



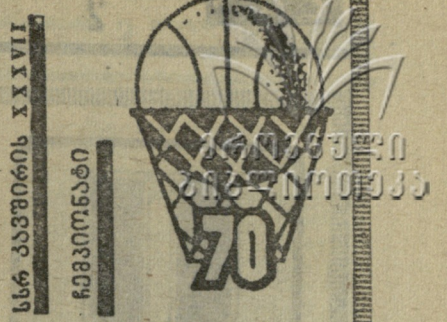
№ 145 (4139)

1970 წ.

26 ივლისი, კვირა, ვატი 3 კაპ.

საქ. სსრ მინისტრთა საბჭოსთან არსებული ფიზიკური კულტურისა და სპორტის კომიტეტისა და პროლეტარული სპორტის საბჭოს ორგანო

გაზეთი გამოდის 1934 წლის 19 აპრილიდან



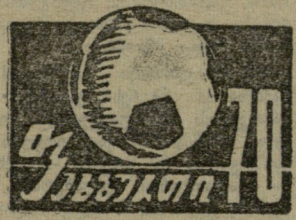
პროლეტარული ღირებულება განვირუდო „ურადგაში“

გუშინ წინ გამართა მორიგი ტურის კიდევ ორი მატჩი. პაუნსანი. ადგილობრივმა „ქალგი-რისმა“ ჩემპიონატის აუტსაიდერს — ალმა-ათის „ლოკომოტივს“ უმასპინძლა. მოხდა სენსაციის მასპინძლები და მარცხდნენ — 7:79.

საქართველოს ჩემპიონები კლასიკურ ვიდეოგაში



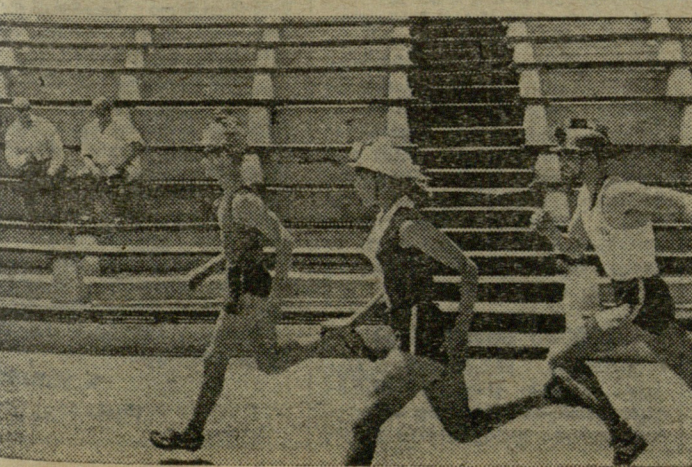
უ. გივოლაშვილი, გ. ბუაძე, რ. ლაშვარაძე, ე. მებრძოლი, ბ. ლეკვიანი, გ. ვალიძე, რ. ლუღნიანი, ე. გოგლიძე, მ. ჩიხარაძე, შ. მირიქიაძე



ფინალში: „დინამო“ (მოსკოვი) — „დინამო“ (თბილისი)

კუხურა...

მოსკოვსა და თბილისში გამართა საბჭოთა კავშირის საფეხბურთო თასის გათამაშების ნახევარფინალური მატჩები. მოსკოვი ერთმანეთს შეხვდნენ ადგილობრივი და კიევური დინამოელები. უაღრესად დაძაბული ბრძოლა მასპინძელთა გამარჯვებით დამთავრდა — 2:1. ბურთები გაიტანეს: მასპინძელთაგან — ავრუცკიმ (მე-18 წ.), ეშტრეკოვმა (54-ე წ.), კიეველთაგან — პუშჩინამ (22-ე წ.).



გათამაშების ცხრილი

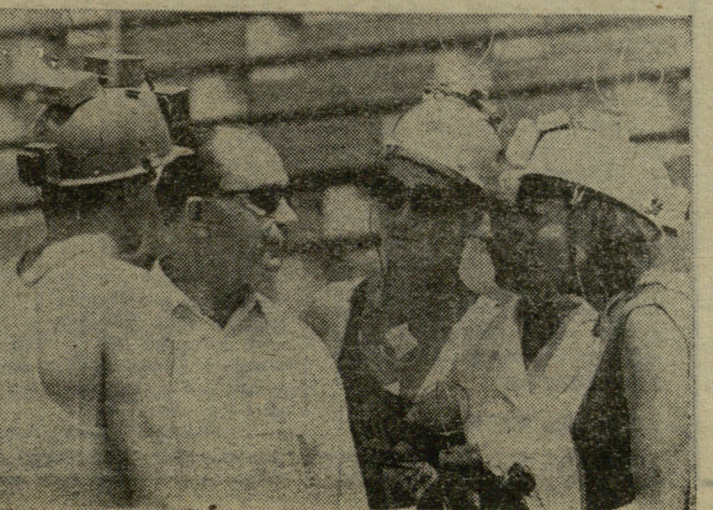
მდგომარეობა 26 ივლისისთვის

Table with columns for team names and scores. Includes teams like 'Spartak', 'Dynamo', 'Lokomotiv'.

სპორტი და მედიცინა

კრანოდარში „ყუზანის“ ცენტრალურ სტადიონზე უჩვეულო, თითქმის კოსმოსურ ტანსაცმელში გამოწყობილი სპორტსმენები ვარჯიშობენ. აქ 1965 წლიდან მუშაობენ სამხარეო საექიმო-ფიზკულტურული დისპანსერის ფუნქციონალური დიაგნოსტიკის კაბინეტის თანამშრომლები. კაბინეტის ტექნიკური აღჭურვილობა, სხვადასხვაგვარი რადიოგამაძიებელი და მა-

რევიტორები აპარატურა ექიმებს საშუალებას აძლევს ნებისმიერ მომენტში ჩაიწერონ სპორტსმენის ტვინის ბიოეკივიტი, გადაიღონ ელექტროკარდიოგრამა, აღწერონ გულ-სისხლძარღვთა რიტმი, თვალყური ადევნონ ორგანიზმის სასუნთქ და მარეგულირებელ ფუნქციებს. ამასთან, სპორტსმენი წვრთნის ჩვეულებრივ პირობებშია ჩაყენებული. საგანგებო ჩაუხუტებ-



ში ჩამატებული ვადამეცემები ინფორმაციებს 100 მეტრზე გადახტომენ ხელსაწყოებს, რომლებსაც ყუზარადღებში აკვირდებიან ექიმები. ფუნქციონალური დიაგნოსტიკის კაბინეტი „ყუზანის“ სტადიონზე მწვრთნელებს საშუალებას აძლევს უდიდესი სიზუსტითა და ობიექტურობით შეარჩიონ ახალბედები იმ სექციებისთვის, რომლებშიც მომავალ სპორტსმენთა ორგანიზმი ყველაზე მეტად შესაფერისია, აგრეთვე, მკაცრი საექიმო კონტროლი დააწესონ აუციელ მომეცადინეზე. უახლოეს დროში გამოყენებული იქნება გამოთვლილი ელექტრული მანქანები, რომლებიც რადიოტელემეტრული ინფორმაციების და მუშაობას 10-ჯერ დააჩქარებენ, მაშინ მწვრთნელებსა და სპეციალისტებს შეეძლება უფრო ზუსტად და რაციონალურად გაანალიზონ დატვირთვა უშუალოდ სპორტსმენთა წვრთნის დროს. (ახალი ამბების სააგენტო).

ს უ რ ა თ ე ბ ჯ ე: კრანოდარის სამხარეო საექიმო-ფიზკულტურული დისპანსერის მთავარი ექიმი პ. ნიხაენკო (მარცხნიდან მეორე) სპორტსმენთა შორის; სპეციალური აპარატურით აღჭურვილი სპორტსმენები წვრთნის დროს.





სსრ კავშირის პირველობა

სპარტაკი

„სპარტაკი“ — 0:2

24 ივლისს დაიწყო საქართველო ჩემპიონატის მეორე წრე. პირველი მატჩი შედგა მოსკოვში ადგილობრივ „სპარტაკს“ და ქუთაისის „ტორპედოს“ შორის.

უპირატესობა „სპარტაკს“ ჰქონდა, მაგრამ ქუთაისელები კარგად იცავდნენ თავს და არა მარტო იცავდნენ, ისინი თავმოებდნენ სწრაფად, ხშირი მანევრით, მწვავე კონტრშეტევებით. ვაგნაშვილის კარი იჭრებოდა იყო რეალური ხიფათის წინაშე.

„სპარტაკმა“ მხოლოდ მეორე ტაიმში შეიღო შეტევის გაშლა.

72-ე წუთზე ერთ-ერთი იერიში გოლით დაამთავრა კალინოვა, ხოლო 83-ე წუთზე ოსინინმა ძნელი მდგომარეობიდან მეორედ აიღო „ტორპედოს“ კარი.

ამის შემდეგ „ტორპედოს“ ჰქონდა ერთი გოლის გაქვითვის საშუალება: ხერხაძემ საჯაროთა დარტყმითან მელს მოახვედრა ბურთი, რომელსაც ერთდროულად მიუსწრეს კავაზაშვილმა და ქიქვაძემ. მეკარემ იმარჯვა და აიღო ბურთი.

გამარჯვება „სპარტაკს“ დარჩა — 2:0.

საორბთაქიურ კოიისიუი

სსრ კავშირის ფეხბურთის ფედერაციის საორბთაქიურმა კომისიამ განიხილა იმ ფეხბურთელთა საკითხი, რომლებმაც წესრიგი დაარღვიეს მოსკოვის გუნდების — „სპარტაკისა“ და „ტორპედოს“ მატჩში.

სპარტაკელი ლოგოფეტი და ტორპედოელი ლენიოვი დისკვალიფიცირებული არიან 2-2 თამაშით. ტორპედოელი გერსკოვიჩი არ ითავაზება.

მაშებს სამ მატჩს. გარდა ამისა, მას პირობით დისკვალიფიკაცია მიეცა წლის ბოლომდე და მცირეოდენი დანაშაულის ჩადენის შემთხვევაში ეს პირობითი სასჯელი ავტომატურად შევა ძალაში.

ერთ კალენდარულ თამაშს გააცდენს ცსკა-ს მცველი აფონინი, რომელიც მოსკოვის დინამოელებთან მატჩის შემდეგ უღიერად მოეპყრა მსაჯებს.

თელაველეგა გაიმაჩვენს

თელავის „კახეთის“ ფეხბურთელებს თავიანთ მინდორზე 22 ივლისს მეტოქედ ჰყავდათ „ბ“ კლასის 11 ზონის 1 ქვეკლუბის ერთ-ერთი საუკეთესო გუნდი — ეისკის „ტორპედო“.

თელაველებმა კარგად ითამაშეს და გაიმარჯვეს ახვარშით 2:0.



11 ზონა, 1 ქვეკლუბი

Table with 5 columns: Team Name, Goals, Assists, etc. for various teams like 'შატალურში', 'გოლბათი', etc.

ბათამაშების ცხრილი

Table with 5 columns: Team Name, Goals, Assists, etc. for various teams like 'შატალურში', 'გოლბათი', etc.

მს პრ უნდა გავეთრდეს!

სულ ახლახან, 15 ივლისს, თბილისის არმიის სპორტკლუბის სტადიონზე მიმდინარეობდა კალენდარული მატჩი ფეხბურთში საქართველოს პირველობაზე. არმიელები მასპინძლობდნენ წულუკიძის „ფიქარს“.

მენტარულ წესებს, მოთამაშებით უღირსად ეცოდნენ ერთმანეთს, ყოველი სასტვენის შემდეგ უტიფრად ეღაფებოდნენ მსაჯს უ. ძნელაძეს.

Advertisement for 'თარგოლა' (Targola) featuring a logo and text about a competition.

რას ჰგავდა თუნდაც ის ამბავი, რომ თბილისელ სიტკოვს მატჩის დაწყებულანვე ეცვა ისიურსი № 16. უღიერად აქცეოდა ისიც და მისი პარტნიორი ტოპოკონიოვიც, ხოლო „ფიქარის“ მხრივ — ჯორბენიაძე, კვარაცხელია, კირთაძე. ამ ფეხბურთელთა მიმართ მიღებულია სსსკ-ის სხვადასხვა ზომი, ხოლო „ფიქარის“ მწვრთნელს ჯ. სანოძეს მიეცა სასტიკი გაფრთხილება.

ვერც თბილისელი არბიტრი ძნელად იღვანელებს სიმაღლეზე. მან ვერ გამოიჩინა საკმარისი პირობა და არც მატჩის ტექნიკური ოქმი გააფორმა რიგაინად. ფეხბურთის რეგულაციური ფედერაცია მკაცრ ზომებს მიმართავს მათ მიმართ, ვინც დაარღვევს წესრიგს ჩვენს სტადიონებზე.

ბ. ბაქანიძე, საქართველოს ფეხბურთის ფედერაციის თავმჯდომარე.

უფრო კლიერი წამალი



აას-ის კორმსკონფენტ ს. ზინკანის საუბარი ფიზიკური კულტურის სამედიცინო კორმსკონფენტის დირექტორთან, მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორთან, პროფესორ ი. მურავიშვიტთან

რამდენად ჩვენთვის ცნობილია, თქვენთვის ცნობილია თუ არა, რომ თქვენთვის ცნობილია, რომ თქვენთვის ცნობილია...

ინსტიტუტი სულ ერთი წელია შეიქმნა. მისი ამოცანაა შეისწავლოს ფიზიკური კულტურის გავლენა ადამიანის ჯანმრთელობაზე. ასეთი დაწესებულება მსოფლიოში სხვაგან არ არსებობს. ტრადიციული სპორტული სამედიცინო-კვლევითი დაწესებულებები ძირითადად დიდი სპორტის პრობლემების გადაწყვეტაზე მუშაობენ.

სულ სხვადასხვაა კვლევა, რომლის შედეგებიც ადამიანის ჯანმრთელობის შენარჩუნებასა და განმტკიცებაში ეხმარება. მიმოვრჩევა და აფიქსებს ეპოქიდან, რომლებშიც პირველმა დაიწყო ლაპარაკი ჯანმრთელობისთვის ფიზიკური ვარჯიშის მნიშვნელობაზე, ამ თვალსაზრისით ძალიან ცოტა რამ გავიდა. სულ უფროდ წლის წინ ჩვენ მიმოვრჩევიდნენ მეტი რაღაც ვიცოდით ამ საკითხის ირგვლივ. მხოლოდ ამ უკანასკნელ ხანს გაიშალა დრმა, ყოველმხრივ კვლევა.

სპეციალისტებმა მშვენივრად იცოდნენ, როგორ იყო საჭირო ფიზიკური ვარჯიშის ორგანიზება ძალის, სისწრაფისა თუ ამტანობის გასაფართოებლად. მაგრამ უსუსტად ვერაფერ იტყვოდა, როგორ უნდა ყოფილიყო დატვირთვა, ვთქვათ, სუსტი ფილტვების შემთხვევაში, ან გულში ავადმყოფი ხანდაზმული ხალხისთვის, მათთვის, ვისაც მიგრტინიისგან ან სიმსუქნისგან აქვს მიღრევილება. ასეა, მეცნიერების დამხმარებით დაგროვილი გარკვეული გამოცდილების შედეგად, შესაძლებელი ხდება არა მხოლოდ პრაქტიკული რეკომენდაციების დამუშავება, არამედ, რაც მთავარია, ადამიანის ორგანიზმზე ფიზიკური ვარჯიშის გავლენის გვერდ-შოთხური შესწავლაც. ლაპარაკია იმაზე, თუ ფიზიკულტურის დახმარებით როგორ გავაუმჯობესოთ ადამიანის სიცოცხლე, როგორ შევუნარჩუნოთ მას ჯანმრთელობა, მხნეობა, უნერგია, შრომუნუნარიანობა. შესაძლებელია სდებუ წონის დაკლება, სიმადლის მოშატება, ფიზიკური დეფექტების გამოსწორება, ნერვული სისტემის განმტკიცება. სწორედ ამ პრობლემებზე მუშაობს ჩვენი ინსტიტუტი.

თქვენ ფიქრობთ, რომ ფიზიკური ვარჯიში შეიძლება ისეთივე ეფექტური საშუალება იყოს, როგორც წამალი ან ქირურგის დანა?

— ისეთივე კი არა, უფრო ძლიერიც. წამალიც საბოლოო ჯამში ადამიანის ორგანიზმისთვის უცხოა, არაბუნებრივი, სელოფენური. ჩვენი ცალკეული ორგანოები და სისტემები მრავალი საუკუნის მანძილზე ვითარდებოდნენ და სრულყოფილი ხდებოდნენ საკუთარ შესაძლებლობათა შემოღობით და არა ფარმაკოლოგიის დახმარებით. თითქმის ყველაზე უწყინარი წამლებიც კი რაღაც უარყოფით გავლენას ახდენენ ადამიანის ორგანიზმზე. რაც ყველაზე ცუდია, სხეული შეიძლება გადავიწვიოს ყოველგვარ დაავადებასთან დამოუკიდებლად, ბუნებისგან ნამოძებნი საშუალებით ბრძოლას.

ერთი სიტყვით, გამოდის, რომ წამალი მაგნებელი ყოფილა?

— არა, რასაკვირველია. სწორედ წამლებმა იხსნა კაცობრიობა ინფექციური დაავადებებისგან, რომელთა წინააღმდეგაც ჩვენი ორგანიზმი უძლური იყო. ისინი მილიონობით ავადმყოფს უწყვეტ დახმარებას და ბევრი რთული დაავადების განკურნებაც სწორედ მათი წყალობით ხდება შესაძლებელი. საქართველოში, მარტო ანტიბიოტიკების დახმარებით მთელი კაცობრიობის სიცოცხლის ხანგრძლივობა საშუალოდ 7 წლით გაიზარდა. მიუხედავად ამისა, უნდა ითქვას, რომ წამალი სულაც არ არის რადიკალური საშუალება ბევრი ავადმყოფობის თავიდან ასაკლებად.

როგორ ვებრძობით სხვადასხვა ავადმყოფობას? შეიძლება თუ არა ავად დაავადებით ისეთ დაავადებებს, როგორცაა, მაგალითად, კიბო, ინფარქტი, ათეროსკლეროზი, სარკომა?

არსებობს. სამედიცინო მეცნიერებას, განსაკუთრებით გენეტიკის წარმატებები ფაფოქებინებს, რომ რადიკალური საშუალება მოიძებნება კიბოს წინააღმდეგაც. დღეს მეცნიერთა ყურადღების ცენტრში დგება გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებებიც, რომლებიც ძალიან გაავრცელდნენ ჩვენს დროში. ამას პირდაპირი კავშირი აქვს თანამედროვე ადამიანის ცხოვრების პირობებთან. სხვაგვარად რომ ვთქვათ, ევოლუციამ ადამიანი შექმნა აქტიური მოქმედებისთვის, მოძრაობისთვის, ფიზიკური დატვირთვისთვის, ბრძოლისთვის და არა სიმშვიდისთვის. ყველაფერი უარყოფითი, რასაც ჩვენ ცივილიზაციას ვუკავშირებთ, იმის შედეგია, რომ ვერ ვახერხებთ ცხოვრების ახალ პირობებს შეგვრებით. სამედიცინო-ტექნიკურ პროგრესს უდრის სიკეთე მოაქვს ადამიანისთვის, მაგრამ მან შეიძლება სერიოზული ზიანიც მოგვიტანოს, თუ ახალ მიღწევებს დაუკვირებელი მოგვეცევივით, თუ დღევანდელი ცხოვრების პირობებში გუმინდელი დღის წარმოდგენებითა და ნორმებით ვიხელმძვავებლებთ.

აქ ბევრი რამ შეიძლება დაგასახელოთ. მაგალითად, ესაა წარმოდგება კომფორტზე, როგორც უმოძრაო სიმშვიდეზე, რაც დღეს უარყოფილია აქტიური დასვენების გზით — დადოლი ადამიანის ძალ-ღონის აღდგენის გეგმარტივად ვეფექტური საშუალებებით. რამდენიმე სიტყვა უნდა ვთქვათ იმ შემთხვევაში, რომლებიც ცდილობენ ფიზიკულტურას მოსწყვიტონ ბავშვი მისი სუსტი ჯანმრთელობის მომიჯნავეებით, თუმცა ნორჩის ორგანიზმი ვარჯიშს შიითხმობს.

აი, რატომაც აუცილებელია, რომ ცივილიზაციის სხვადასხვა სიკეთე ცხოვრების ნორმალური, ჯანსაღი პირობებს შევუსადაგოთ. სტადიონები, აუზები და ტანვარჯიშის დარბაზები ადამიანს ბუნების მაგაფრობას უწყვეტ. ხანგრძლივი რბენა თანაბარ, საშუალო ტემპში ამბარებს გულის კუნთებს, ინფარქტისა და ათეროსკლეროზისგან გვიცავს. ტანვარჯიში, ცურვა, სულთა ჰაერზე თამაში, ნიჩბოსნობა, თხილამურები, ციკურები, ხელფების კუნთებს ამბარებს, სხეულს აწერობს. ადამიანისთვის, რომელიც ამ სახეობებს მისდევს, უცხოა გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები, გრიპი, თავის ტვინული, კინიკრატია.

ესე იგი, ფიზიკულტურა პრო-



ავტორანსპორტისა და გზატკეცილების მუშაობა პროფესორის რესპუბლიკური კომიტეტის ფასანაურის პიონერთა ბანაკის ნორჩი დამსვენებლები ხშირად აწყობენ ტურნირებს სპორტის სხვადასხვა სახეობაში.

