, с минимальным счетом.



ПРИХОДИТ «4-3-3» И ИЗГОНЯЕТ БЛУЖДАЮЩЕГО «ЛИБЕРО»

Компромисс между агрессивной системой «4-2-4» и более или менее оборонительной схемой «катеначчо» привел к появлению новой тактики «4-3-3», которой сегодня пользуются почти все известные команды.

Три нападающих, три защитника и

знаменитый «либеро», как никогда свободный в своих действиях. Этот «либеро», готовый поддержать защитников, в определенном смысле стал ключевым игроком команды, легко и часто совершая неожиданные набеги на ворота противника.

«Либеро» впервые появился в Италии, но самым лучшим его воплощением стал немец Франц Бекенбауэр, прозванный за свои недюжинные качества «Кайзером».

«СОКЕР»

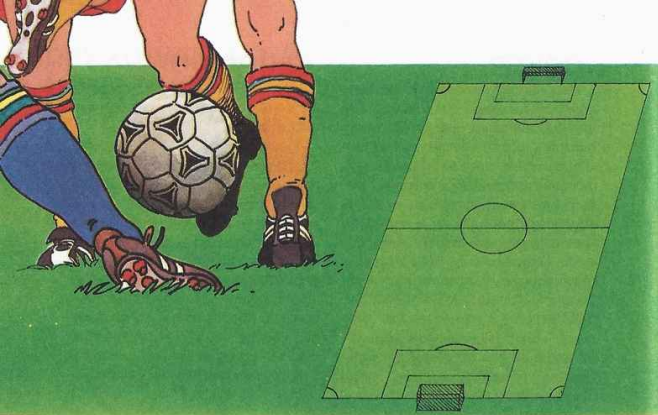
Стопроцентное английское слово «футбол» («ножной мяч»), в Великобритании, однако, не употребляется. У англо-саксов в ходу слово «сокер», являющееся сокращенной формой слова «асоусейшен», которое сначала урезали до «асок» и наконец превратили в «сокер». Главные руководители семи команд, создавшие в 1863 году свою организацию, назвали ее «Футбольной Ассоциацией» («Football Association»). Имевшемуся там слову «футбол», которое уже использовали для обозначения игры «регби» («Football rugby»), пришлось вскоре исчезнуть, чтобы не было путаницы в названиях двух различных видов спорта. Таким образом, осталось только слово «асоусейшен», которое, как было сказано выше, трансформировалось до неузнаваемости. Международная федерация этого спорта до сих пор называется так: «Federation Internationale de Football Association», или FIFA (ФИФА).

17 ПРАВИЛ

Правила игры «Футбол» включают в себя семнадцать групп норм, касающихся:

1. игровой площадки;
2. мячей;
3. количества игроков;
4. экипировки и одежды игроков;
5. судей на поле;
6. боковых судей;
7. продолжительности игры;
8. начала игры;
9. мячей в игре и вне нее;
10. голов;
11. положения вне игры;
12. фолов и грязной игры;
13. пенальти;
14. штрафных ударов;
15. вбрасываний из-за боковой линии;
16. разыгрывания игры;
17. угловых ударов, или, как говорилось раньше, «корнеров».





ИГРОВАЯ ПЛОЩАДКА

Размеры игрового поля окончательно были установлены в 1899 году. Матчи проводятся на прямоугольной площадке длиной не менее 90 м и не более 120 м, шириной от 45 до 90 м. В любом случае длина игрового поля должна быть больше его ширины.

В случае международных встреч максимальные и минимальные размеры стадиона таковы: длина от 100 до 110 м, ширина от 64 до 75 м.

Поле почти всегда покрыто травой, вместо которой может быть и шлаковое покрытие и искусственный газон, как, например, чаще всего случается в Соединенных Штатах и Канаде.

МЯЧ В СЕТКЕ ВОРОТ

Чтобы предотвратить беганье за мячом, а также споры о попадании и непопадании мяча в створ ворот, некий промышленник из Бирмингема в 1890 году предложил оснастить ворота сеткой. Первый опыт с сетью был проведен в 1891 году на встрече команд Северной и Южной Англии. Нетрудно догадаться, что матч прошел как никогда гладко. Использование сетки прижилось очень быстро и дало, помимо прочего, импульс к налаживанию специального производства, особенно в Ливерпуле.

НЕМНОГО ХРОНОЛОГИИ

1896 год

Продолжительность матча была установлена равной 90 минутам, разделенным на две сорокапятиминутки с интервалом в 5 минут. Однако в действительности встречи длятся дольше, так как судьи могут каждую игру продлить на время, необходимое по их мнению, для компенсации секунд или минут, потраченных в связи с теми или иными нарушениями, травмами и прочими несчастными случаями.

Кроме того, эти пять минут, отводимые на перерыв, начинают отсчитываться с момента, когда судьи оказываются в раздевалке. Так что, по-настоящему, перерыв между сорокапятиминутками длится четверть часа.

На юношеских соревнованиях продолжительность официальных матчей меньше: у мальчиков от 10 до 11 лет каждая половина игры равна 15 минутам; у мальчиков 11-12 лет - 20 минутам; у подростков 13-14 лет - 30 минутам; у юношей 15-16 лет - 40 минутам.

Матчи женщин состоят из двух половин по 35 минут каждая.

Сегодня судья на поле является единственным человеком, принимающим решение о необходимости наказания; в более или менее недавнем прошлом он мог наказать за грубость только тогда, когда этого требовала пострадавшая команда.

1899 год

В этом году окончательно определилась численность команд: 11 игроков. До этого она устанавлива-

лась по взаимной договоренности соперников.

Опыт показал, что играть лучше тогда, когда у команд на поле имеется по десять полевых игроков и по одному вратарю. Поскольку таким составом начали играть большую часть всех матчей, он был признан официальным и окончательным.



1913 год

Отныне вратарь имеет право касаться руками мяча только в штрафной площадке, тогда как прежде ему позволялось это делать в любой части своей половины поля.

КТО-ТО УХОДИТ... КТО-ТО ПРИХОДИТ

Если заменять игроков в ходе официальных встреч разрешается уже с 1958 года, то всемирно принятым это правило стало только в 1970 году. Так, еще на мировом чемпионате 1966 года не разрешалось никаких замен.

В наши дни команды имеют право заменять в течение игры и в любой момент трех игроков.

Создатели современного футбола, англичане, оказались последними, признавшими за командами это право; прежде случайные травмы считались у них частью игры.

Поначалу заменяли только игроков, получивших травму. Сегодня этой возможностью пользуются чаще и прежде всего из тактических соображений.



МАКСИМУМ И МИНИМУМ

Если наибольшее количество игроков ограничено числом «11», то решение играть меньшим составом зависит только от мнения национальной федерации. Однако Международная федерация постановила, что встреча может быть признанной состоявшейся только при условии, что в той или иной команде играло не менее семи человек; коли одна из команд вышла на поле в меньшем составе, матч должен быть отменен, а победа отдана «у стола» ее соперникам (если они, разумеется, сами правил не нарушили).

БОСЫМИ НОГАМИ

Распоряжений и постановлений, запрещающих футболистам играть без обуви, не существует.

Тем не менее, матч может начаться только при условии, что все игроки выйдут на поле обутыми. Однако если соперники договорятся играть босиком, то никто этому решению воспрепятствовать не может.

МЯЧ В СЕТКЕ

Перед началом игры мяч не должен весить меньше 396 граммов и больше 453 граммов. Его окружность должна находиться в пределах 68 - 71 см, а давление в надутом мяче должно равняться 0,6 - 1,1

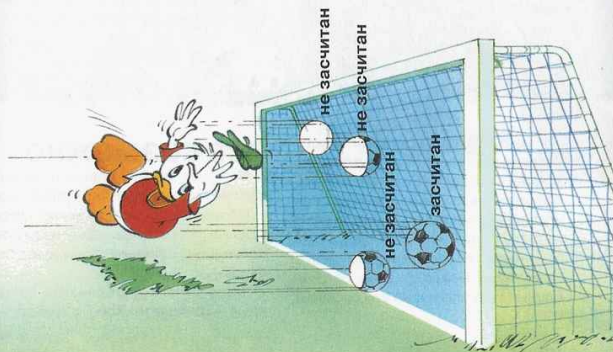
атмосферы на нулевой высоте над уровнем моря. Что касается цвета, то каких-либо предписаний относительно раскраски мячей, использовавшихся в дневных матчах, не существует. На вечерних встречах надлежит играть мячом совершенно белым или мозаичным, бело-красным. При игре на стадионе, покрытом снегом, используется мяч целиком красного цвета.

Подростки от 10 до 14 лет играют мячом меньшего размера и более легким: максимальная окружность мяча должна равняться 60 см, а его максимальный вес не должен превышать 351 грамма.

Стойки и перекладина ворот могут быть самой разной формы: и прямоугольной, и круглой, и овальной, а также изготавливаться из дерева, ме-

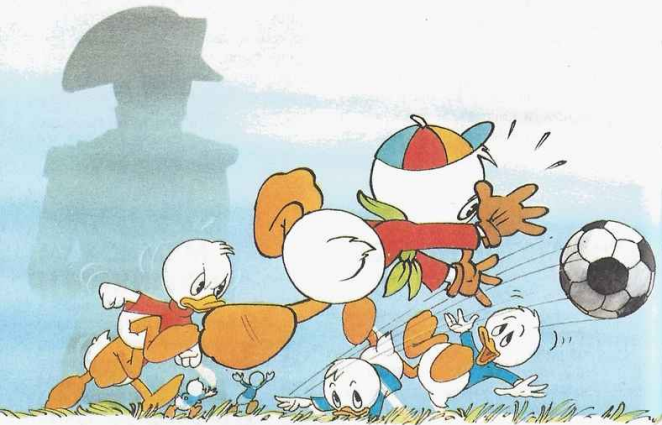
талла и прочих твердых материалов. Ширина стоек, как правило, равна 10-12 см, а ширина линии ворот должна равняться ширине стоек и перекладины. Расстояние между стойками равно 7,32 м, а между линией ворот и перекладиной 2,44 м.

Гол не засчитывается, если мяч попал в ворота, коснувшись постороннего предмета или тела (например, оказавшегося на поле зрителя, собаки, брошенной хулиганом бутылки и т. д.) Судья является участником игры, поэтому мяч, отскочивший от него и попавший в сетку ворот, засчитывается как гол. Как бы там ни было, мяч считается «голом» только тогда, когда он пересек линию ворот. Если этого не произошло, счет не изменяется.



МЕЖДУ ХРОНИКОЙ И ИСТОРИЕЙ

4 марта 1872 года во время матча «Вандерерс» - «Ройал Энджиниэрс» (со счетом 1:0 в финале встречи) игрок Крессуэлл сломал себе ключицу. Из-за этого не слишком радостного события его помнят как первого в истории футбола официально зарегистрированного игрока, получившего травму. К сожалению, его судьба стала уделом многих.



1 мая 1904 года в Брюсселе состоялась первая встреча футбольных команд Франции и Бельгии. Матч закончился ничью - 3:3. Неожданное историческое событие произошло 5 мая 1921 года, когда во время празднования сотой годовщины смерти Наполеона Бонапарта на острове Елены (куда англичане его сослали),

французская национальная команда впервые победила английскую команду.

Это происшествие получило название чуда века вполне справедливо, поскольку до того британцы неизменно одерживали верх над соперниками из-за Ла-Манша: в 1906 году они обыграли их со счетом 15:0, в 1908 году - 12:0, в 1910 году - 11:0, в 1911 году - 3:0 и наконец в 1920 году они забили им пять мячей, не пропустив в свои ворота ни одного.

ВСЕ ВОЗМОЖНО

За годы своего существования каждая команда получила прозвище. Сборная Италии, например, известна как «Squadra azzura» («Лазурная команда»); причина тому цвет их формы.

Французских футболистов называют «Трехцветными», а бельгий-

ских - «Красными дьяволами». Это прозвище, с одной стороны, объяснено своим появлением цвету формы, а с другой - дьявольской агрессивности, с какой бельгийцы нападали на голландцев во время исторической встречи в Нидерландах.

Красный цвет - цвет испанской сборной, игроков которой называют «Красными зверями», но не столько из-за цвета футболок, сколько из-за их страстного характера.

«Wunderteam» («Чудо - команда») - прозвище сборной Австрии; она его получила за необычайно результативную игру.

«Голубые» - такова кличка национальной команды Уругвая, двукратных чемпионов мира и Олимпийских игр; выходя на поле, уругвайцы всякий раз надевают голубые футболки и черные трусы.

Голландцы имеют два прозвища: «Тюльпан» - из-за традиционно выращиваемых в их стране тюльпанов, а также «Заводной апельсин»; эту кличку они получили, когда их команда демонстрировала миру полюбившуюся всем тотальной игру.





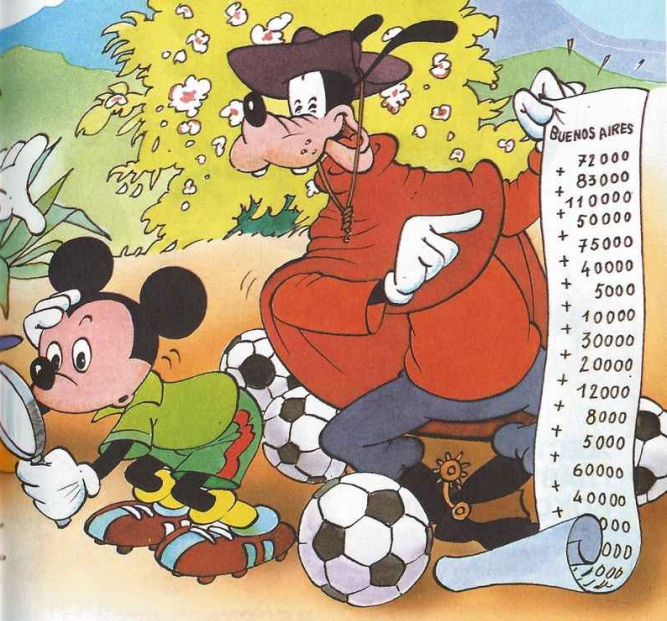
ДЛЯ МИЛЛИОНА (СИДЯЧИХ) ЗРИТЕЛЕЙ

Самым большим в мире футбольным стадионам является «Маракана», что в Рио-де-Жанейро; он вмещает 205 000 стоячих, или 155 000 сидячих зрителей.

Самым маленьким стадионам остается парижский «Парк де-Пренс», способный принять не более 55 000 болельщиков.

Городом, имеющим больше, чем

какой-либо другой, зрительских мест, считается Буэнос-Айрес. В аргентинской столице находятся семь больших стадионов, вмещающих от 70 000 до 110 000 человек, а также восемь стадионов вместимостью от 30 000 до 60 000 зрителей, плюс двадцать стадионов, имеющих в среднем по 5 000 мест. В сумме это дает один миллион зрительских мест всех категорий и цен, на радость болельщикам и... билетным кассам.



КУБКИ, ТУРНИРЫ И ОЛИМПИАДЫ

1900 год: в Париже состоялся первый футбольный олимпийский турнир. Золотая медаль досталась Великобритании, победившей Францию со счетом 4:0.

1930 год: в Уругвае был проведен первый чемпионат мира; местная команда одержала верх над Аргентиной со счетом 4:2.

1956 год: начал разыгрываться Кубок чемпионов, присуждающийся

победителям национальных чемпионатов в различных странах мира.

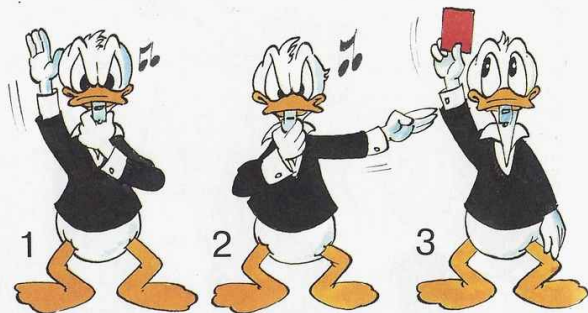
1960 год: первый год соревнования за Кубок Европы между национальными командами.

1960 год: начал разыгрываться Кубок обладателей кубков между европейскими клубами.

1971 год: вместо Международного кубка учрежден Кубок УЕФА; соревнования проводятся между определенным количеством команд, в зависимости от места, занятого в национальных чемпионатах.

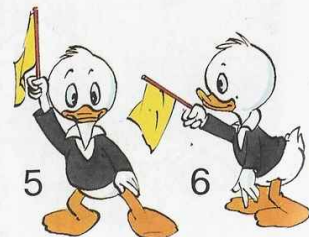
BUENOS AIRES

+ 72 000
+ 83 000
+ 110 000
+ 50 000
+ 75 000
+ 40 000
+ 50 000
+ 10 000
+ 30 000
+ 20 000
+ 12 000
+ 8 000
+ 5 000
+ 60 000
+ 40 000
+ 10 000
+ 10 000



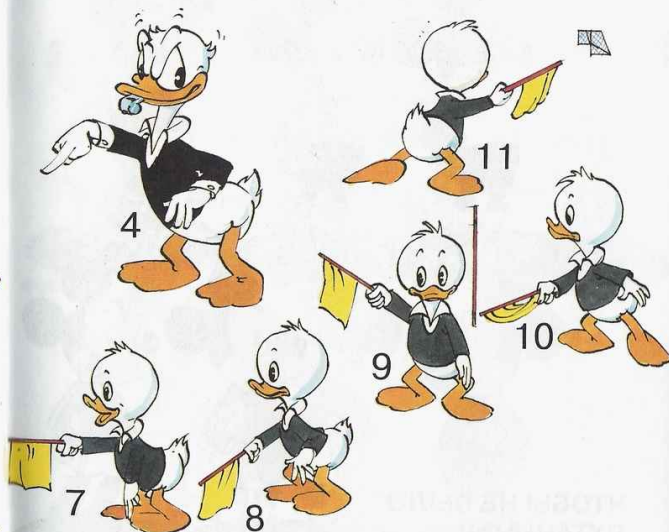
ЖЕСТЫ ГЛАВНОГО И БОКОВЫХ СУДЕЙ

1. Непрямой свободный удар
2. Штрафной удар
3. Удаление (желтая карточка - это предупреждение)
4. Назначение уголовного удара
5. Положение вне игры (по свистку судьи)
6. Положение вне игры, назначаемое на другой половине поля
7. Положение вне игры в центре поля
8. Положение вне игры на своей половине поля
9. Вбрасывание из-за боковой линии (флажок направлен в сторону ворот провинившейся команды)
10. Угловой удар (флажок указывает на колышек, от которого следует произвести удар)
11. Гол



ДЕСЯТЬ ТЫСЯЧ ЧАСОВ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ СТАТЬ ПЕЛЕ...

Если вы думаете, что у вас имеются «футбольные» способности, и хотите в этом виде спорта достичь высот, на которые поднялись Пеле, Беккенбауэр и Платини, помните, что данного природой таланта недостаточно. Специалисты говорят, что для восхождения на высшую ступень пьедестала необходимо провести в тренировках более 10 000 часов. И, разумеется, начинать надо как мож-



но раньше:

в 7-8 лет - три тысячи часов... Сначала по два часа в день, триста дней в году, на протяжении пяти лет crying;

в 12 лет - 1300 часов, по 8 часов каждую неделю, по четыре недели каждый год, в течение четырех долгих лет;

с 16 лет - более 3000 часов тренировок, 15 часов каждую неделю, четыре недели ежегодно, и так пять лет;

вам исполнился 21 год; если вы трудились в поте лица и из вас получился профессиональный футболист, это значит, что вам предстоит отработать еще 3000 часов, распре-

деленных между матчами и тренировками.

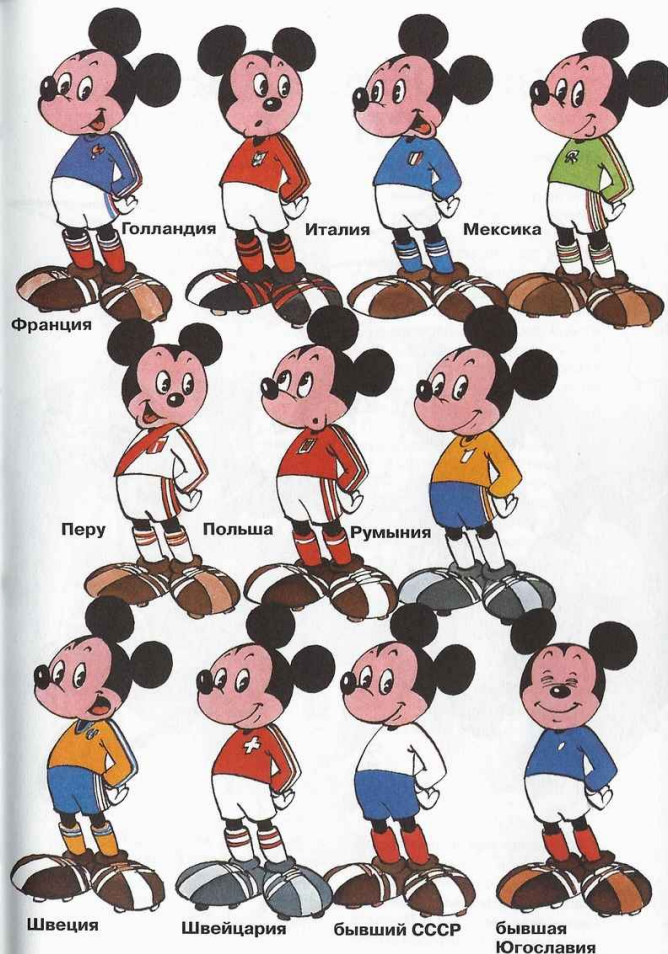
Не соскучишься! Не правда ли? Но попытаться стоит: кто знает... может, кое-кто из вас, Юных Сурков, сумеет побить рекорд великого Пеле: 1 281 мяч, забитый в официальных встречах за весь период шестнадцатилетней карьеры в «Сантосе», в команде, которую он не покидал никогда (не считая голов, забитых на показательных выступлениях и тренировках).



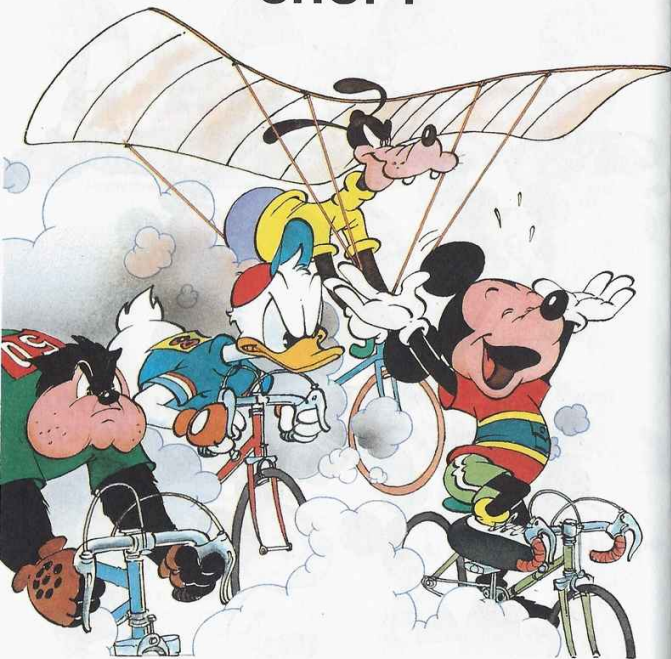
ЧТОБЫ НЕ БЫЛО ПУТАНИЦЫ!

Команда каждой страны носит свои цвета. Однако, если на поле встречаются две команды, одетые в форму похожего цвета (или таковыми выглядят на экранах телевизоров), одной из них приходится надеть другие футболки и трусы, чтобы не вводить в заблуждение судейство и болельщиков.

Раньше в таких случаях, обычно, переодевалась команда-хозяйка, соблюдая законы гостеприимства. Теперь же наоборот, считается, что форму другого цвета должна привозить с собой команда-гость. Как бы там ни было, окончательное решение о смене формы принимает судья, исходя из своих собственных соображений.



ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ



Современный велосипед, обретший свой окончательный вид в 1885 году, состоит из трехсот частей. Спортивный шоссейный велосипед весит 8-9 кг. В начале века машина, на которой высту-

пали гонщики, весила не меньше: отличный способ борьбы с ожирением!

ПРЕКРАСНОЕ ТРАНСПОРТНОЕ СРЕДСТВО

Предшественницей современного велосипеда была неуклюжая и неустойчивая машина с огромным передним колесом и



с крохотным задним.

Причина возникновения такой конструкции была одна: потребность уехать как можно дальше, всего раз нажав на педаль. Педали же были напрямую прикреплены к переднему колесу; так что расстояние, покрываемое за счет одного нажатия на педаль, равнялось окружности колеса. Чем больше она, тем дальше уезжал велосипедист. Обычно диаметр колеса 1,30 м. Французский инженер Виктор Ренар сконструировал велосипед, на котором ездить было просто невозможно, так как диаметр его переднего колеса достигал трех метров, если не более.

Период расцвета «полтораколесных» велосипедов длился почти десять лет. Первые такие машины появились приблизительно в 1837 году, а в 1884 году, когда движущую силу придумали переносить посредством цепи сначала на переднее колесо, а затем на заднее, они исчезли.

КАМЕРА ВЕТЕРИНАРА

Величайшим изобретением, совершившим революцию в велоспорте, первым воспользовался... десятилетний мальчик. Было это в 1888 году.

У сына Джона Данлопа, ветеринара-шотландца, работавшего в Ирландии, была проблема: шины колес его трехколесного велосипеда, как у всех велосипедов того времени, были очень жесткими и, следовательно, чувствительными к малейшим неровностям дороги; по этой причине они быстро изнашивались, что в свою очередь, доводило бедного мальчика чуть ли не до безумия, а его отца ввергало в новые расходы.

Папа Джон, который у себя дома делал каучуковые перчатки, думал, думал и вдруг придумал сделать большую резиновую змею, надуть ее воздухом и лентами привязать к колесам велосипеда сына. На осуществление этой идеи ушло довольно много времени, и все же счастливый день, когда Данлоп-младший поехал на велосипеде с надувными колесами, настал.

ПОБЕДИТЕЛИ ДУДУ ШАГОМ

Первые велосипедные гонки состоялись во Франции 7 ноября 1869 года на трассе Париж - Руан. Соревнования выиграл двадцатипятилетний англичанин Джеймс Мур, покрывший сто двадцатикилометровую дистанцию за 10 часов и 40 минут со средней скоростью в 12 км/час. Тисье, первый гонщик, ехавший на трехколесном велосипеде, со своими 13 часами и 30 минутами, оказался на двадцать шестом месте, а единственная на той трассе женщина, выступившая под псевдонимом «Мисс Америка», пришла в финишу двадцать девятой, показав результат 16 часов 20 минут, что соответствует средней пугетовой скорости в 7,2 км/час.

Сегодня со средней скоростью,

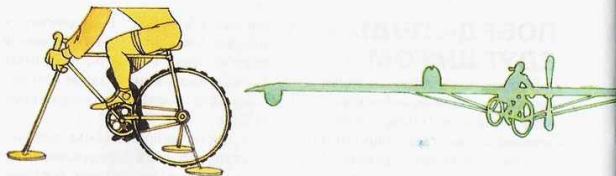
равной 7,5 км/час, передвигаются лучшие специалисты в спортивной ходьбе: такая скорость, например, была показана на трассе Париж-Страсбург, имеющей длину, равную 502 км.

К чести велогонщиков следует сказать, что уже в следующем заезде по трассе Париж-Руан, состоявшемся в 1896 году, один из его участников победил со временем в 5 часов 16 минут, что в два раза лучше результата, показанного за двадцать семь лет до того.

БЕЗ СОБАК!

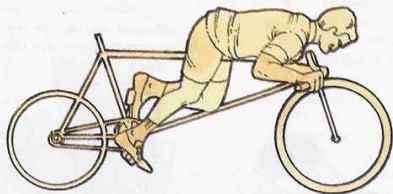
Один из организаторов заезда Париж-Руан категорически запретил спортсменам брать с собой собак, опасаясь, как бы они не использовали их как тягловую силу, превратив велосипед в некое подобие саней.





НА ЖИВОТ И НА СПИНУ

Велосипед практически не изменился с самого 1890 года. Однако многие исследователи все это время не оставляли попыток помочь гонщикам улучшить результаты посредством изменения их положения. Так, известный



спринтер Ньюпорт, воспользовавшись своим опытом инженера-авиаконструктора, построил велосипед, на котором надо было ездить, лежа на животе; увы, эта странная машина ничего хорошего не принесла.

Существенно больший успех имел появившийся в 1930 году «велокар», на котором ездить надо было, лежа на спине. На этом транспортном средстве французский велосипедист Франсис Фор за один час проехал более 50 километров, что на нормальном велосипеде еще не удавалось никому (мировой рекорд принадлежал Франческо Мосеру, который за один час про-

ехал 51,151 км).

Ища выход из сложившейся ситуации, Международная велосипедная федерация учредила категорию «особых велосипедов» и заодно запретила использование «велокаров» на обычных соревнованиях. «Велокар» же всегда отличался одним серьезным недо-

статком: на нем было очень хорошо ездить по ровной местности, но там, где рельеф был холмистый, его показатели оказывались ниже среднего.



ЭЛАСТИЧНЫЕ КОЛЕСА

Еще до того, как Джон-Бонд Данлоп изобрел надувные шины, бороться с неудобством тогдашних велосипедов пробовали многие свет-

ну фасолину из левого кармана в правый. Закончив тренировку (около шести часов ежедневно), он подсчитывал количество фасолин, переложенных из одного кармана в другой, и так узнавал длину пройденной дистанции.



лые головы. Их соперничество привело к появлению множества «эластичных шин» самых странных конструкций, которые наперебой предлагались страстным энтузиастам велосипедного спорта.

ФАСОЛЕВЫЙ СПИДОМЕТР

В 1893 году, в третью годовщину гонки Бордо - Париж, ко всеобщему удивлению, победил французский спринтер Луи Коттеро.

Готовясь к этому многокилометровому заезду, он тренировался в одном из парижских парков. Желая узнать число сделанных кругов, он наполнил левый карман фасолью. Проехав круг, Коттеро перекалывал од-

ШЕСТЬ УТОМИТЕЛЬНЫХ ДНЕЙ

Первые «шестидневные» гонки были проведены в Лондоне в 1878 году. В том заезде принимали участие одиночки, а не пары, как сейчас. Велосипедисты каждый день проводили по 18 часов в седле и 6 часов в постели... Победителем в этих изнурительных гонках стал англичанин Смит, проехавший на своем железном «коне» с накаченными до отказа пневматиками 1800 километров.

ЗНАЙ ТОЧНО

Переключаясь с помощью передачи с одной скорости на другую, ты точно знаешь, сколько метров



педа она равна 2,136 м).

3. Помножь это число на количество зубьев, имеющих на ведущем колесе, на том, к которому прикреплены педали.

4. Теперь подели это число на количество зубьев на задней шестеренке. Так ты узнаешь, сколько метров можно проехать, нажав один раз на педаль. Помня, что настоящий велогонщик пользуется передачей «52 x 13», легко сосчитаешь, сколько метров он проезжает после каждого нажатия на педаль, применив для этого следующую формулу:

$$2,136 \times 52 = 111,07 \text{ м}$$

$$111,07 : 13 = 8,54 \text{ м}$$

Самая маленькая передача (то есть наименьшая передняя шестерня и максимальная задняя) использовалась в гонках на очень высокий холм, называющийся Сарманской стеной. Преодолевая этот подъем, все гонщики перешли на передачу «40 x 28»; это значит, что они продвигались вперед едва на 3,05 м с каждым нажатием на педаль. Напротив, самое большое передаточное число «56 x 12» (9,97 м после нажатия на педаль) используется на спусках и в гонках на время.

Сегодня велогонщики имеют в своем распоряжении 24 передачи (3 больших передних шестерней и 8 малых задних), из которых 23 используются постоянно. Одновременное использование самых малых, передней и задней, неразумно, так как цепь, натянувшись до предела, рискует порваться.

проедешь, нажав один раз на педаль. Если у тебя с математикой все в порядке, то подсчитать это расстояние тебе труда не составит.

1. Измерь диаметр колеса (включая надувную шину); у гоночного велосипеда он равен 0,68 м.

2. Умножив это число на 3,14, получишь величину окружности этого колеса (у гоночного велоси-

ИСПЫТАНИЕ ГВОЗДЯМИ

Изготовители эластичных шин после изобретения надувных камер рук не сложили и, чтобы не лишиться заказчиков, с помощью прессы и рекламных бюро пустили в народ лозунг: «Пневматическую камеру можно проколоть, а эластичную никогда!» Производители надувных колес, братья Мишлен, на это ответили тем, что организовали велогонки на трассе, усыпанной гвоздями, и тем самым доказали прочность своего товара.

ДЕСЯТЬ ПАР НОГ

Две пары сильнее одной. Так родилась мысль о создании тандема. А почему бы не пойти дальше? И инженеры сконструировали велосипед для трех, четырех и даже десяти человек! Из всех подобных машин самым большим успехом пользовался простой тандем, на котором можно было не только совершать приятные



прогулки вдвоем, но и участвовать в скоростных гонках по грунтовым дорогам.

В любом случае езда на велосипедах, рассчитанных на несколько человек, требует большой согласованности, «сыгранности»... а также порядочности того, кто сидит позади всех, поскольку у него имеется полная возможность не напрягаться и предоставить выкладываться первому!





И ЖЕНЩИНЫ ТОЖЕ

Женщины тоже участвуют в велогонках, а с 1958 года вместе с мужчинами принимают участие в мировых чемпионатах, в гонках по шоссе (60 км) и грунтовым дорогам (гонки одиночек с выбыванием и спринт).

ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕЛОСИПЕД

Покупая велосипед, выбирайте тот, который соответствует вашим габаритам. Касательно высоты, поступайте следующим образом: сядьте на седло (которое должно находиться точно посреди, то есть не быть смвинутым ни вперед, ни назад), поставьте ногу на педаль и выпрямите ее. Если нога останется согнутой в колене, то это значит, что седло низковато; если же, наоборот, вы достаете педаль

носком, это означает, что оно высоковато. Что касается длины велосипеда, то ее определяют так: надо сжать руку в кулак и попытаться поместить локоть (и кулак) между седлом и рулем; если это удастся проделать без лишних усилий, то длина велосипеда считается подходящей.

ВАННА ДЛЯ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ

В ходе многоэтапных гонок, после больших нагрузок и особенно в холодную погоду велосипедисты принимают ванну с очень горячей водой, куда добавляют 500 г крупной соли и 1 литр винного уксуса, что помогает быстро восстановить силы. Но, чтобы не свариться, они сидят в ней только две минуты.



ГИМНАСТИКА

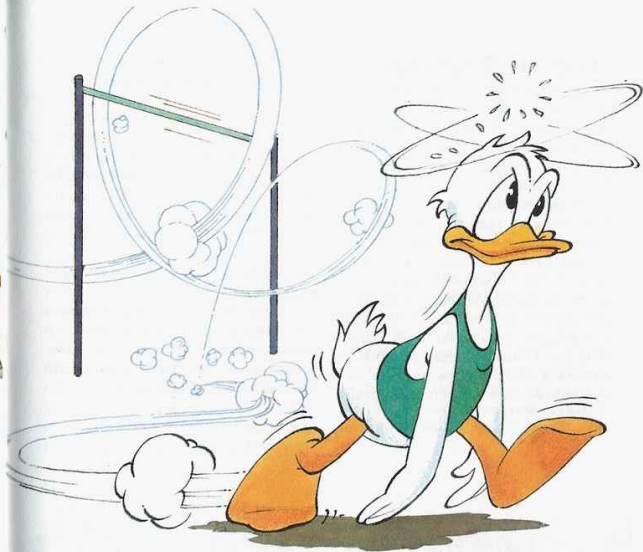


Слово «гимнастика» пришло к нам из латыни, которая его позаимствовала у греческого языка, где оно означало «голый». Действительно, в древней Греции физкультурой занимались в «костюме Адама».

Прежде чем стать спортивной дисциплиной (которая была включена в программу современных Олимпийских игр уже в 1896 году и осталась в ней по сей день, хотя и со значительными изменениями), гимнастика использовалась как средство развития и укрепления тела. Создателем спортивной гимнастики считается швейцарец Иоганн Генрих Песталоцци (1746–1827 г.). Его же называют отцом современной гим-

настики.

Гимнастика как вид спортивных состязаний существует с середины прошлого века. Особенно бурное развитие она пережила после Второй мировой войны. Сильный импульс для ее распространения дали прежде всего советские гимнасты, сделавшие ее такой, какой она известна сегодня, а именно как в высшей мере захватывающее зрелище, действующие лица которого, постоянно находясь в движении, борются с земным притяжением и выполняют целый ряд акробатических упражнений зачастую невероятной сложности.



АЗБУКА ГИМНАСТИКИ

У каждого упражнения имеются свои особые, так называемые «базовые» движения, входящие в состав гимнастической азбуки. Те, кто соединяет их вместе, «исполняют» свои комбинации на снарядах. На крупнейших соревнованиях гимнасты часто демонстрируют новые фигуры, которые в таких случаях получают имя первого исполнителя. Вот еще один способ попасть на страницы истории.

ДО СЛЕДУЮЩЕГО РАЗА

Однако далеко не все правильные с теоретической точки зрения комбинации получили практическое воплощение. Для гимнастов это означает, что для реализации их творческих способностей имеются неограниченные возможности и перспективы.

ЭТО НЕПРОСТО!

Система оценки отдельных упражнений довольно сложна, и нередко дело доходит до споров. Судейская команда состоит из пяти человек, а именно из главного арбитра и четырех помощников.

Каждый из пяти членов жюри ставит гимнасту оценки такие, какие считает нужными. Баллы, выставленные главным арбитром имеют силу только при возникновении спора между его коллегами, что мы увидим несколько ниже. Для определения общего балла, который будет сообщен гимнасту, главный арбитр отбрасывает самую высокую и самую низкую оценки и, сложив остав-

шиеся две, делит их сумму на два. Полученное частное является официальным баллом.

В случае большого расхождения в оценках главный арбитр может попросить членов жюри пересмотреть свое решение. Если расхождение осталось прежним, главный арбитр приплюсовывает свой балл к двум средним оценкам и сумму делит на три.

Как видите, все не так просто, как кажется.

Упражнения и отдельные движения официально установлены и оцениваются в соответствии с их сложностью и по таблице, приведенной на следующей странице.

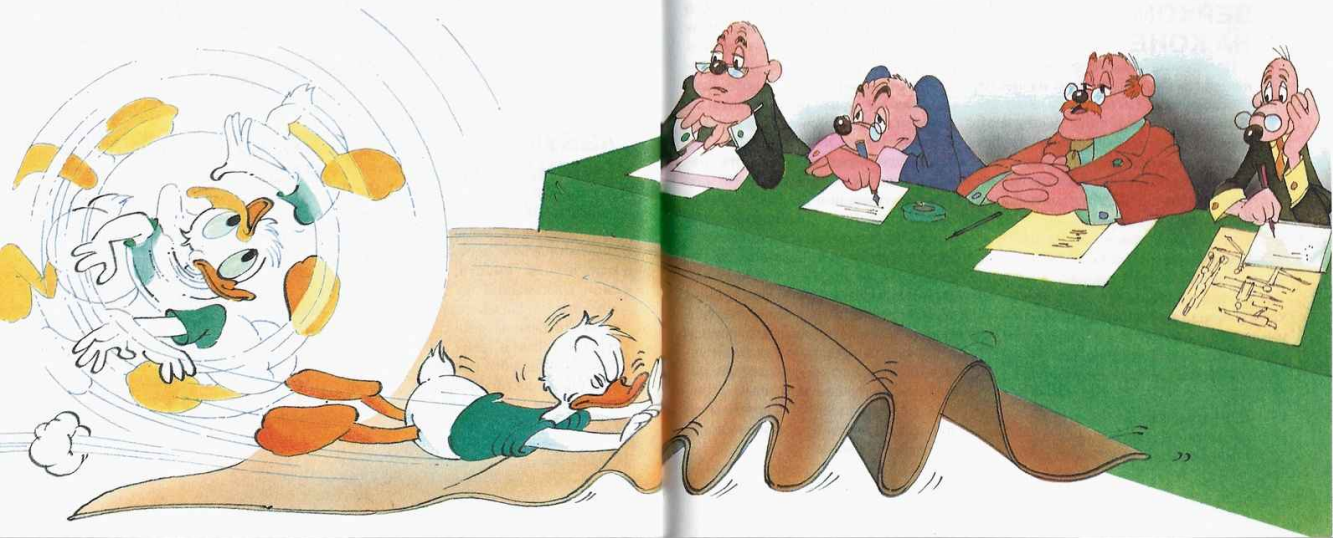
Сложность
Исполнение
Комбинация
Оценка за опасность,
завершенность и оригинальность
Общая оценка

Женщины	Мужчины
3	3,40
4	4,40
2,50	1,60
0,50	0,60
10	10

Оценивая соревнование члены жюри испытывают на себе влияние многочисленных второстепенных факторов, таких, как реакция зрителей, восторженное отношение к титулованному спортсмену-участнику, которым порой могут простить ту или иную погрешность, политические мотивы, а также очередность выступлений, определен-

ная жребием (к первым, открывающим соревнование, судьи по большей части более строги, чем к последним), и т. п.

Итак, оценка выступлений в гимнастике, где действует слишком много различных факторов, не всегда является результатом применения объективных критериев.





ВЕРХОМ НА КОНЕ

Программа мужского соревнования по гимнастике состоит из шести упражнений, у женщин - из четырех. Женщины и мужчины выступают лишь на двух одинаковых снарядах (квадратный ковер для вольных упражнений и конь для прыжков). Ниже приводится очередность выхода к снарядам:

Мужчины

- вольные упражнения
- прыжок через коня без ручек
- упражнения на коне,
- кольца
- параллельные брусья
- перекладина (турник)

Женщины

- вольные упражнения
- прыжок через коня без ручек

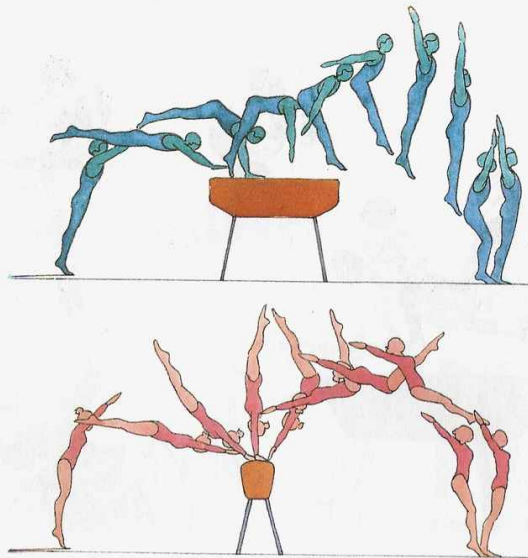
- разновысокие брусья
- бревно

Командные выступления мужчин и женщин

Вольные упражнения. Спортивным снарядом в данном случае является ковер 12 x 12 м, с мягким резиновым покрытием. Гимнаст должен использовать всю площадь квадрата, а сами упражнения должны быть гармоничными и ритмичными. Выступления женщин идут в сопровождении музыки, которую они подбирают сами для связки и согласованности элементов упражнения. Самые удачные комбинации, показанные на ковре, очень напоминают танцы, настоящие произведения хореографического искусства.

Мужчины выступают на ковре без музыкального сопровождения. В их комбинации обязательно включаются силовые упражнения, удерживание равновесия на одной ноге, равновесие на руке, очередность же элементов устанавливается ими самими.

Прыжки через коня. Высота снаряда устанавливается разной для мужчин и женщин. В первом случае она равна 1,35 м. Длина коня равна 1,63 м. Проведенная посреди снаряда черта делит его на две части, называемые «спиной» и «загравком». Дорожка для разбега имеет длину в 25 м и ширину в 1 м. Гимнаст отталкивается от подвижной доски длиной в 120 см. Современные прыжки через коня состоят из двух этапов, называемых первым и вторым полетом. Первый полет - это время между отталкиванием от доски и падением руками на коня.

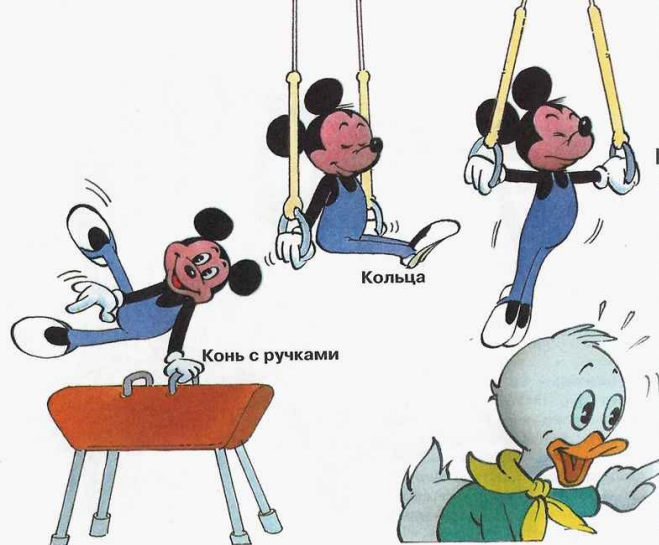


Второй полет - время между отделением рук от коня и приземлением. Мужчины перепрыгивают коня в длину. Руки к снаряду «прилипать» не должны, а лишь его коснуться, чтобы сохранить равновесие необходимое для выполнения второй фазы прыжка.

Прыжок должен быть точным, выполненным без шатаний, наклона корпуса или сгибаний ног в коленях. Потеря равновесия и падение не допустимы.

Снаряд, через который прыгают женщины, имеет такую же длину, то есть 1,63 м, но высоту меньшую: 1,20 м.

Женщины прыгают поперек коня. Что касается исполнения, то у них прыжок тоже состоит из двух этапов, двух полетов. Все участники соревнований имеют право на две попытки каждый: засчитывается результат (как в состязании одиночек, так и в соревновании команд) самой успешной, оцененной наиболее высоким баллом.



Кольца

Конь с ручками

ЧИСТО МУЖСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Конь с ручками. Этот снаряд имеет длину, равную 163 см, высоту - в 110 см, а в середине - две ручки. Комбинация состоит из обязательных фигур, исполняемых одна за другой, без перерыва. Гимнаст имеет право касаться снаряда только руками. Малейшее прикосновение другой частью тела ведет к снижению балла.

Кольца. Кольца относятся к тем гимнастическим дисциплинам, где требуется мышечная сила. Главное требование сводится к тому, чтобы

кольца, свободно висящие под потолком на тросах, во время исполнения упражнений были совершенно неподвижными.

Кольца изготавливаются из дерева; диаметр каждого из них равен 18 см. Прикрепленные к конструкции, имеющей высоту, равную 5,50 м, кольца находятся над полом на уровне 2,50 м. В состоянии покоя расстояние между ними равно 50 см.

Брусья. Успех выполнения комбинации на разновысоких брусьях основывается на умении гимнаста держать равновесие, а также на согласованности движений. Время от времени спортсмен обеими руками отрывается от брусьев, что, как ка-



Перекладина

Брусья

жется зрителям, делается чрезвычайно легко; увы, в действительности это - обязательный элемент комбинации, исполнение которого требует упорных тренировок, большой физической силы и безупречной координации движений.

Перекладина. Турник известен в Европе еще со Средних Веков; им пользовались бродячие акробаты. Выполнение упражнений на этом устройстве более всего напоминает работу цирковых «воздушных» акробатов на трапеции. Перекладина - это, несомненно, тот снаряд, на котором лучшие мастера создают самые захватыва-

ющее из всей гимнастической программы спортивные зрелище. Наиболее эффективными являются те мгновения, когда, переходя к очередному элементу, гимнаст отпускает брусья и, вопреки закону земного притяжения, повисает в воздухе. Выступая на турнире, спортсмены должны, как и на всех прочих снарядах, выполнить серию обязательных упражнений, последовательность которых определяют сами участники соревнований.

Во всех дисциплинах случайное падение карается существенным снижением балла.

ЧИСТО ЖЕНСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Разновысокие брусья вошли в спортивный обиход в 1930 году вместо брусьев равновысоких и своим появлением позволили спортсменкам разнообразить вращения и шире использовать акробатику. Выступления на разновысоких брусьях относятся к наиболее зрелищным из всех дисциплин, входящих в женскую программу. Каждый брус имеет длину 3,40 м; один из них находится на высоте 1,50 м, другой - 2,30 м. Лучшие гимнастки работают на этом снаряде необычайно динамично, делая всего два коротких перерыва, что позволено правилами. Падение наказывается; однако после него - через 30 секунд - спортсменка обязана продолжить выступление. Производить заключительный соскок с нижнего бруса запрещается. Важнейшими элементами являются переходы с одного бруса на другой и перехваты.

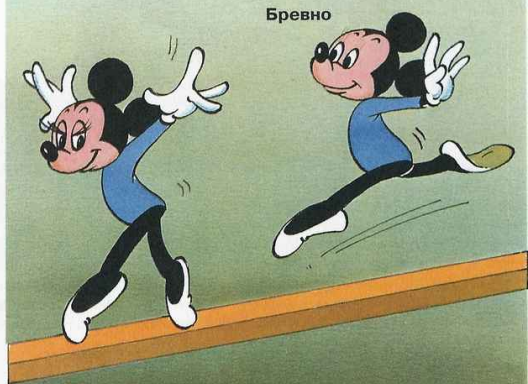
Бревно: длина - 5 м; высота - 1,2 м; ширина - 10 см. Выступление на этом снаряде требует от гимнастки хорошей физической готовности, а также развитого чувства равновесия. Показывая свою комбинацию, спортсменка имеет право сделать только три коротких перерыва; слишком долго сидеть или лежать на снаряде запрещено; использоваться должна вся длина бревна. Программа выступления на данном снаряде должна включать в себя элементы чистого равновесия, повороты, прыжки с разбега и без него, танцевальные шаги. Случайное падение (на состязаниях высокого уров-



ня такое случается редко даже при выполнении трудных упражнений) наказывается снижением оценки на полбалла; если же гимнастка не успеет вскочить на бревно в ближайшие 10 секунд, ее дисквалифицируют. Безупречно исполненное и логично составленное выступление на бревне может с полным правом считаться спектаклем, выходящим за рамки чистого спортивного мероприятия.

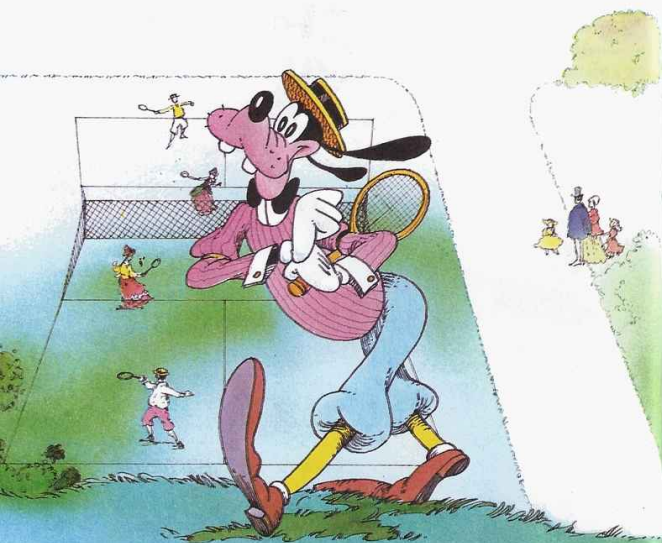


Разновысокие
брусья



Бревно

ТЕННИС



Теннис относится к тем немногочисленным видам спорта, дата рождения которых известна точно: 23 февраля 1874 года. В тот день англичанин, майор Уолтер Кларптон Уингфильд представил в лондонскую Промышленную палату патент на игру, которая проходила на игровой площадке в виде песочных часов, перетянутой в самом узком месте сеткой метровой высоты, укрепленной на двух кольях высотой в 2 м. Игра продавалась в коробке с несколькими мячами, четырьмя ракетками, одной сеткой, правилами и инструкцией по разметке корта. Этим новым спортом, уже тогда называвшимся теннисом, явилась, в сущности, несколько видоизмененная игра, носившая имя игры в мяч.



ТЕННИСНЫЙ СЧЕТ - ЗАГАДКА ИЗ ЗАГАДОК

15, 30, 40, гейм! Принцип ведения счета в теннисе до сих пор остается неразгаданным. Известно несколько теорий, объясняющих, почему счет не ведется просто (например: 1, 2, 3, гейм). Из них наиболее правдоподобной является «теория денег».

В старой игре в мяч играли на деньги и частенько ставкой был гульден, в те времена равнявшийся 15 крейцерам. Счет так и вели: 15 крейцеров, 30 крейцеров, 45 крейцеров (которые в дальнейшем странным образом превратились в 40).





«ЛОВИТЕ!»

В XV столетии в ходе игры в мяч, при каждом резком изменении ситуации, чтобы противник не испугался от неожиданности, следовало его предупреждать. Во Франции было принято, чтобы подающий кричал: «Tenez!» («Ловите!»). В английском произношении это слово превратилось в «Tennis», которое сегодня употребляется везде.

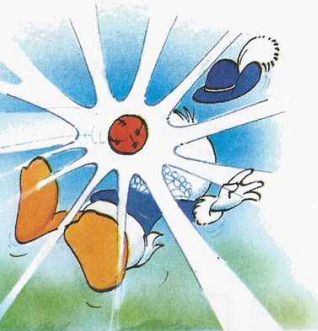
ОПТИМАЛЬНЫЕ РАЗМЕРЫ!

Размеры теннисной площадки остаются неизменными вот уже сто лет. Организаторы первого Уимблдонского турнира, состоявшегося в 1877 году, установили те размеры корта, которые действуют поныне (23,77 x 8,23 м); тогда же были определены параметры сетки, делящей площадку пополам: на краях ее высота равняется 1,06 м, а в середине - 91,5 см. Когда на площадке играют четверо (только мужчины, только женщины, а также составом), к игровой площади, рассчитанной на двоих, прибавляется слева и справа по полосе шириной в 1,37 м, тем самым увеличивая ширину корта до 10,97 м. Его длина, как и высота сетки, остаются прежними.



Это не теннис!

Теннисисты, чьим родным языком является английская речь, в силу особенностей которой французское слово «Tenez!» превратилось в «Tennis», теннис теннисом не называют. Этим термином они обозначают только игру в мяч, в которую играют несколько человек. В англо-саксонских странах, в отличие от остальных, теннис называют «лаун-теннисом».



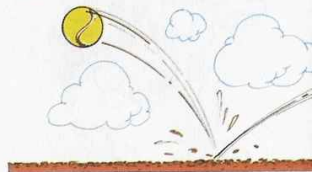
ТРИ ПОКРЫТИЯ

На крупных международных турнирах используются три типа покрытия кортов:

травяное, при котором лучше играть у сетки, что безопаснее, так как отскок мяча бывает трудно предугадать;

глино-песчаное, на котором темп игры несколько медленнее, а отскок мяча выше; таким образом шансов добежать до мяча и подготовиться к удару у игроков больше;

твердое покрытие, которое сегодня изготавливается из различных синтетических материалов, а также из асфальта или цемента; такая поверхность принуждает играть быстро и агрессивно.



НАДО ЗАМЕНИТЬ: СЛИШКОМ ИЗНОШЕН

Войлок на мячах довольно быстро изнашивается. После трех-четырех сетов любой мяч становится на несколько граммов легче. По этой причине на официальных соревнованиях мячи заменяются после девяти геймов. Было подсчитано, что за пятисетовую партию мяч покрывает расстояние равное 70 км.

ХОРОШИЙ ОТСКОК

Диаметр теннисного мяча должен находиться в пределах 6,35 см - 6,67 см. Его минимальный вес - 56,7 г; максимальный - 58,5 гр.

Мячи, которые должны быть белого или другого светлого цвета, изготавливаются из резины и покрываются тонким слоем войлока, наполняются сжатым воздухом или иным газом и чаще всего хранятся в герметических емкостях, которые открывают непосредственно перед игрой, чтобы мячи не утратили необходимого внутреннего давления.

Что касается отскока, то мяч считается «хорошим», если, будучи брошенным с высоты двух метров шестидесяти сантиметров на цементную поверхность, он отскочит на 1,33 - 1,46 метра.

На мячах очень часто бывает напечатана дата изготовления.

В число самых «быстрых» мячей можно включить те, которыми играл австралиец Стив Дентон: скорость мяча при подаче, выполнявшейся этим знаменитым теннисистом, однажды достигла 222 км/час!

В ходе пятисетовой и приблизительно трехчасовой встречи каждый бьет по мячу без малого 1500 раз и пробегает более 10 км.

УЖЕ ДАВНО...

Теннисные состязания включают в себя пять дисциплин:

- одиночки (мужчины)
- одиночки (женщины)
- пары (мужчины)
- пары (женщины)
- пары («микст», смешанные составы)

Каждый из названных видов состязания был впервые учрежден на том или ином крупном международном турнире:

- 1877 г. - одиночки (мужчины): Уимблдон, Великобритания
- 1879 г. - пары (мужчины): Уимблдон
- 1884 г. - одиночки (женщины): Уимблдон
- 1890 г. - пары (женщины): Форест-Хиллз, США
- 1892 г. - пары (смешанные составы): Форест-Хиллз.

Игры двое-на-двое женщин и смешанных пар были первый раз включены в программу Уимблдонского турнира в 1913 году; к тому времени женщины играли на различных чемпионатах уже около тридцати лет.



БОЛЬШОЙ ШЛЕМ

Теннис «родился» в Англии в 1874 году и уже в конце того же года появился в Соединенных Штатах. Во Франции о нем впервые узнали в 1878 году, а в Австралии двумя годами позже. Таким образом, Англия, США, Франция и Австралия являются странами, где теннис вошел в спортивный обиход уже в конце прошлого столетия.

Несмотря на то, что сегодня в эту игру играют во всем мире, названные четыре государства по-прежнему остаются основными теннисными странами, и именно там проводятся четыре главных турнира: в Англии - Уимблдонский, во Франции - «Ролан Гарро», в Соединенных Штатах -

«Флашинг-Мидоу», в Австралии - Мельбурнский. Мечтой каждого теннисиста является выиграть за один год все четыре исторических турнира.

Пока что такого успеха добились только двое мужчин и четверо женщин: Дональд Баджови (США), австралиец Род Лейвер (дважды), Маурин Конноли и Мартина Навратилова (США), Маргарит Курт (Австралия) и Штеффи Граф (Германия).

Благодаря заимствованному у бриджа выражению «большой шлем», эти четыре турнира так и называются «Большой Шлем». Победа в трех этих чемпионатах означает, что спортсмену удалось «малый шлем».



РУКИ, ПЕРЧАТКИ И РАКЕТКИ

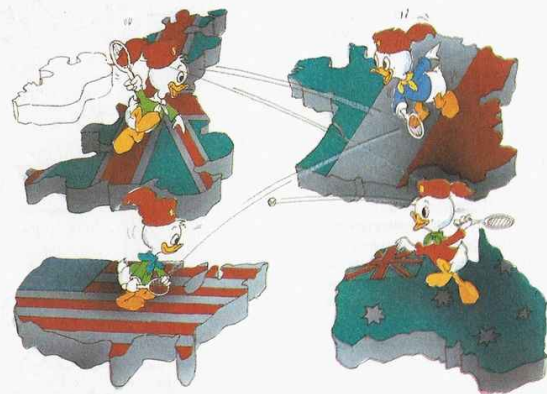
Впервые появившаяся, скорее всего, в Италии, игра в мяч была любимой забавой француззов вплоть до Великой Революции 1789 года. Поначалу игроки посылали мяч на площадку противника голый ладонью (во Франции эта игра так и называлась «Raume», что значит «ладонь»). Играть так было небезопасно и больно, и потому на руки стали надевать перчатки и уж потом, в 1520 году, вооружились ракетками. Портрет французского короля Карла IX, увековеченного в 1552 году, когда ему было всего два года от роду, представляет нам будущего монарха с ракеткой в руке.

Это является также первым изображением ракетки для игры в мяч, своей конструкцией почти ничем не отличающейся от нынешних.

В мяч играли как в помещении, так и на улице. Единственной разницей было то, что в последнем случае площадка была сравнительно больших размеров.

Во времена правления Генриха IV в Париже имелось 250 приспособленных для этого спорта залов, 13 мастерских, где делались мячи и ракетки, и всего 8 публичных библиотек. Самым известным залом для игры в мяч

был, конечно, гимнастический зал в Версале, где представители Третьей Республики 20 июня 1789 года поставили свои подписи под знаменитой присягой, что явилось первым актом Французской революции.



СЕРЕБРЯНАЯ САЛАТНИЦА

В 1899 году молодой американский теннисист Дуайт Дэвис предложил учредить ежегодный турнир (четыре партии «один-на-один» и одна партия «двое-на-двое»), в котором могли бы участвовать все страны. Это состязание долго было бы называться «International Lawn Tennis Challenge Trophy».

Предложение было поддержано, и молодой Дэвис обратился в знаменитый бостонский ювелирный магазин «Shreve, Crump and Low», где купил необычную салатницу, сделанную из чистого серебра, высотой в 33 см и весом в 6 кг. Этот, по правде говоря, не слишком красивый предмет предназначался для награждения победителя турнира.

В августе 1900 года Соединенные Штаты нанесли поражение Великобритании и стали триумфаторами первого турнира, а Дуайт Дэвис, как член команды-победительницы, оставил салатницу у себя. С той поры она известна во всем мире как «Кубок Дэвиса».

НОСОВОЙ ПЛАТОК СЮЗАННЫ

Самая знаменитая французская теннисистка Сюзанна Лангл (1889 - 1938) обрабатывала мяч каким-то особым способом, выработанным в ходе упорных тренировок, которые с ней проводил с малых лет ее отец. Папаша-тренер расстилал в углу корта носовой платок, в который Сюзанна должна была попадать.

Тренировка заканчивалась, если ей удавалось поразить цель тремя мячами из пяти.

ФЛЮГЕР НА ФОРЕСТ-ХИЛЛЗЕ

Теннис имеет свой собственный флюгер. Украшает он знаменитый «Клубный Дом» в Форест-Хиллз, где до 1977 года США проводили международные чемпионаты. Флюгер представляет собой теннисистку и теннисиста, играющих под пристальным взором судьи.



ОФИЦИАЛЬНЫЕ И НЕОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ МИРА

Звание чемпиона мира присваивается с 1978 года как следствие результатов, которых в тот сезон добились теннисисты. Первым чемпионом мира по теннису стал швед Бьерн Борг.

До официального учреждения титула «чемпион мира» в конце каждого сезона объявлялся «Лучший теннисист года». По сути, счастливчик являлся неофициальным чемпионом мира, всеми признанным и порой удостоивавшимся крупных наград. Ниже перечисляются спортсмены, которые, начиная с 1919 года, были признаны лучшими теннисистами не менее трех раз:

6 раз: Уильям Тильден (США) - в 1920, 1921, 1922, 1923, 1924,

1925 г., 4 раза: Анри Коше (Франция) - в 1928, 1929, 1930., 1931 г., Род Лейвер (Австралия) - в 1961, 1962., 1968, 1969 г.; Джон Ньюкомб) - в 1967., 1970., 1971., 1973 г.; 3 раза: Фред Перри (Великобритания) - в 1934., 1935., 1936 г.

ЕДИНСТВЕННЫЙ ЗАКОН О ТЕННИСЕ

Во Франции для того, чтобы теннис стал теннисом, потребовался закон, и он был принят 31 декабря 1975 года. Речь в нем велась об использовании французского языка. В силу этого юридического акта теннисная Федерация, отказавшись от прежнего названия «Французская федерация лаун-тенниса», стала именоваться «Французской федерацией тенниса», ибо слово «лаун-теннис» английское, а «теннис» имеет французские корни.



РЕГБИ



Регби - единственный вид спорта, носящий имя города, конкретно города Регби, географического центра страны, где некая школа, основанная в 1567 году, прославилась в 1823 году благодаря своему молодому игроку Уильяму Уэббу Эллису...

Регби и футбол, несомненно, имеют общие корни точно так же, как игры в мяч древних греков и римлян и флорентийский футбол.

Итак, 1823 год, как клянутся историки этого спорта, является датой рождения регби.

В английских университетах городов Итон, Винчестер, Харроу и Регби... в начале прошлого века много времени уделяли игре в мяч. Каждый играл по своим правилам, но общим законом было то, что если мяч попал в руки к игроку, тому бегать с ним по полю запрещалось.

В тот судьбоносный день ноября 1823 года шестнадцатилетний Уильям Уэбб Эллис, наплевав на правила, схватил мяч, крепко прижал его к груди и помчался на половину поля противника. Историографы этого вида

спорта клянутся, что именно в тот момент и родилось регби! Легенда ли это или исторический факт - определенно известно лишь то, что эта разновидность футбола начала свое существование в начале XIX столетия, в городе Регби, на ныне известной всему миру школьной спортплощадке, именуемой «Bigsida», равно как и то, что сия удивительная игра распространилась по всей Великобритании, Франции, Австралии, Новой Зеландии и Южной Африке.

Об историческом поступке Уильяма Уэбба Эллиса напоминает мемориальная доска из красного мрамора, украшающая стену, которая отделяет школу от «Бигсайда».

Вилли таковым вовсе не являлся: даже измазанные грязью мячи было легко ловить.

Размеры овального кожного мяча остаются неизменными уже долгое время:

- длина: 28-30 см;
- вес: 400-440 гр.;
- большая окружность: 76-79 см;
- малая окружность: 58-62 см;
- давление воздуха: 425 г/см².

ВСЕ МОЖЕТ ПОРОСЯ

Почему мяч для регби имеет овальную форму? Потому, что сапожник Вильям Гильберт, имевший в Регби небольшой магазинчик, стоявший неподалеку от школы, для учеников которой шил обувь, кроме того изготавливал мячи: четыре куска кожи с зашитым внутри пороссячим мочевым пузырем, который наполнялся воздухом. Свиные пузыри имеют форму большого яйца, оттого и мячи Вильяма Гильберта были не совсем круглыми, но все-таки более шарообразными, чем нынешние. Большую яйцевидность им придали потом, когда выяснилось, что недостаток мячей дяди



«ПАНЕЛЬ»

«Панель» - это список судей, назначенных «дирижировать» Турниром пяти стран. В начале сезона каждая из федераций выделяет по три арбитра. Эти пятнадцать человек и составляют «панель». После каждой встречи специальная комиссия оценивает работу судей, заносит кого в категорию «А» (посредственные), кого - в «В» (удовлетворительные), третьих - в «С» (хорошие) и четвертых - в «Д» (отличные). Тот, кого большинство членов комиссии оценит на «А», из «панели» будет вычеркнут.

ЗНАК БРЕННУСА

Этот Бреннус не имеет ничего общего со знаменитым галльским вождем Бренном, или Бреннусом, который в IV веке до н. э. занял Рим и потребовал от его граждан контрибуцию золотом, равную весу его меча; при этом он произнес знаменитую фразу: «Горе побежденным!»

Знак Бреннуса - это произведение искусства (относительного изящества), ежегодно вручаемое во Франции команде-победительнице. Впервые он был вручен «Рейсинг-Клубу» (который 20 марта 1892 года одержал верх над «Стад-Франсэ» со счетом 4:3) арбитром, судившим ту встречу, а был этим судьей никто иной, как сам барон Пьер де Кубертен.

Знак был изготовлен гравером двадцати двух лет, звавшимся Шарлем Бреннусом, у которого с тем, историческим, Бреннусом общее лишь имя, точнее фамилия.



БЛИЖНИЕ И ДАЛЬНИЕ РОДСТВЕННИКИ

В более или менее родственных отношениях с классическим регби (с 15 игроками в каждой команде) состоят, кроме американского футбола (с 11 игроками), канадский футбол (похожий на вышеназванный, но где играют команды по 12 человек и на поле более коротком и широком), а также футбол австралийский (где на овальном поле играют по 18 человек с каждой стороны, одетых в трикотажные безрукавки). Ближним родственником традиционного регби является «rugby league» («лига регби»), которая при всей схожести с классической игрой так прямо и называется: «rugby union», своими правилами предписывает командам иметь только по 13 игроков.

ТУРНИРЫ

Число крупных состязаний по регби не ограничивается теми, что проводится в рамках Турнира Пяти; к ним относятся и другие турниры. На европейских чемпионатах играют национальные сборные Новой Зеландии, Австралии и Южно-африканской Республики, с которыми периодически встречаются англо-ирландские «Львы» и французская национальная команда. Как правило, турниры состоят из множества партий, но главной целью является победа в «тест-матче», то есть победа над командой-гостей.

Команды Аргентины и Японии тоже устраивают турниры, которые, в силу отношения к регби в этих странах, являются событиями второстепенными и к традиционным не относятся.

Чемпионат Европы по регби тоже не назовешь традиционным; однако его престиж неуклонно растет. Игнорирование многих сборных команд продолжается, хотя в них представлено немало новых сильных национальных коллективов.

Возвращаясь к теме традиций, поговорим о характерных отличительных атрибутах команд, участвующих в крупных турнирах:

АВСТРАЛИЯ - зеленые майки с оранжевой каймой, белые спортивные трусы и белые гетры с оранжевым отворотом.

В герб включен знак-символ команды: валлабия, небольшой австралийский кенгуру.



Австралия

Южно-африканская республика

Новая Зеландия

ЮЖНО-АФРИКАНСКАЯ РЕСПУБЛИКА – зеленые майки с золотым клапаном, белые трусы, зеленые гетры с золотым отворотом. На гербе изображен прыгун, небольшая южно-африканская газель.

НОВАЯ ЗЕЛАНДИЯ – черные майки, черные трусы, черные гетры (отсюда прозвище команды «All black», «все черные»). Гербом команды является серебряный папоротник.

«BARBARIANS» («ВАРВАРЫ») – майки и гетры покрыты черными и белыми поперечными полосами,

гетры (цвета Шотландии) в зеленую полосу (цвета Ирландии). Герб состоит из символов четырех народов, из представителей которых составлена команда: три страусовых пера, роза, чертополох и трилистник.

НАСТОЯЩИЕ ПУШКИ

Южно-африканец Дугги Моркел однажды забил гол с фантастического расстояния: с 91 метра. Житель Уэльса Льюис Джоунс реализовал самый длинный штрафной



гетры темно-синего цвета (выбор игроков).

«ЛВЬЫ» (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ) – майки красные (цвета Уэльса), белые трусы (цвета Англии), синие

удар: 77 м. Чтобы вы могли по достоинству оценить эти два замечательных удара, напомним, что длина поля для игры в регби равна 144 м.

«VARSITY»

Название «University Match», сокращенное до «Varsity», означает одно из наиболее традиционных соревнований по регби: каждый вторник декабря месяца в английском Твиккхеме встречаются команды Оксфорда и Кембриджа.

РАЗРЫВ ОТНОШЕНИЙ

В марте 1931 года британские федерации и одна ирландская федерация заявили французской федерации о полном прекращении контактов с ней.

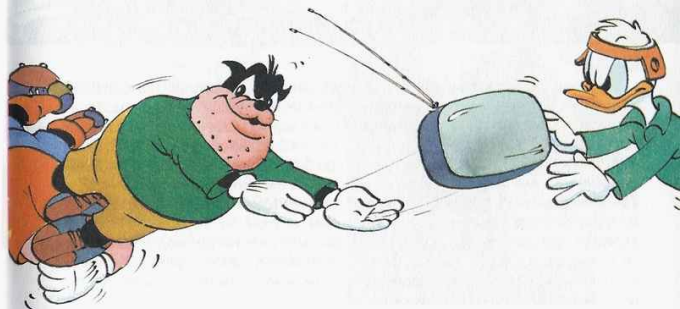
Дело было в том, что изначальное чисто любительское отношение французских к регби со временем превратилось в профессиональное, что для регбистов с Британскими остро-

вов было совершенно недопустимым.

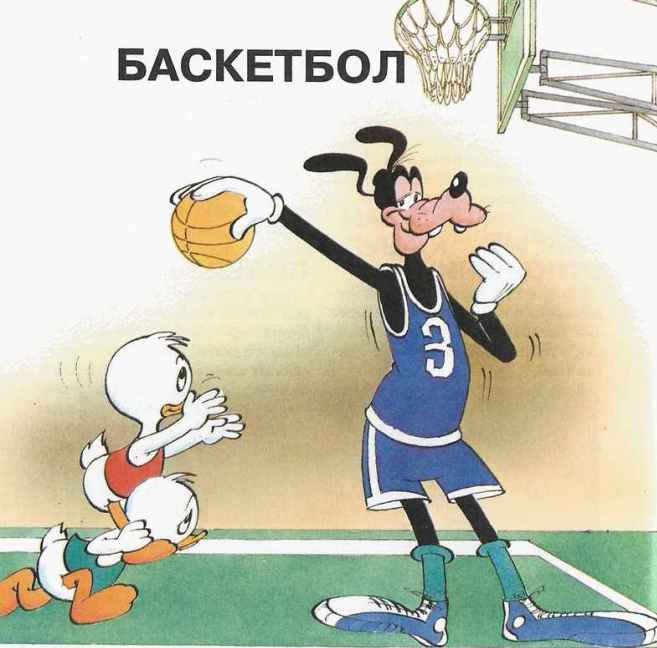
Разрыв отношений продлился до 1939 года; но вот разразилась Вторая мировая война, и пришлось ждать ее окончания; только после этого состоялся очередной Турнир Пяти, однако он свернулся неожиданно быстро и прошел с участием... четырех.

ПО ТЕЛЕВИЗОРУ

Если у вас дома имеется телевизор (лучше всего цветной), не лишайте себя шанса посмотреть, как играют в регби. Вам покажут потрясающее зрелище, от которого по телу побегут мурашки. Заодно сможете получить представление об этом «крутом» спорте, в основе которого, тем не менее, лежит честная игра.



БАСКЕТБОЛ



Встречи баскетбольных команд, каждая из которых состоит из пяти игроков, проходят на специальных площадках размером 26 x 14 м. Смысл состязания заключается в забрасывании мяча (окружность в 75-78 см и весом в 600-650 г) в корзину соперников диаметром в 45 см, укрепленную на большой доске, шите, на высоте в 3,05 м от пола. Победительницей партии (состоящей из двух двадцатиминуток) считается

команда, набравшая наибольшее количество очков. Каждое попадание в корзину оценивается в два или три очка в зависимости от того, откуда был брошен мяч. Один свободный, штрафной, бросок равен одному очку. Матчи заканчиваются ничейным счетом не должны. В случае равного счета игру продолжают еще пять минут, давая одной из команд возможность вырваться вперед.

СИНЯЯ ЛЕНТОЧКА

Если наиболее известные коллективные спортивные игры являются плодом длительного развития, а их происхождение едва просматривается сквозь туму прошлого, то баскетбол, напротив, может гордиться тем, что дата и место его рождения известны точно: 20 января 1891 года, Спрингфилд, Массачусетс (США).

ГЕНИАЛЬНЫЙ ОСНОВОПОЛОЖНИК

Первый камень в фундамент баскетбола как спорта положил канадец Джеймс Нэйсмит, который по окончании семинарии стал не церковслужителем, а спортивным руководителем молодежной организации Х.С.М.Л. (Христианский союз молодых людей).

СПОРТ НА ВРЕМЯ ЗИМЫ

Морозными зимами, довольно частыми на северо-востоке Соединенных Штатов Америки, когда на бейсбольных и футбольных (имеется в виду футбол американский) полях играть невозможно, спортсмены постоянно севали на отсутствие физических нагрузок помогавших не терять формы.

Поскольку никому не нравились однообразные тренировки в гимнастическом зале, в то время как играть на улице было невозможно, надо было найти нечто увлекательное, чем можно было бы заниматься в помещении, не рискуя получить травму.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА

Джеймс Нэйсмит засучил рукава и написал несколько основных правил новой игры, которая:

должна была быть коллективной, хотя и предназначенной для ограниченного пространства,

должна была иметь специальный мяч, отличающийся от футбольного и регбистского,

должна была ограничивать бегание по площадке в силу ограниченных размеров последней,

должна была быть гарантирована от чрезмерной грубости, чтобы не стать травматичной,

должна была иметь собственную систему «зарабатывания» очков в условиях ограниченных габаритов площадки.



СЧАСТЛИВАЯ МЫСЛЬ

Джеймсу Нэйсмиту пришлось немало попотеть прежде чем ему в голову пришла гениальная мысль, вдохнувшая жизнь в один из самых популярных видов спорта.

Сначала он подумал о хоккейных воротах, чьи размеры подходили для гимнастических залов; однако, стремясь придумать что-нибудь оригинальное, он очень скоро от них отказался.

Затем придумал устанавливать в дальних концах зала по горизонтальной коробке или по низкому ящику, куда игроки могли бы бросать мяч,

но быстро сообразил, что в такой игре можно было создать такую оборону (выстроившись перед этими воротами), при которой у соперника не осталось бы никакого шанса на гол.

И тут гениального Нэйсмита осенило: игроки будут бросать мяч в коробку... поднятую над землей.

Так родилась новая игра: баскетбол, («мяч в корзине»), как со временем ее окрестили.

МЯЧ В КОРЗИНЕ

20 января 1891 года в гимнастическом зале спортивной школы Х.С.М.Л. в Спрингфилде Джеймс Нэйсмит объяснил своим ученикам, разделенным на две команды по девять человек в каждой, основные правила новой игры, а также, как попадать мячом в рыбацкие сети, которые школьный сторож прикрепил к высокой балюстраде (из чего явствует, что ничего похожего на придуманные Нэйсмитом ящики тогда не нашлось).

Итак, первый баскетбольный матч был упражнением в забрасывании мяча в... рыбацкую сеть!

КОРЗИНА

Как только рыбацкую сеть сменила корзина, («basket»), игра быстро сделалась популярной. В 1893 году один из нэйсмитовых учеников по имени Френк Мейхан, видя, что автор игры называть ее своим именем («Naismith-ball») отказывался, предложил окрестить ее «баскетболом».

Несколько лет спустя в «баскет» уже играли все Соединенные Штаты Америки.

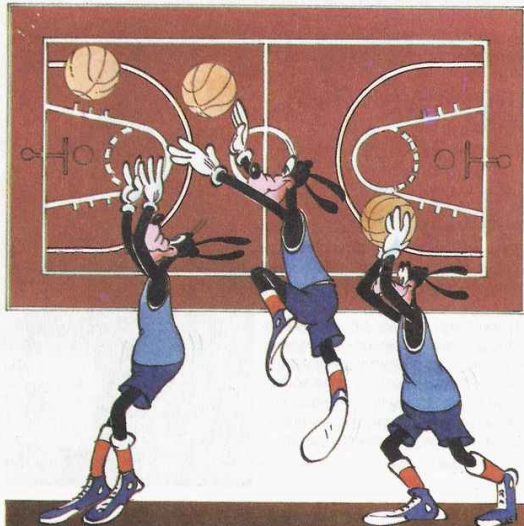
ДО ЭТОГО НАДО БЫЛО ДОДУМАТЬСЯ!

Прошло еще сколько-то лет, и корзину сменило металлическое кольцо с прикрепленной к нему сетью. Хлопот с ним было много. После каждого попадания надо было лезть на стремянку, постоянно находящуюся позади доски, и вынимать мяч руками.

Над тем, как быстрее его доставать, ломало себе голову изрядное

число изобретателей, но все напрасно.

Наконец в один прекрасный день 1912 года, через двадцать лет после появления этой игры, один баскетболист, чье имя история не сохрани-



ла, придумал вещь простую, зато гениальную: отрезать у сети низ!

Это же элементарно! Не так ли?... Но до этого надо было додуматься!

ЗНАМЕНАТЕЛЬНЫЕ ДАТЫ

Первый в Европе баскетбольный матч был сыгран в Парижском гимнастическом зале, в присутствии барона Пьера де Кубертена.

В Петербурге новая игра впервые появилась в 1906 году. Ее показывали представители Х.С.М.Л.

После Европы баскетбол попал в Азию, а в Индии, Японии и Китае он прогрессировал с особым успе-

правда, он однажды был представлен еще в 1904 году.

КОРЗИНА ЗАПРЕТОВ

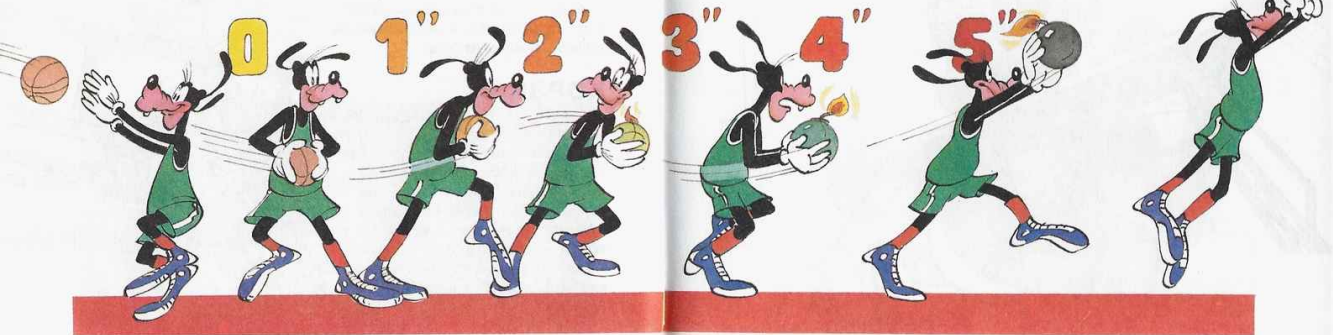
Баскетбол возник как спорт, задачей которого было поддержание формы футболистов и бейсболистов в зимний период; в этом причина того, что его правила не были сугубо специфичными. Началу игровая ситуация развивалась на основе

позволявшим командам добиваться успеха. Чтобы перекрыть путь подобным тенденциям, баскетбольные правила постоянно расширялись, кстати, за счет многочисленных запретов.

Игра, поначалу весьма простая, чем далее, тем сложнее становилась.

Сегодня большая часть игровых тонкостей для невнимательных зрителей остается незамеченной. Баскетбол, например, является одной из

получив мяч, команды обязаны в течение тридцати секунд сделать хотя бы одну попытку броска в кольцо противника (на официальных встречах за передержками следит специальный человек). Исходя из сказанного, нетрудно себе представить, что воспользоваться ситуацией и быстроотреагировать не так уж легко.



хом.

Баскетбольные правила окончательно установились в мире через сорок лет существования игры, когда она стала обычной во всех странах. Международная федерация этого спорта была создана в 1932 году, когда правила баскетбола стали всеобщим достоянием.

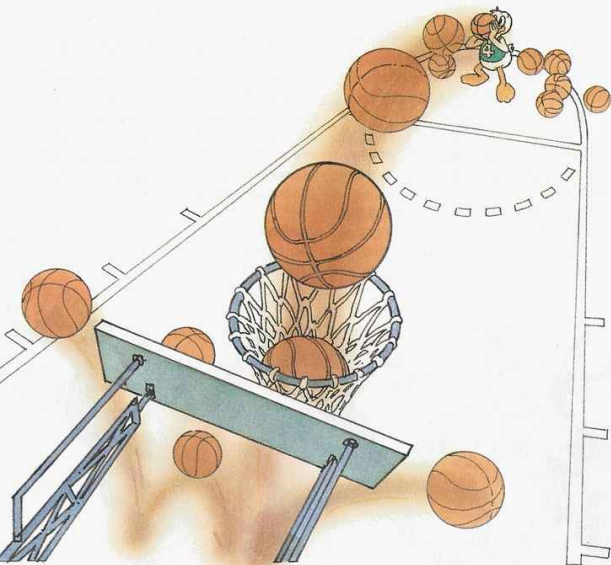
Четыре года спустя, то есть в 1936 году, баскетбол был включен в программу Олимпийских игр, в которых,

принципов, определенных Джеймсом Нэйсмитом (горизонтальные ворота, установленные наверху; запрет на намеренные соприкосновения между игроками). Однако этот период длился недолго: баскетбол распространялся необычайно быстро и вскоре стал настоящей игрой, а не только способом коротания зимы. Изобретались всевозможные тактики и стратегии, из которых многие грешили недостатком правил,

нескольких коллективных игр, где существуют временные ограничения, не совпадающие с продолжительностью самой партии:

попав в «трехсекундную зону», игрок не имеет права находиться в ней без мяча более указанного времени, игрок не имеет права держать мяч в руках более пяти секунд,

команды не имеют права держать мяч более десяти секунд, находясь на своей половине площадки,



ЛЕГЕНДАРНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ

В американских баскетбольных лигах сражаются лучшие в мире игроки (из которых 70% - негры), являющиеся авторами многих легендарных достижений.

Так, Джекки Джексон сумел положить 25-центовую монету на верхний край щита, что находится на высоте четырех метров от пола, разумеется не со ступенек стремян-

ки, а в прыжке, а Эрл Мэнигот, тоже в прыжке, сначала положил мяч в корзину правой рукой, затем поймал его левой и забросил в кольцо снова. В 1959 году, между 18 марта и 9 апреля, Билл Шарманн уверенно реализовал целых 59 штрафных бросков.

В 1972 году в ходе встречи команд города Милуоки и «Кентукки Колонэлз» друг против друга встали два баскетболиста мирового класса: Лу Алсиндор, ростом в 2,19 м, и Артис Гилмор, ростом в 2,20 м.

МУЗЕЙ И ОБУВЬ

Если вы любите баскетбол и вам посчастливится попасть в Спрингфилд, не забудьте побывать в спортивной школе Х.С.М.Л., где вам покажут трехэтажный музей баскетбола, расскажут об удивительной игре, изобретенной Джеймсом Нэйсмитом, продемонстрируют редкостные

«сувениры», оставшиеся от детских лет баскетбола, а также о еще одном рекорде баскетбола, — а именно, о самой знаменитой обуви на свете. Недавний анализ покупательского спроса выявил, что баскетбольная обувь пользуется у молодежи нашей планеты большей популярностью, чем любая другая.



ВОЛЕЙБОЛ

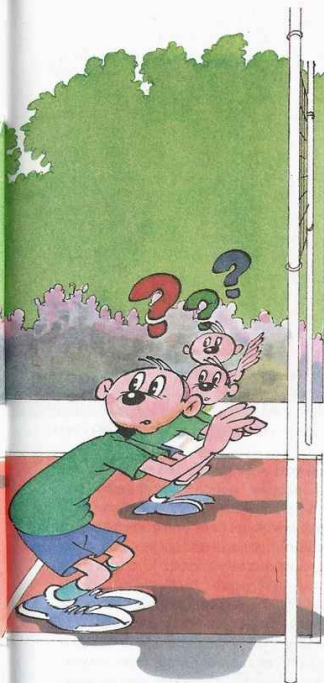


Вильям Дж. Морган, руководивший спортивной деятельностью молодежной организации Х.С.М.Л., базирующейся в Холиоке, что в северной части Спрингфилда, ныне известной как колыбель баскетбола, в один прекрасный день решил уподобиться Джеймсу Нэйсмиту.

Задача, которую он перед собой поставил, была не из пустячных: речь шла об изобретении новой игры, которая помогла бы спортсменам не потерять за зиму форму. Бас-

кетбол был придуман всего три года назад, поэтому сложности, с которыми столкнулся Морган, желавший быть оригинальным, были огромными.

И он их преодолел. Если Нэйсмиту отталкивался от футбола, то Морган попытался видоизменить теннис, превратив его в коллективную игру, где вместо ракеток используют руки, вместо маленького мячика - мяч большой, а сеть подняли существенно выше. Первый матч новой игры

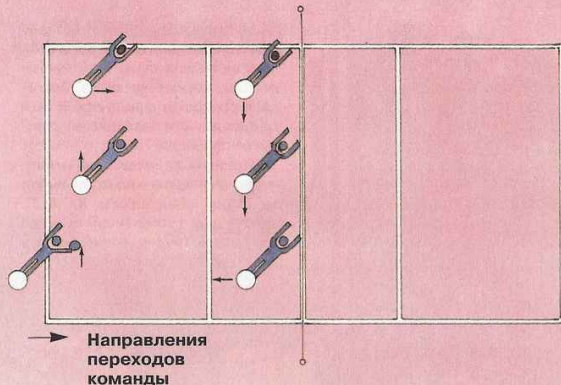


состоялся в 1895 году. Вильям Морган повесил посреди спортзала Х.С.М.Л. в Холиоке теннисную сетку, разбил игроков на две команды, рассказал им правила, в известной мере заимствованные у тенниса, и бросил им мяч (который в той первой встрече был ничем иным, как надутой камерой баскетбольного мяча).



По причинам, которые история спорта оставила без объяснений, Морган назвал свою игру «минонеттой», вероятнее всего, благодаря соседству французской части Канады. Это название ей счастья не принесло.

В отличие от баскетбола «минонетта» очень долго не могла выйти за стены спортшколы Х.С.М.Л. Скорее всего тому виной было ее имя, столь трудно произносимое для англоязычных игроков.



ТАНЕЦ НА ПОДАЧЕ

Хотя у волейбола имеются точные правила, они все еще не окончательные, так как игра постоянно развивается, и только практика способна подсказать, какие новые изменения следует в них внести.

В настоящее время в волейбол играют на специальной площадке длиной в 18 м и шириной в 9 м, через сетку, висящую на высоте 2,43 м от пола (для мужчин) или на высоте 2,25 м (для женщин). Светлой и ровной окраски мяч весит 260-280 г и имеет окружность равную 65-67 см.

Максимальная численность команды равна 12 игрокам, из которых шесть постоянно находятся в игре. Международные соревнования играют в пять сетов. Встреча (или сет, как говорят теннисисты) считается законченной, когда игроки од-

ной команды одержали верх над соперниками, набрав пятнадцать очков с разрывом в два мяча. Если пятнадцать очков набрали обе команды, игра продолжается до тех пор пока одна из них не наберет 17 очков (при этом счет может быть таким: 17:15 или 17:16). Задача игроков состоит в том, чтобы перекинуть мяч таким образом, чтобы он коснулся площадки противника. Если та или иная команда не сумела отбить мяч или возвратила его неправильно, противостоящая команда получает очко и продолжает подавать, до тех пор, пока не совершит ошибку или не пропустит мяч сама; в таком случае мяч отдается второй команде, игроки которой делают переход, то есть переходят с одной позиции на другую (см. схему). Эта последняя команда получит очко только тогда, когда противник не сумеет отбить мяч или до-

пустит ошибку. Благодаря переходу, право на подачу поочередно получают все игроки. Правило, связанное с переходом подачи, не действует в пятом сете, когда каждый выигравший мяч приносит очко.

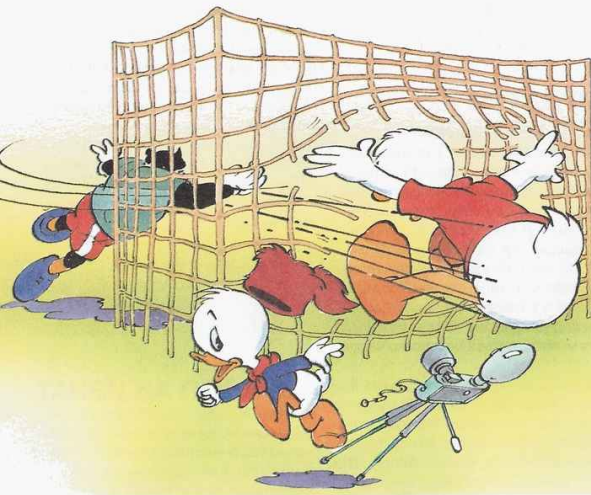
ТРУДНОСТИ СО ВРЕМЕНЕМ

В настоящее время изучается огромное количество правил игры в волейбол. Например, говорят о необходимости вешать сетку выше, поскольку увеличился рост игроков. Разговоры эти начались, когда волейбол стал спортом международного класса. Самые активные поиски ведутся в области продолжительности соревнований. Волейбольный матч может длиться несколько часов

прежде всего из-за того, что по правилам игры очко получает только подающая команда (в пятом сете действуют, как говорилось выше, законы другие). И все же невыносимо затянувшихся партий не бывало. Напротив, случались матчи скоротечные, когда разница в классе команд оказывалась слишком большой. Проблема «непредсказуемости» длительности матчей связана и с телевидением, программы передач которого расписаны во времени. Так что рано или поздно она должна быть решена.



РУЧНОЙ МЯЧ



Ручной мяч, коллективный спорт, включенный в олимпийскую программу, официально родился в 1928 году, когда в Германии впервые снабдили правилами игру, более или менее напоминавшую другие игры, давно практиковавшиеся во всей Европе, особенно в солдатских казармах, такие, как французский «армейский мяч», или немецкий и чешский гандбол.

Действительно, игра, в которую поначалу играли на улице, так и называлась «handball» (это слово, изначально

немецкое, со временем стало произноситься на английский манер, по образцу бейсбола и футбола).

В ручной мяч, во всем сходный с футболом, играли на таком же стадионе, с такими же воротами, по тем же правилам, используя такие же термины. Иным, естественно, было только одно слово: там, где в футболе говорится о ноге, в ручном мяче имеют в виду руку (и наоборот). Соответственно, если в футболе единственным игроком, имевшим право играть рукой,

был вратарь, то в гандболе наоборот, вратарь мог играть ногой. В таком, перенятом у футбола, виде ручной мяч в 1936 году впервые появился на Олимпийских играх, состоявшихся в Берлине.

На том турнире приняло участие не так уж много стран, точнее говоря, только три: Германия, Австрия и Швейцария (все соседи), то есть те несложные стран, где игра успела прижиться. Играя у себя дома, немецкая команда победила.

К СОВЕРШЕНСТВУ... ЧЕРЕЗ ПОТЕРИ

Однако это все еще не был тот ручной мяч, который позднее сделался таким популярным. Чтобы добиться успеха, ему пришлось от кое-чего избавляться. О гандболе с семью игроками впервые заговорили в Швеции, приблизительно в 1930 году, когда численность команд сократили по таким сугубо практическим причинам, как например, необходимость приспособиться к ограниченному размеру игровых площадок, предлагавшихся спортзалами, которые были единственным местом, где можно было играть в любое время года при плохих метеорологических условиях.

Вариант игры с семью игроками понравился, и на чемпионате мира, состоявшемся в Берлине в 1938 году, участвовало уже на одну команду больше (то есть четыре), чем на берлинской Олимпиаде 1936 года.

Остается фактом и то, что понадобилось ждать окончания Второй мировой войны, чтобы этот вид спорта получил повсеместное распространение. Как само собой разумеется, в семи-игровом варианте, единствен-

ном, выдержавшем испытание временем.

В германоязычных странах, как и в Восточной Европе, ручной мяч весьма распространен, тогда как в других странах он не считается такой уж привлекательной игрой, поскольку скоротечные динамичные моменты в ней слишком часто сменяются периодами однообразными и мало выразительными.



СНОВА ОЛИМПИЙСКИЙ

После берлинской Олимпиады 1936 года о ручном мяче забыли. Вспомнили о нем лишь в 1952 году и возвратили титул олимпийского во время подготовки Олимпийских игр, которые должны были состояться в Хельсинки.

Сегодня в ручной мяч играют на специальной площадке длиной в 40 м и шириной в 20 м. Как и в футболе, ворота устанавливаются на противоположных концах поля, по центру; их высота равна двум метрам, а ширина - трем; и точно так же они оснащены сеткой.

Следует отметить, что в отличие от других видов спорта (начиная с футбола и кончая регби, баскетбо-

лом и так далее), здесь размеры даются в целых числах, так как игра родилась в стране, использующей метрическую систему счисления, что сделало ненужным пересчет, как того требовали игры, появившиеся в англо-саксонских странах, где применяются другие системы измерения.

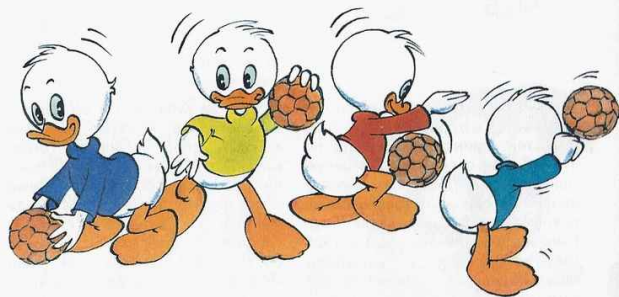
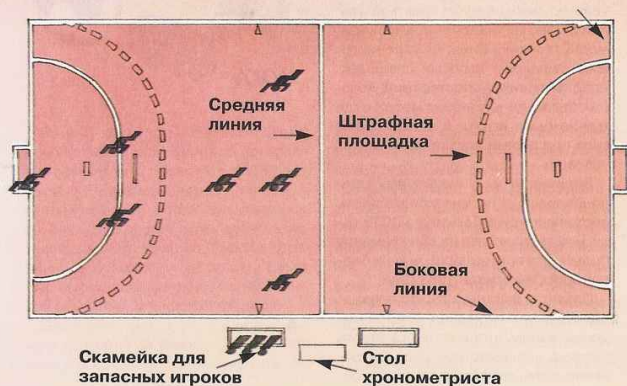
Однако возвратимся к ручному мячу. Уместно напомнить, что его размеры меньше (при практически том же весе), чем мячи прочих командных видов спорта: окружность - 58-60 см (для мужчин) или 54-56 см (для женщин). В зависимости от пола игроков меняется и вес: минимальный - 425 г и максимальный - 475 г (для мужчин) или минимальный 325 г и максимальный 400 г (для женщин).

Матч состоит из двух тридцатиминут с десятиминутным перерывом между ними.

Во время игры разрешается мяч бросать любым способом, ловить, подбирать, давать ему отскакивать, помогать себе руками (любой их частью), головой, корпусом, а также коленями. Удерживать мяч разрешается в течение трех секунд и не более, но нельзя делать с ним более трех шагов. Игрокам запрещается дотрагиваться до мяча несколько раз подряд до тех пор пока он не коснется пола (дриблинг), другого игрока или ворот.

На обеих половинах игровой площадки нарисовано по две линии ворот. Первая, сплошная, служит границей вратарской площадки; вторая, внутренняя (пунктирная) указывает территорию выполнения свободного броска.

На вратарской площадке может находиться только вратарь; появление там любого другого игрока (нападающего или защитника) расценивается как нарушение.



ЛЫЖНЫЙ СПОРТ



«Можем ли мы рассчитывать, что Голландия, которой в 1928 году предстоит принять Олимпиаду, по этому случаю соорудит у себя целую горную цепь?» Такое полемическое замечание сделал основоположник современных Олимпийских игр, Пьер де Кубертен, который в 1925 году согласился с решением Международного Олимпийского комитета дать зеленый свет зимним играм, проводившимся исключительно на льду и на снегу.

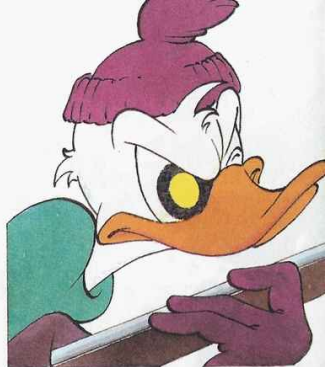
Несмотря на сопротивление

барона де Кубертена и его единомышленников, которые находили лыжный спорт слишком ограниченным, Зимние игры становились все более и более популярными, в том числе среди участников и зрителей из стран не слишком богатых снегом. Лыжные состязания делятся на две категории: классические лыжи и лыжи горные.

КЛАССИЧЕСКИЕ ЛЫЖИ

Классические лыжные соревнования, проводящиеся, разумеется, и в странах южных и теплых, были: впервые организованы в Скандинавии. В наше время к классическим зимним дисциплинам относятся: бег на лыжах, биатлон, прыжки с трамплина.

Лыжные гонки – одна из дисциплин классического лыжного спорта. В гонках участвуют и женщины. Существует два



вида гонок: забег одиночек и эстафета. В гонках одиночек спортсмены выходят на трассу и интервалом в 30 секунд; победителем объявляется тот, кто прошел дистанцию быстрее остальных. Чаще всего забеги устраиваются на 15, 30 и 50 км (для мужчин) и на 5, 10 и 20 км (для женщин). В эстафетных забегах (4 x 10 км для мужчин и 4 x 5 км для женщин) на первом круге старт совместный и победительницей будет считаться та команда, чей последний спортсмен придет первым.





штрафуется одним лишним кругом, который должен пробежать лыжник, не попавший в цель. Разумеется, это отрицательно сказывается на результате выступления.

Прыжки с трамплина

Проводятся с незапамятных времен. В наши дни прыгают с семидесятиметрового (среднего) трамплина и с девяностометрового

ДВОЕБОРЬЕ (СЕВЕРНАЯ КОМБИНАЦИЯ)

Включает в себя два вида состязаний: гонка на 15 км и прыжки с 70-метрового трамплина. Время, показанное в гонке, пересчитывается на баллы, которые прибавляются к очкам, полученным за прыжок.

ГОРНЫЕ ЛЫЖИ

Горнолыжные состязания называются альпийскими, но, разумеется, проводятся не только в Альпах, где были впервые организованы. Состоят они из трех дисциплин (как мужских, так и женских): спуск, слалом и гигантский слалом. Альпийская, или северная, комбинация, не являясь состязанием в прямом смысле слова, представляет



(большого) трамплина. Каждое соревнование организовывается отдельно. Победителем считается тот, кто больше других набрал очков в двух видах прыжков (подводя итог, судьи учитывают дальность прыжков и соблюдение стиля).

Биатлон.

Изначально это был военный вид спорта, и состоял он из двух дисциплин: из бега на лыжах и стрельбы. Участники состязания, которое может проводиться и как гонка одиночек и как эстафета, должны преодолеть установленную дистанцию и выполнить четыре серии выстрелов.

Каждое непопадание в цель наказывается штрафным очком, что сказывается на итоговой сумме баллов. На эстафетных гонках промах при стрельбе

с собой сумму лучших результатов, показанных в нескольких соревнованиях. Новая дисциплина, называемая параллельным слаломом, когда одновременно соревнуются два спортсмена, в олимпийскую программу еще не включена.

СПУСК

Этот «королевский» вид спорта - самый захватывающий и наиболее опасный. Спуск длится около двух минут. Длина трассы (для мужчин) - 3 км или (для женщин) 2 км. Перепад высот равен (для мужчин) 800-1000 м или (для женщин) 500-700 м. Средняя скорость: около 100 км/час; при особо благоприятных условиях она может достигать 140 км/час.



СЛАЛОМ

Перепад высот равен (для мужчин) 180-220 м или (для женщин) 130-180 м; трасса оборудована серией обозначенных флажками проходов, или «ворот»; флажки втыкаются в снег попарно. Ширина ворот: 4-5 м. Расстояние между воротами: минимально - 75 см; максимально - 15 м. Количество ворот: 55-75 (для мужчин) или 45-60 (для женщин). Касание флажков не наказывается. Пропуск хотя бы одних ворот ведет к дисквалификации. Соревнование проводится в два круга. Победителем считается тот, кто в сумме набрал наибольшее количество очков.

ГИГАНТСКИЙ СЛАЛОМ

Это соревнование тоже проводится в два круга и победитель так же определяется по сумме показанного времени. В «гиганте» ширина ворот, образуемых попарно воткнутыми флажками, равна 4-8 м.



Расстояние между ними равно минимум десяти метрам. Перепад: 250-400 м (для мужчин) или 250-350 м (для женщин).

АЛЬПИЙСКАЯ КОМБИНАЦИЯ

Это состязание, состоящее из трех дисциплин: из спуска, гигантского слалома и просто слалома. На

международных соревнованиях титул победителя присуждают тому, кто в сумме набрал наибольшее количество очков. То же самое происходит и на Олимпийских играх: однако победитель звания «олимпийского чемпиона» не получает: ему присуждается титул чемпиона мира.



ОТ РЕАКТИВНЫХ СКОРОСТЕЙ ДО ПЕЩЕР

Кроме численных, лыжный спорт имеет еще одно состязание, предназначенное для любителей бешеных скоростей. Речь идет о спуске по тысячеметровой дистанции, когда спортсмены, воистину «реактивные» люди, летят по крутому склону чуть ли не со скоростью звука, для чего у них имеется специальное снаряжение (в частности, более длинные лыжи). Время замеряется только на стометровом отрезке, которому предшествует сравнительно большой разгон и после которого производится торможение, для чего тоже предусмотрено достаточное пространство.

Рекорд, признанный Международной федерацией: 223,741 км/час,

был поставлен во Франции, в Арке, 16 апреля 1988 года, французом Ми-каэлем Приюфером.

Прежде чем стать спортом, лыжи для многих являлись единственным средством передвижения по снегу.

В 1930 году в Норвегии были обнаружены наскальные рисунки, сделанные древними людьми. В то же самое время в Дании нашли доски с загнутыми концами, этакие дальние родственники лыж. Проведя необходимые исследования, ученые установили, что, как и рисунки, найденные доски относятся к V веку до н. э.

Таким образом, Норвегия и Дания на равных претендуют на отцовство современных лыж, поскольку и там и здесь этот вид транспортного средства был жизненной необходимостью.

МАРАФОН ЛЫЖНОГО КОРОЛЯ

В 1521 году на историческую арену вышли лыжи. В том году основатель современного Шведского



корольства, Густав I Ваза воевал с Данией, стремясь изгнать чужеземцев из своей страны. Во время рождественских праздников будущий король Густав Первый тайно проник во владения Даларна и попытался

взбунтовать местных жителей против датчан.

Потерпев неудачу, он надел лыжи и, взяв старт в Море, устремился к норвежским рубежам.

Он прошел не так уж много, когда его сограждане одумались и послали двух лучших своих лыжников его вернуть. Похоже, знаменитый Ваза шел не так уж плохо, ибо, как утверждает легенда, гонцы догнали его лишь на 86 километре от Моря.

Вняв уговорам посланцев, Ваза еще раз пробежал эти без малого 90 километров, но теперь в обратном направлении. Тем временем в Море разразилась революция, которая три года спустя принесла Швеции победу.

В 1922 году, то есть через четыре века, в голову шведскому журналисту Андерсу Персу пришла идея учредить лыжные гонки от Салена до Моря (89 км) в ознаменование подвига Густава Вазы.

Забег по этой трассе со временем превратился в популярное состязание, известное как «Vasaloppet» («Гонка Вазы»), в котором ежегодно принимают участие более 10000 человек.

На протяжении многих лет этот забег оставался единственным состязанием такого масштаба (хотя это - настоящее спортивное мероприятие, оно открыто для всех желающих). Теперь проводится их достаточно много, в том числе - фантастический забег «Marcialonga», являющийся классической гонкой, проводимой в Италии.

ЗАВОЕВАНИЕ ГРЕНЛАНДИИ

К организации лыжных соревнований человечество пришло значительное время спустя после легендарного забега Густава.

Первые правила лыжных гонок (разумеется по равнине) были разработаны в 1774 году в Норвегии для военных. Между ними одновременно проводились и состязания в прыжках с высоких трамплинов, что собирало, вероятно, немало зрителей.

Сто лет спустя в состязаниях уже могла участвовать и простая публика. Соревнования по прыжкам регулярно проводились (пока позволял снег) в норвежской столице Христиании, которая в 1925 году была переименована в Осло.

Между тем в Норвегии этот вид спорта набрал такую силу, что уже в 1861 году было основано лыжное общество, немало сделавшее для развития «белого спорта». И это в то самое время, когда большинство европейских стран не только не интересовалось деревянными досками, называвшимися лыжами, но просто их презирало.

Несмотря на то, что то там, то здесь делались достойные удивления попытки познакомиться со скандинавскими лыжами, люди, которые их видели и даже пробовали на них кататься, все еще составляли узкий круг неискушенных любителей.

Лыжный спорт стал популярным после выхода в свет перевода книги знаменитого полярника-исследова-

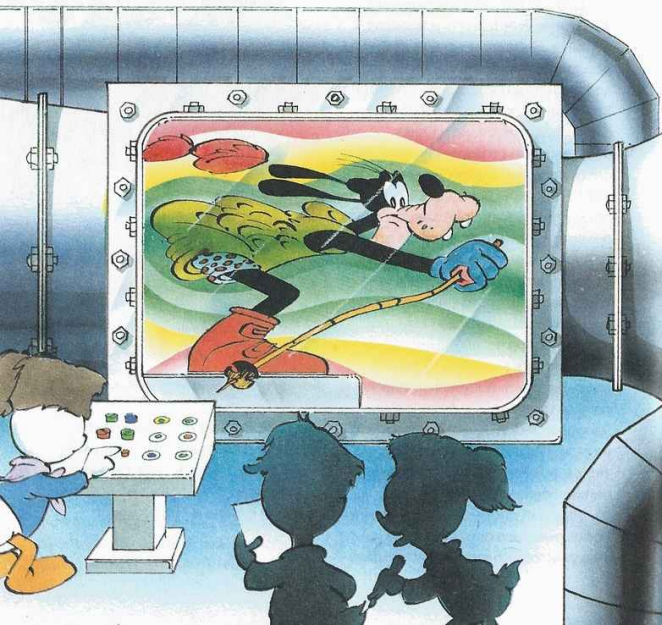


теля Фритьофа Нансена «Через Гренландию на лыжах», содержащей очерк путешествия двадцатисемилетнего норвежца по этой северной стране в 1888 году.

ВРАГ - ВОЗДУХ

Вслед за развитием техники происходит улучшение экипировки лыжников, особенно у «спускников». Одна из решающих битв против воздуха была доведена до победного конца в 1958 году, когда появились комбинезоны, плотно прилегающие к телу. Следующий этап их совершенствования завершился в 1966 году, на мировом чемпионате, состоявшемся в Чили, где французы вышли на трассу в новых нейлоновых комбинезонах, испытанных на сопро-

тивляемость воздуху в аэродинамической трубе, предназначенной для изучения аэродинамики автомобилей. Сегодня тоже лыжникам часто приходится посещать это научно-исследовательское устройство (для проверки обтекаемости шлемов, обуви, перчаток, креплений и даже палок, которым придали искривленную форму), благодаря чему удается сэкономить бесконечно малые отрезки времени в ходе состязаний, где счет ведется в наши дни на сотые доли секунды.



ЛЫЖНЫЙ СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ И НА ЛЮБОЙ ВКУС

За последние годы в лыжном спорте произошли серьезные изменения. От примитивных длинных лыж, из дерева и абсолютно гладких, с простейшими креплениями, остался лишь общий вид. Все остальное уже новое.

Огромный прогресс был достигнут в 1960 году с появлением металлических лыж, открывших путь новым материалам, а также комби-

нациям металла с пластиковыми массами, стекловолокном, и наконец с созданием современных «бутербродных» конструкций.

Сегодня лыжи состоят из верхнего и нижнего слоев, между которыми находится «сердцевина» из деревянных стружек или пластиковых материалов. Эти слои обеспечивают лыжам прочность, а «сердцевина» - упругость. Лыжи для спуска обычно длиннее тех, что используются в слаломе, как гигантском, так и простом. Нормальная длина «туристских» лыж колеблется от 1.75 м до 2.07 м.



Все детские лыжи, независимо от марки, имеют строго установленные размеры: 1.00 м - 1.35 м (для самых маленьких) и 1.40 м - 1.70 м (для старших). Помимо беговых лыж торговля предлагает специальные модели для горнолыжного спорта, такие, как лыжи «компактные», более короткие или более длинные, чем обычные, «мягкие», годные для всех лыжников и любого типа снега, а также «акробатические», позволяющие исполнять всевозможные фигуры и прыжки; мы уже не говорим о «сноуборде», «снеговой доске», на которой можно «серфинговать» на заснеженных склонах.

Определенного прогресса, возможно не столь значительного, добились и беговые лыжи, идет речь о

материалах (пластмассы заменили дерево) или о скользящей поверхности, которую теперь нет нужды натирать мазями, без чего когда-то обойтись было просто невозможно.

СЕКРЕТ ВОСКА

Мази в горнолыжном спорте тоже важны, но совсем по другой причине: лыжи натирают воском для того, чтобы они хорошо скользили по снегу. Сегодня необходимости натирать скользящую поверхность туристских лыж нет: она теперь универсальная, сделанная из специального материала, благодаря чему чувствуешь себя спокойно на любой снежной поверхности (когда-то плохая смазка означала почти неизбеж-

ное образование на лыжах снежных «шпор»). Однако в серьезном спорте смазка своего значения не утратила. Например, в спуске определенная доля успеха зависит от подготовки лыж, особенно к езде по свежему или мокрому снегу. Натирание воском отнюдь не последнее изобретение: еще в прошлом веке это делали скандинавские охотники добываясь лучшего скольжения; не забывали они и о масляной пропитке своих деревянных лыж. Смазка делалась из пчелиного воска и можжевеловой смолы.

В наши дни все смазки изготов-

ляются из синтетических смол, которые смешивают по особым, «секретным» рецептам; используются ими в зависимости от температуры и снежных условий. Со спортивной точки зрения, настоящими «кудесниками» в этом деле являются швейцарцы. Однако в лыжном спорте развить скорость недостаточно: надо уметь ею разумно пользоваться. Никогда не пытайтесь добиться того, на что способными себя не чувствуете: на снегу за ошибки приходится расплачиваться очень дорогой ценой!



КОНЫКОБЕЖНЫЙ СПОРТ



Давным давно, еще в Средние Века, молодая голландка по имени Лидвина ван Шидам, катаясь на коньках по застывшему каналу, упала и сильно расшиблась. Выздоровев, она решила уйти в монастырь. Впоследствии ее провозгласили святой покровительницей всех катающихся на коньках.

Коньки, как и их северные родственники, лыжи, существуют почти столько, сколько стоит свет.

Для быстроты и надежности передвижения по льду рек, озер и морей люди сначала использовали острые пластины из костей животных, которые прикреплялись к подошвам башмаков или сабо; одновременно делались попытки применять и твердые металлы. Металлические коньки двухтысячелетнего возраста были, например, обнаружены на территории России.

В Средние Века, особенно у голландцев и шотландцев, в холодную зимнюю пору коньки использовались как самое быстрое средство передвижения.

В тех странах, а по сути, везде, где зимой образуется лед, коньки служили забавой, как для детей, так и для взрослых. Так, в XV веке, обуев ноги в коньки, мужчины соревновались в скорости, тогда как женщины танцевали.



НАСТОЯЩИЕ ЛЕДОВЫЕ КОРОЛЕВЫ

Соревнования в скорости и танцы на льду - предки нынешних скоростного бега и фигурного катания на коньках.

Если лыжи в течение долгого времени не покидали пределов своей родины, где ими пользовались только как транспортным средством, то коньки, наоборот, быстро распространились по соседним землям, и на них бегали на скорость везде, где зимой образовывался достаточно толстый лед.

Эта мода не обошла никого, о чем, к примеру, свидетельствуют

сообщения о «конькобежных» успехах Марии Антуанетты в Версале, а также королевы Виктории, катившейся по скованной льдом реке Темзе.

Кстати напомним, что Великобритания, колыбель многих видов спорта, первой - в данном случае тоже - разработала официальную программу шагов, что позволило конькам стать спортивно-состязательной дисциплиной.

Первый клуб конькобежцев был создан в Шотландии в 1742 году.

Первые официальные соревнования состоялись в Англии, на дистанции в 15 миль (24 км). Первая ледяная дорожка была сделана в Лондоне в 1842 году.



ОЛИМПИЙСКИЙ ВИД СПОРТА, НО...

Во второй половине прошлого столетия, когда на коньках катались везде, где зима была достаточно холодной и, следовательно, имелись необходимые условия, конькобежный спорт являлся одним из самых распространенных видов спорта.

Естественно, что уже в 1880 году заговорили об организации международных соревнований по скоростному бегу на коньках. В силу ряда типичных для того времени заминков первые состязания состоялись только через пять лет, в 1885 году, в Голландии.

Четыре года спустя, после очевидного успеха этих соревнований, началась подготовка первого чемпионата мира по конькобежному спорту. Факт, достойный восхищения, поскольку первая международная федерация этого спорта была создана лишь по прошествии трех лет, а именно в 1892 году!

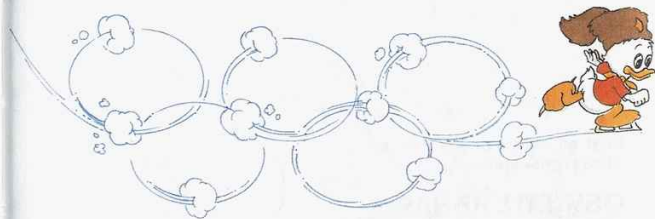
Безупречный порядок, царив-

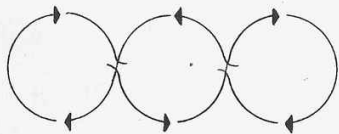
ший в конькобежном мире, произвел на Организационный комитет Олимпийских игр такое впечатление, что 23 июня 1894 года, собравшись в Париже, он решил признать конькобежный спорт олимпийской дисциплиной.

Однако официально коньки в программу афинской Олимпиады 1896 года включены не были по причине отсутствия искусственного льда.

Не было коньков и в Париже, в 1900 году, так как не успели залить дорожку.

Забыли включить коньки и в программу Олимпиады, состоявшейся в Сент-Луисе (1904 г.). Только в 1908 году, в Лондоне, они получили то, что было обещано четырнадцать лет назад. С той поры конькобежный спорт постоянно фигурирует на Зимних Олимпийских играх, хотя тогда, на Британских островах, по иронии судьбы, он был представлен одним фигурным катанием. Увы, только им!

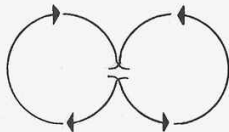




Круг является основой всех обязательных фигур.

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Фигурное катание на коньках состояло, таким образом, в исполнении фигур, частью предписанных правилами (обязательная программа) и частью выбранных самими спортсменами (произвольная программа). В ту пору судить катание было значительно проще, нежели теперь. Судьям надлежало оценивать только техническое исполнение и ничего другого, тогда как в наши дни им приходится выставлять оценки за серии простых двойных и даже четверных прыжков, и все это - исходя из степени их сложности. Все прыжки должны быть хореографически организованы, совсем как балет, что, несомненно, усиливает их зрелищность.



НЕПОБЕДИМЫЙ САЛЬХОВ

Первым олимпийским героем был известный шведский фигурист Ульрих Сальхов, который в свои неполные тридцать четыре года стал десятикратным чемпионом мира. Перед зрителями он неизменно появлялся в черном трико. Его самым опасным соперником был русский фигурист Панин, который был снят с очередных соревнований в 1908 году из-за внезапной простуды, что

позволило шведу существенно сбавить силы.

Без большого напряжения проходили в том же 1908 году (Лондон) и соревнования женщин. Незаурядной фигуристкой показала себя англичанка Магда Сайрес. Эта самая Сайрес была так сильна, что шесть лет до того приняла участие в международных состязаниях для мужчин, в которых показала второй результат, уступив первенство непобедимому Сальхову.

СОСТЯЗАНИЯ С ХРОНОМЕТРОМ

Соревнования по скоростному бегу на коньках проводятся на дистанции 400 м. Ледяная дорожка поделена на две полосы шириной от 2 до 5 м каждая.

Конькобежцы выходят на дистанцию по двое, но соревнуются не между собой, а со временем. Чтобы ликвидировать разницу в длине ледяной дорожки, в отличие от легкой атлетики они не берут ступенчатого старта, а в ходе забега, после каждого круга, меняются своими дорожками.

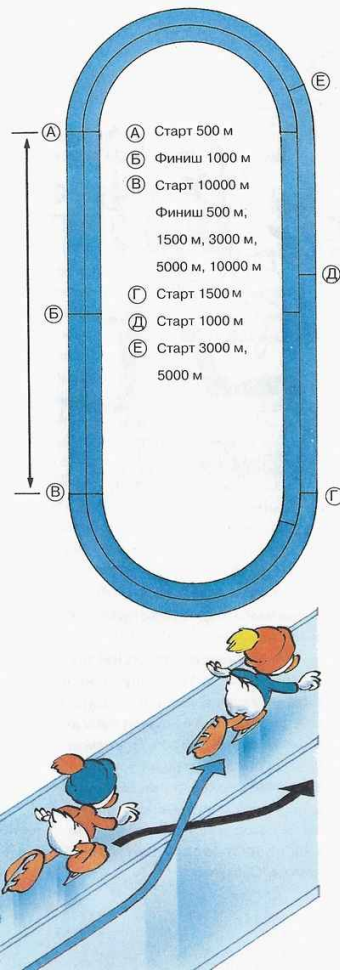
Всего только раз конькобежцы соревновались не со временем, а - как в атлетике - друг с другом, стремясь прийти к финишу раньше соперников. Произошло это в 1932 году на озере Лейк-Плэсид; однако опыт той Олимпиады положительным не оказался, хотя с точки зрения соревновательности в ней была заложена сильная интрига. Увы, подобных состязаний более не проводилось никогда.

Что касается скорости, то наибольшая была, естественно, показана на самой короткой дистанции (500 м), которую лучшие бегуны преодолевают в среднем со скоростью 48 км/час. Хорошенько разбежавшись, конькобежцы могут выдержать такой темп достаточно долго. Средняя скорость на 5000 метрах (40,5 км/час) почти равна скорости, зафиксированной на двойной ледяной дорожке (40,4 км/час).

Одним из своеобразных состязаний на льду (пока что не включенных в разряд олимпийских), довольно популярных, являются прыжки в длину на коньках. Прыжки достаточно оригинальные: они состоят в том, чтобы, как следует разбежавшись, перепрыгнуть максимальное количество препятствий (бочек), расставленных вплотную друг к другу.

Сия специфическая дисциплина,

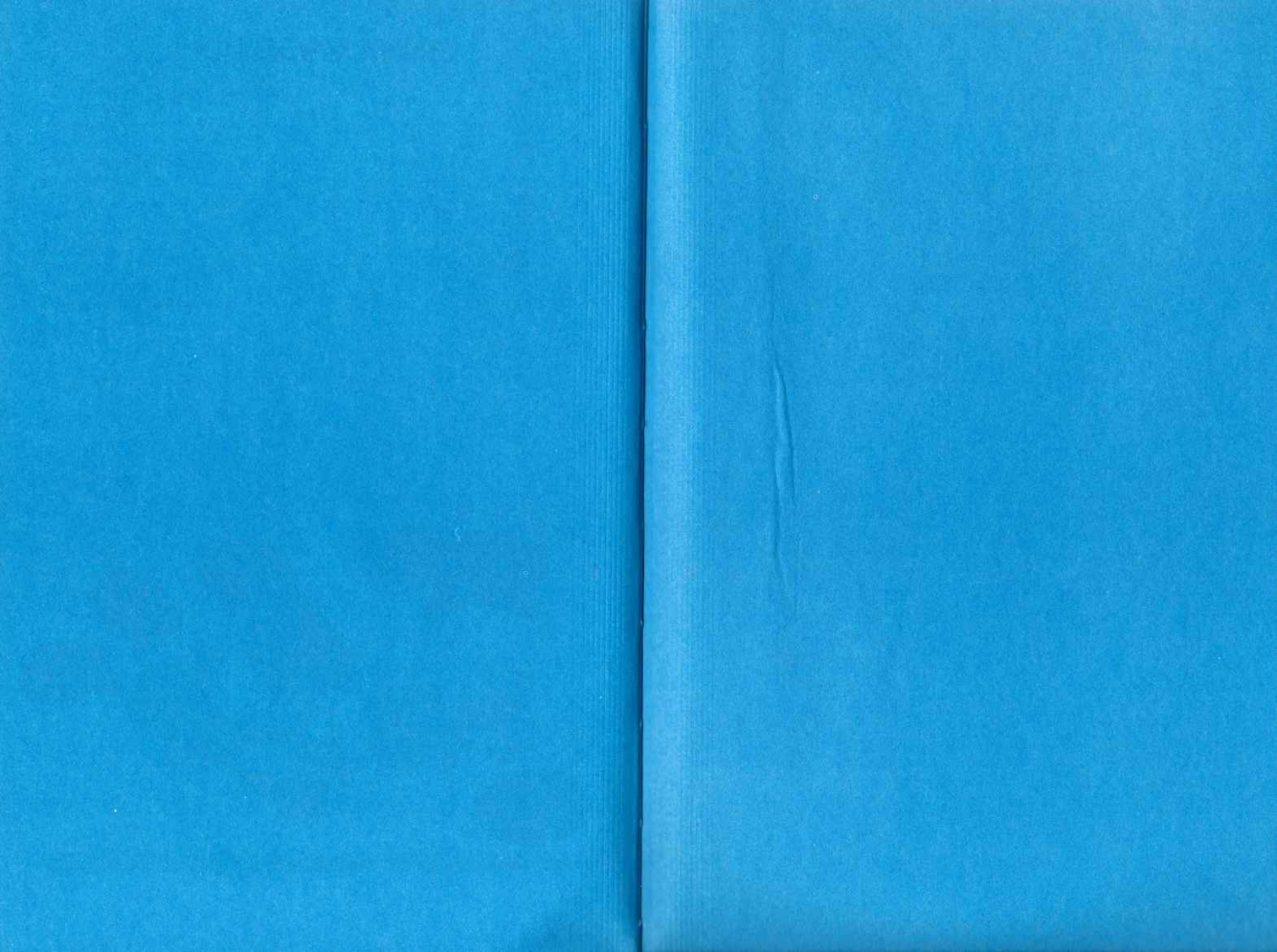
достигая почти что трехсотлетнего возраста, в 1975 году была отмечена историческим достижением американца Джима Пэприкка, который только за счет собственной силы пролетел над льдом целых 8 метров и 94 сантиметра, одержав заочную победу над легкоатлетом Бобом Бимом, чей рекордный прыжок равнялся 8,90 м.



СОДЕРЖАНИЕ

Как возникли Олимпийские игры	8
Легкая атлетика	20
Плавание	46
Футбол	60
Велосипедный спорт	80
Гимнастика	90
Теннис	100
Регби	110
Баскетбол	118
Волейбол	126
Ручной мяч	130
Лыжный спорт	134
Фигурное катание на льду	148





*
**КАК СТАТЬ
ЧЕМПИОНОМ**

*
**КАК СУДИТЬ
ФУТБОЛЬНЫЙ МАТЧ**

*
КАК ВЫБРАТЬ ВЕЛОСИПЕД

*
**КАК РАЗВИТЬ
СИЛУ И ЛОВКОСТЬ**

*



ISBN 5-85044-222-7



9 785850 442224