პროლეტარებო ყველა ქვეყნისა, შეერთდით!

ლელო

№ 111 (3850) 10 1969 წ. ივნისი. შაბათი. ფასი 2 კაპ.

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

ЛЕЛО Орган Комитета по физической культуре и спорту при Совете Министров ГССР и республиканского Совета профсоюзов

გამოცემის 45-ე წელი.

სპარტაკიადის დღიური

თბილისის ბაზებზე სტარტი აიღო მოსწავლეთა XXI რესპუბლიკურმა სპარტაკიადამ. უკვე სამი დღეა ასპარეზობენ წყალში მხტომელები, მოჭადრაკეები, ფრენბურთელები და კალათბურთელები.

წყალში მხტომელთა შორის უკვე გამოვლინდნენ პირველი ჩემპიონები. კოშკიდან შეჯიბრებაში უძლიერესის სახელი დაიმკვიდრა ქუთაისელმა გოგონამ ნ. ამაღლობელმა (II ადგილზეა თბილისელი ლ. გნიოტოვა, III — აფხაზეთის წარმომადგენელი ე. ბოიარკინა), ხოლო ტრამპლინიდან — თბილისელმა ს. ვართანოვმა (II ადგილზეა თბილისელი თ. მელაძე, III — აფხაზეთის გუნდის წევრი ა. ტაბუნოვი).

თბილისის **კალათბურთელმა** გოგონებმა ზედიზედ ორი მატჩი მოიგეს. პირველ დღეს დაამარცხეს რუსთაველები (85:30), მეორე დღეს — ცხაკაიელები (30:25). აფხაზეთისა და ქუთაისის გუნდების შეხვედრაში ქუთაისელი გოგონები მწვავე ბრძოლაში დამარცხდნენ — 41:48. დანარჩენი შედეგები ასეთია: გოგონები. აფხაზეთი — ცხაკაია 56:27; ჭაბუკები. ქუთაისი — აფხაზეთი 51:60, თბილისი — ფოთი 79:51, ფოთი — ქუთაისი 64.48, გორი — თბილისი 25:81.

ფრენბურთელთა ასპარეზობაში დაუმარცხებლად იბრძვიან თბილისელი ჭაბუკები და გოგონები. ჭაბუკებმა მოუგეს რუსთავისა (3:1) და ქუთაისის (3:0) წარმომადგენლებს. გოგონებმაც რუსთაველები (3:0) და ქუთაისელები (3:0) „იმსხვერპლეს".

სხვა შეხვედრები ასე დამთავრდა: ჭაბუკები. აფხაზეთი — ქუთაისი 3:0, გარდაბანი — ტყიბული 3:0, გარდაბანი — აფხაზეთი 2:3, რუსთავი — ტყიბული 3:0; გოგონები. გარდაბანი—აფხაზეთი 2:3, გარდაბანი — რუსთავი 0:3.

მოჭადრაკეთა ტურნირის I და II ტურის შეხვედრებში თბილისის ნაკრებმა დაამარცხა აჭარის გუნდი — 6:2, ხოლო II ჯგუფის (რაიონების ნაკრები) წარმომადგენლებთან ყაიმით დაამთავრა მატჩი — 4:4. ქუთაისელებმა I ტურში წააგეს აფხაზეთის წარმომადგენლებთან — 3,5:4,5. II ტურში მათ ასეთივე ანგარიშით დაყარეს ფარხმალი აჭარის ნაკრებთან.

* * *

გუშინ შეჯიბრებები დაიწყეს აკრობატებმა, სპორტული და მხატვრული ტანვარჯიშის ნორჩმა წარმომადგენლებმა, წყალბურთელებმა, მაგიდის ჩოგბურთელებმა, ფეხბურთელებმა, ჩოგბურთელებმა, მძლეოსნებმა, მოფარიკავეებმა, ხელბურთელებმა. რუსთავში დაიწყეს ასპარეზობა მოკრივეებმა, გორში — ველოსიპედისტებმა, ფოთში — ნიჩბოსნებმა.

მხოლოდ ტექნიკური შედეგები...

ბუქარესტი. 31 მაისი-8 ივნისი. მოკრივეთა XVIII ევროპული ჩემპიონატი. მონაწილეობდნენ 25 ქვეყნის სპორტსმენები.

პირველი უმჩატესი წონა. 1. გედო (უნგრეთი), 2. უდელა (იტალია), 3. ესკუდერო (ესპანეთი), როქეკი (პოლონეთი).

მეორე უმჩატესი. 1. ჩუკა (რუმინეთი), 2. ნოვიკოვი (სსრ კავშირი), 3. ოლეხი (პოლონეთი), გრასო (იტალია).

მჩატე. 1. დუმიტრესკუ (რუმინეთი), 2. კოსენტინო (საფრანგეთი), 3. პინდერი (ინგლისი), დაულინგი (ირლანდია).

ქვემსუბუქი. 1. ორბანი (უნგრეთი), 2. ტოტარი (თურქეთი), 3. მიხაილოვი (ბულგარეთი), რიჩარდსონი (ინგლისი).

მსუბუქი. 1. კუცოვი (რუმინეთი), 2. პილიჩევი (ბულგარეთი), 3. ლომაკინი (სსრ კავშირი), პეტეკი (პოლონეთი).

პირველი ქვესაშუალო. 1. ვ. ფროლოვი (სსრ კავშირი), 2. სტოიჩევი (ბულგარეთი), 3. იაკუბოვსკი (პოლონეთი), კაპრეტი (იტალია).

მეორე ქვესაშუალო. 1. მაიერი (გფრ), 2. ზილბერმანი (რუმინეთი), 3. მუსალიმოვი (სსრ კავშირი), კირიაკოვი (ბულგარეთი).

პირველი საშუალო. 1. ტრეგუბოვი (სსრ კავშირი), 2. ფაკეტი (იტალია), 3. კოვაჩი (რუმინეთი), იმრი (შოტლანდია).

მეორე საშუალო. 1. ტარასენკოვი (სსრ კავშირი), 2. პარლოვი (იუგოსლავია), 3. გეორგიევი (ბულგარეთი), ვირტანენი (ფინეთი).

ქვემძიმე. 1. პოზნიაკი (სსრ კავშირი), 2. მონია (რუმინეთი), 3. იენსენი (დანია), შლეგელი (გდრ).

მძიმე. 1. ალექსე (რუმინეთი), 2. პანდოვი (ბულგარეთი), 3. დენდერისი (პოლონეთი), ჰიუსინგი (გფრ).

არაოფიციალურ გუნდურ ჩათვლაში გაიმარჯვეს რუმინელებმა. II ადგილზე არიან საბჭოთა მოკრივეები, ხოლო III — ბულგარელები.

საფეხბურთო დათვალიერება

დაახლოებით 50 ათასი მაყურებელი მოვიდა გუშინწინ მოსკოვის ვ. ი. ლენინის სახელობის ცენტრალურ სტადიონზე, რათა „მოქმედებაში" ენახა „ა" კლასის 34 კლუბის 64 ფეხბურთელი. ხუთსაათიან „ბლიც-ტურნირში", რომელიც პირველად ჩატარდა ჩვენში, მონაწილეობდა სსრ კავშირის ოთხივე ნაკრები: პირველი, ოლიმპიური, ახალგაზრდული და ჭაბუკებისა. I ადგილი, როგორც ეს მოსალოდნელი იყო, დაიკავა პირველმა ნაკრებმა, რომელმაც ფინალში მოუგო ოლიმპიელებს — 1:0 (გოლი გაიტანა ხმელნიცკიმ).

პირველად ითამაშეს ოლიმპიურმა და ჭაბუკთა გუნდებმა. 60 წუთში (2 ტაიმი) ანგარიში არ გახსნილა. მსაჯმა დანიშნა 5-5 პენალტი თითოეულ კარში: ჭაბუკებმა მეტოქის კარი აიღეს სამჯერ, ოლიმპიელებმა — ოთხჯერ.

მეორე ნახევარფინალში პირველმა ნაკრებმა დამაჯერებლად მოუგო ახალგაზრდულ გუნდს (4.0), რომელიც სულ ახლახან იქნა შედგენილი „ა" კლასის II ჯგუფის ფეხბურთელთაგან. ბურთები გაიტანეს ევრიუჟიხინმა (2), მეტრეველმა და ესკოვმა.

ნახევარფინალებში დამარცხებულებმა უფლება მიიღეს ებრძოლათ III ადგილისთვის. როცა ამოიწურა 60 წუთი, ტაბლოზე ენთო „ერთიანები": ჭაბუკთაგან გოლი გაიტანა მოსკოვის ტორპედოელმა კულიჩენკომ, ხოლო ახალგაზრდულიდან — ოდესელმა არმიელმა ლისაკოვსკიმ. კვლავ დაინიშნა პენალტების სერია და კვლავ ნორჩი ფეხბურთელები ჩამორჩნენ მეტოქეს სიზუსტეში. თამაშის საბოლოო ანგარიშია 6:5 ახალგაზრდული ნაკრების სასარგებლოდ.

სსრ კავშირის ნაკრების შემადგენლობაში თამაშობდნენ: ე. რუდაკოვი („დინამო", კიევი), ვ. პონომარიოვი, ა. შესტერნიოვი (ორივე — ცსკა), მ. ხურცილავა, რ. ძოძუაშვილი (ორივე — თბილისის „დინამო"), ვ. კაპლიჩნი (ცსკა), ა. ილიადი („დინამო", თბილისი), ვ. ზიკოვი („დინამო", მოსკოვი), ვ. მუნტიანი („დინამო", კიევი), ს. მეტრეველი („დინამო", თბილისი), ა. პუზაჩი („დინამო", კიევი), ა. ესკოვი (ასკ, როსტოვი), გ. ევრიუჟიხინი („დინამო", მოსკოვი), ვ. ხმელნიცკი („დინამო", კიევი).

სსრ კავშირის ოლიმპიურ ნაკრებში იყვნენ: ვ. კირიჩენკო („დინამო", კიევი), ა. ტკაჩენკო („ზარია"), ვ. მულავინი („ზენიტი"), ს. რეშკო („ჩერნომორეცი"), ა. ხეროსტანოვი (ასკ, როსტოვი), ე. ლოვჩევი („სპარტაკი"), ს. კრულიკოვსკი („დინამო", კიევი), ო. ზანაზანიანი („არარატი"), ვ. კუზმინი („ჩერნომორეცი"), ვ. დანილიუკი („კარპატი", ლვოვი), ი. სტეკოლნიკოვი („ნეფტჩი"), ა. ზინჩენკო (ასკ, როსტოვი), გ. ნოდია („დინამო", თბილისი), ვ. იარემჩენკო („შახტიორი"), ვ. სმირნოვი („დინამო", მოსკოვი).

სსრ კავშირის პირველობა ფეხბურთში

„ა" კლასი II ჯგუფი

გათამაშების ცხრილი

IV ქვეჯგუფი

მდგომარეობა 10 ივნისისთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„ალგა" (ფრუნზე)	14	6	7	1	9—2	19
„შახტიორი" (ყარაგანდა)	15	7	4	4	15—8	18
„მოლდოვა" (კიშინიოვი)	15	6	5	4	13—10	17
„ზარაფშანი" (ნავოი)	13	7	2	4	14—11	16
„ლოკომოტივი" (თბილისი)	14	7	2	5	12—10	16
„პოლიტოტდელი" (ტაშ. ოლქი)	14	5	6	3	10—11	16
„დინამო" (კიროვაბადი)	14	5	5	4	9—7	15
„ვოსტოკი" (უსტ კამენოგორსკი)	14	4	7	3	9—7	15
„ჟალგირისი" (ვილნიუსი)	14	5	5	4	9—8	15
„მეშახტე" (ტყიბული)	14	6	3	5	13—13	15
„ნეფტიანიკი" (ფერგანა)	12	4	6	2	12—11	14
„სტროიტელი" (აშხაბადი)	13	5	3	5	13—11	13
„ენერგეტიკი" (დუშანბე)	13	2	9	2	7—6	13
„მეტალურგი" (ჩიმკენტი)	14	4	4	6	12—11	12
„დაუგავა" (რიგა)	14	1	10	3	11—13	12
„დინამო" (ბათუმი)	14	2	8	4	9—12	12
„სპარტაკი" (ბრესტი)	14	3	5	6	7—9	11
„ნემანი" (გროდნო)	14	1	9	4	9—12	11
„ფოლადი" (სუმგაითი)	14	2	6	6	9—13	10
„პამირი" (ლენინაბადი)	13	3	4	6	7—15	10
„შირაკი" (ლენინაკანი)	14	2	6	6	9—18	10

„ბ" კლასი

ლიდერთა ტრიო

8 ივნისს გაიმართა მორიგი ტურის შეხვედრები: „ლორი" (კიროვაკანი) — „ალაზანი" (გურჯაანი) 3:1, „ყარაბაღი" (სტეფანაკერტი) — „კახეთი" (თელავი) 0:0, „ლერნაგორცი" (კაფანი) — „დილა" (გორი) 1:0, „არაზი" (ნახიჯევანი) — „სპარტაკი" (ცხინვალი) 1:0, „დაშკინი" (ზაქათალა) — „შუქურა" (ქობულეთი) 0:1, „ტექსტილშჩიკი" (მინგეჩაური) — „მერცხალი" (მახარაძე) 3:2, „ავტომობილისტი" (ერევანი) — „დინამო" (სოხუმი) 3:1, „სევანი" (ოქტემბერიანი) — „ენგური" (ზუგდიდი) 5:0, „კოლხეთი" (ფოთი) — „მეტალურგი" (რუსთავი) 1:1, „გურია" (ლანჩხუთი) — „მაღაროელი" (ჭიათურა) 1:0.

ამიერკავკასიის ზონა

გათამაშების ცხრილი

მდგომარეობა 10 ივნისისთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„მეტალურგი" (რუსთავი)	9	4	5	0	11—2	13
„მერცხალი" (მახარაძე)	9	5	3	1	11—3	13
„ტექსტილშჩიკი" (მინგეჩაური)	9	5	3	1	16—8	13
„შუქურა" (ქობულეთი)	9	5	2	2	10—5	12
„კახეთი" (თელავი)	8	4	3	1	13—2	11
„გურია" (ლანჩხუთი)	8	5	1	2	11—6	11
„ავტომობილისტი" (ერევანი)	9	4	3	2	12—11	11
„ლორი" (კიროვაკანი)	9	4	2	3	8—6	10
„დილა" (გორი)	8	2	4	2	18—9	8
„ალაზანი" (გურჯაანი)	8	3	2	3	9—8	8
„სევანი" (ოქტემბერიანი)	9	2	4	3	9—8	8
„სპარტაკი" (ცხინვალი)	8	2	4	2	9—10	8
„კოლხეთი" (ფოთი)	8	1	6	1	5—8	8
„ენგური" (ზუგდიდი)	8	3	1	4	9—15	7
„არაზი" (ნახიჯევანი)	9	2	2	5	4—7	6
„მაღაროელი" (ჭიათურა)	9	2	2	5	4—10	6
„დაშკინი" (ზაქათალა)	9	2	2	5	9—18	6
„ლერნაგორცი" (კაფანი)	9	2	1	6	5—20	5
„დინამო" (სოხუმი)	8	1	2	5	7—11	4
„ყარაბაღი" (სტეფანაკერტი)	9	0	4	5	4—16	4

როგორც ცნობილია, კალათბურთელ ვაჟთა საკავშირო ჩემპიონატში თბილისის „დინამომ" II საპრიზო ადგილი დაიკავა. ამ წარმატებაში გარკვეული წვლილი მიუძღვის გუნდის ვეტერანს ვ. უგრეხელიძეს.

* * *

სურათზე: უგრეხელიძე ჩვეული ნახტომით ბურთს მეტოქის ფარისკენ გზავნის.

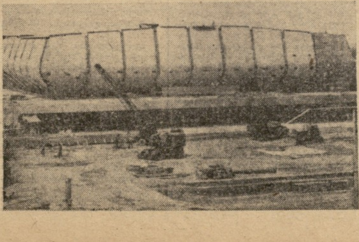
ფოტო მ. ზარგარიანისა.

◆

(საკავშირო ჩემპიონატისადმი მიძღვნილი მასალები იხ. მე-4 გვ.).

საქსპორტვაჭრობას — გარდამავალი დროშა!

საქსპორტვაჭრობის კოლექტივი კვლავინდებურად ავანგარდში დგას: 1968 წლის I კვარტალის შედეგებით მან მიიღო საქართველოს სსრ ვაჭრობის სამინისტროს, სახვაჭრობისა და სამომხმარებლო კოოპერაციის მუშაკთა პროფკავშირის რესპუბლიკური კომიტეტის გარდამავალი წითელი დროშა და პირველი ფულადი პრემია.



●

ტაშკენტი. უზბეკეთის დედაქალაქის ჩრდილო-დასავლეთით შენდება ზამთრის სპორტის სასახლე. აქ ჩატარდება შეჯიბრებები ფიგურულ ციგურაობასა და ჰოკეიში, რომელთაც 3 ათასზე მეტი მაყურებელი დაესწრება.

* * *

სურათზე: ზამთრის სპორტის სასახლის მშენებლობის საერთო ხედი.

ფოტო ბ. მაზურისა (საკდესი).

●

ფიზკულტურული პაუზა

ცნობილია, რომ ხშირ შემთხვევაში სხვადასხვა პირობებისა და მიზეზების გამო ადამიანს დაღლამდე უხდება მუშაობა. ამის შედეგად შრომისნაყოფიერება დღის განმავლობაში იცვლება.

წინათ ეგონათ, რომ ადამიანის დაღლა და მასთან დაკავშირებული შრომისუნარიანობის შემცირება უმთავრესად პერიფერიულ მომუშავე ორგანოებში — კუნთებში მომხდარი ცვლილებებით იყო გამოწვეული. სინამდვილეში დაღლის მიზეზებს თანამედროვე მეცნიერთა უმრავლესობა პირველ ყოვლისა იმ ცვლილებებით ხსნის, რაც მუშაობის დროს ცენტრალურ ნერვულ სისტემაში ხდება. ეს მოვლენა პირველად აღმოაჩინა და განაზოგადა რუსული ფიზიოლოგიის ფუძემდებელმა ი. სეჩენოვმა.

ი. სეჩენოვი წერდა: დაღლის მიზეზს ჩვეულებრივ მომუშავე კუნთებში ეძიებენ, მე კი ამას მხოლოდ ცენტრალურ ნერვულ სისტემაში ვპოულობ. ეს ნიშნავს, რომ ყველაზე ადრე დაღლას შეიგრძნობენ დიდი ტვინის ქერქის უჯრედები, რომლებიც, როგორც იტყვიან, ორგანიზმის სადარაჯო პუნქტებს წარმოადგენენ.

ზემოაღნიშნულიდან გამომდინარე, ისმის საკითხი: როგორ უნდა განვტვირთოთ ეს უჯრედები, რომ დაღლილობა შემსუბუქდეს ან სრულიად გაქარწყლდეს?

წინათ ეგონათ, რომ დაღლილობის ლიკვიდაცია მხოლოდ პასიური დასვენების გზით, ე. ი. სრული სიწყნარით, უმოძრაო მდგომარეობითაა შესაძლებელი. სეჩენოვმა კი წამოაყენა სრულიად საწინააღმდეგო წინადადება, წინადადება აქტიური დასვენების შესახებ. მან დაადასტურა, რომ არა სიწყნარე, არამედ მოძრაობა უწყობს ხელს ხანგრძლივი შრომის შედეგად შრომისუნარიანობის აღდგენას.

აკადემიკოსმა ი. პავლოვმა არა თუ დაამტკიცა სეჩენოვის მიერ წამოყენებული იდეა აქტიური დასვენების შესახებ, არამედ გააღრმავა კიდეც იგი და დაასაბუთა, რომ ტვინის ქერქის უჯრედების ხანგრძლივი გაღიზიანების შედეგად გამოწვეული დაქვეითებული მუშაობისუნარიანობის სწრაფი აღდგენა შეიძლება იმ შემთხვევაში, თუ აგზნების პროცესს დროებით გადავიტანთ სხვა უჯრედებზე. ერთი სახეობის მუშაობის შეცვლა მეორე სახეობის მუშაობით თავის ტვინის ქერქის დაღლილ უჯრედებს დასვენების საშუალებას აძლევს.

პავლოვის ამ დებულებით ჩვენ მივიღეთ აქტიური დასვენების თეორიის შემდგომი განვითარება.

ვ. ი. ლენინი ფართოდ სარგებლობდა დასვენების ამ წესით და თავისი პირადი გამოცდილების საფუძველზე ურჩევდა ახლობლებს გამოეყენებინათ იგი.

აქტიური დასვენების ფიზიოლოგიური ბუნების შემდგომი დეტალური შესწავლისთვის დიდ მუშაობას ატარებდნენ და ატარებენ საბჭოთა ფიზიოლოგები. ამ საქმეში დიდი წვლილი შეაქვთ ქართველ ფიზიოლოგებს პროფესორ ს. ნარიკაშვილის ხელმძღვანელობით.

მეცნიერების დასკვნით, ადამიანმა დაღლის შემდეგ აღდგენითი პროცესების დასაჩქარებლად უნდა აამოძრაოს სხეულის ის ნაწილები, რომლებიც შესრულებულ მუშაობაში უშუალო მონაწილეობას არ ღებულობდნენ. სწორედ ამ პრინციპს ემყარება ფიზკულტურული პაუზა.

მრავალი ექსპერიმენტული კვლევის შედეგად დადგენილია, რომ აქტიური დასვენების — ფიზკულტურული პაუზის ჩასატარებლად საწარმო-დაწესებულებებში მუშაობა უნდა შეწყდეს იმ მომენტში, როცა თავს იჩენს დაღლისაგან გამოწვეული შრომისნაყოფიერების დაქვეითება.

ფიზკულტურული პაუზა საშუალოდ 5-7 წუთს გრძელდება. იგი სასურველია ჩატარდეს სამუშაო დღის ორივე ნახევარში, დაახლოებით 2-2.5 საათით ადრე სასადილო შესვენებამდე და სამუშაოს დამთავრებამდე. ამასთან, საწარმოო ტანვარჯიშის მეთოდისტი ვალდებულია ექსპერიმენტული კვლევით ყოველ ცალკეულ შემთხვევაში ზუსტად დაადგინოს დრო, როცა აუცილებელია ფიზკულტურული პაუზის მოწყობა.

მეცნიერებმა დღეისთვის სსრ კავშირში დაადგინეს ფიზკულტურული პაუზების კომპლექსთა აგების სქემები პროფესიის ოთხი ძირითადი ჯგუფის მიხედვით. თითოეულ ჯგუფში გაერთიანებულია მუშა მოძრაობებით, სამუშაო პოზით, დაღლილობის ხასიათით და ხარისხით მონათესავე პროფესიები.

პირველი ჯგუფისთვის დამახასიათებელია ერთფეროვანი, მონოტონური, ნაკლებ დინამიური მუშაობა. ამ ჯგუფში ერთიანდებიან ბევრი იმ პროფესიის წარმომადგენლები, რაც დაკავშირებულია წვრილი ოპერაციების შესრულებასთან სერიული წარმოების პროცესში. ამ ჯგუფს მიეკუთვნებიან მკერავები, შემკრებები, ასოთამწყობები, ლინოტიპისტები, მესაათეები და ა. შ.

მეორე ჯგუფში ერთიანდებიან მუშები, რომელთა საქმეც მოძრაობისა და სამუშაოს შესრულების მრავალფეროვნებით გამოირჩევა: ხარატები, მღარავები, მხეხავები, ჩარხთა მომწესრიგებლები, მქსოველები, მრთველები, მეარმატურეები, მშენებლის მუშების ზოგიერთი კატეგორია და ა. შ.

მესამე ჯგუფში შედიან მუშები, რომელთა შრომა გამოირჩევა დიდი ფიზიკური დატვირთვით (მძიმე ფიზიკური შრომა): მეყალიბეები, მგლინავები, მტვირთავები, მშენებელი მუშები, მეშახტეები და სხვ.

მეოთხე ჯგუფს მიეკუთვნებიან გონებრივი დარგის მუშაკები. ვინაიდან გონებრივი მუშაკებისთვის მნიშვნელოვანი ფიზიკური დატვირთვა გამორიცხულია, მათთვის ფიზკულტურული პაუზის ინტენსიურად დაწყება არ შეიძლება. უმნიშვნელო ფიზიკური დატვირთვის შესრულების დროს ფიზკულტურული პაუზის მეშვეობით უნდა გაიზარდოს მომეცადინეთა სხეულის დატვირთვა, რათა ნივთიერებათა ცვლა გაუმჯობესდეს და ცენტრალური ნერვული სისტემის ტონუსი ამაღლდეს. ამასთან, ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსში დატვირთვა ისე უნდა განაწილდეს, რომ ადგილი არ ჰქონდეს მცირე ინტენსივობის ვარჯიშებიდან დიდი ინტენსივობის ვარჯიშზე მკვეთრ გადასვლას და პირიქით. მძიმე ფიზიკური მუშაობის შესრულების დროს კი ფიზკულტურული პაუზის წყალობით მიზანშეწონილია ერთგვარად დაწეულ იქნას სხეულის საერთო ფიზიკური დატვირთვა.

ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსის სქემა პირველი ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიშის მიზანია სხეულის რაც შეიძლება მაქსიმალურად გასწორება, გულმკერდის ყაფაზის გაფართოება, მხრის სარტყლისა და ზედა კიდურების კუნთების მოდუნება. ვარჯიშები სრულდება ხელფეხის სხვადასხვა მოძრაობით.

მე-2 ვარჯიში იმავე ხასიათისაა, ოღონდ სრულდება უფრო ინტენსიურად, რთული კოორდინაციით, რაც სხეულს ამზადებს შემდგომი, შედარებით დიდი დატვირთვის ვარჯიშებისთვის.

მე-3 ვარჯიშის დანიშნულებაა ზეტანის, ხელ-ფეხის კუნთებსა და სახსრებზე ერთდროული ზემოქმედება, ნაწილობრივ, ძალისმიერი ვარჯიშების გამოყენებით.

მე-4 ვარჯიშის მიზანია ორგანიზმის ყველა ფუნქციის ცხოველმყოფელობის ამაღლება. ამოცანის გადასაწყვეტად გამოიყენება ბუქნი, რბენა, წახტომი, რაც ადგილზე სიარულით ბოლოვდება.

მე-5 ვარჯიში ითვალისწინებს დატვირთვის თანდათანობით შემცირებას, მოიცავს ზეტანის, ხელებისა და ფეხების კუნთებს.

მე-6 ვარჯიში გამიზნულია წელის და მუცლის კუნთების დასაჭიმავად, მხრის სარტყლისა და ზედა კიდურების კუნთების მოსადუნებლად, მათ დასასვენებლად.

მე-7 ვარჯიში ემსახურება მოძრაობის კოორდინაციის გაუმჯობესებას. იგი უშუალოდ ამზადებს სხეულს მომავალ საქმიანობაზე სწრაფად გადასასვლელად. გამოიყენება ხელ-ფეხის ასიმეტრიული მოძრაობა.

ფიზკულტურული პაუზის სანიმუშო კომპლექსი პირველი ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა, თავი წინ დახრილი. თვლაზე: 1 — განმკლავის გადაცილებით მარცხენის ზემკლავი, თავი მაღლა. 2 — განმკლავის გადაცილებით მარჯვენის ზემკლავი, გაზნექვა, ჩასუნთქვა. 3 — განმკლავი, კუნთების ოდნავ დაჭიმვა. 4 — მკლავის კუნთების მოდუნება და „ჩამოყრა" — ამოსუნთქვა, თავის წინ დახრა. გამეორება 6-8-ჯერ, ნელი ტემპით.

მე-2 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის ზემკლავი და მარცხენის უკუმკლავი, ფეხის ცერებზე აწევა. 2—ს. მ. დაბრუნება. 3 — მარცხენის ზემკლავი და მარჯვენის უკუმკლავი; ფეხის ცერებზე აწევა. 4 — ს. მ. დაბრუნება, გამეორება თითოეულ მხარეს 3-4-ჯერ, ტემპი საშუალო.

მე-3 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის განბიჯებული დგომა, მუხლში მოხრით და მასზე სიმძიმის გადატანით. 2 — ს. მ. დაბრუნება. 3-4 — იგივე მეორე მხარეს. გამეორება თითოეულ ფეხზე 3-4-ჯერ, საშუალო ტემპით.

მე-4 ვარჯიში: ს. მ. ფეხები ერთად, დოინჯი, თვლაზე: 1 — ახტომა და დახტომა ფეხშლით დგომამდე, ცერებზე. 2 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება 8-12-ჯერ საშუალო ტემპში.

მე-5 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის განფეხი, გარექვემკლავი. 2 — ნახევარბუქნი მარჯვენის მიდგმით, მარჯვენა მკლავი მკერდთან იდაყვში მოხრით, მარცხენა — ზურგს უკან. 3-4—იგივე მეორე მხარეს, გამეორება 3-4-ჯერ საშუალო ტემპით.

მე-6 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — წინზნექა, მარჯვენის ზემკლავი, მარცხენის უკუმკლავი. 2 — წინზნექა, მარცხენის ზემკლავი, მარჯვენის უკუმკლავი. 3 — კუნთების მოდუნებით მარცხენა მკლავის „ჩამოგდება". 4 — ს. მ. დაბრუნება. 5-8 — იგივე მკლავების ცვლით, გამეორება 4-ჯერ საშუალო ტემპით.

მე-7 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის წინმკლავი. 2 — სწრაფად—ნებები ზევით. 3 — მარცხენის წინმკლავი. 4 — სწრაფად—ნებები ზევით. 5— მარჯვენის ქვენები. 6 — მარჯვენის ქვემკლავი. 7 — მარცხენის ქვენები. 8 — მარცხენის ქვემკლავი, გამეორება 3-4-ჯერ საშუალო ტემპით, თანდათან აჩქარებით.

შენიშვნა: უკანასკნელი ვარჯიში ძალიან მარტივია, საჭიროების შემთხვევაში მისი გართულება შეიძლება. მაგ.: მარჯვენის წინმკლავის დროს მარცხენის განმკლავი და ა. შ.

ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსის სქემა მეორე ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიშის დანიშნულებაა, რაც შეიძლება მეტად გაასწოროს მომუშავის კორპუსი და ვარჯიშის დაბოლოებისას მოადუნოს მხრის სარტყლისა და ზედა კიდურების კუნთები.

შენიშვნა: შემდგომ რა ვარჯიშები უნდა გამოვიყენოთ ფიზკულტურული კომპლექსის სქემაში, აღარ აღვწერთ, ვინაიდან ეს გასაგებია წინა მასალიდან.

მე-2 ვარჯიში განკუთვნილია ზეტანის, ფეხებისა და ხელების კუნთებისთვის (შეკუმშვა, გაჭიმვა), რაც მოდუნებით უნდა მთავრდებოდეს.

მე-3 ვარჯიშში ჩართული უნდა იყოს სხეულის კუნთების უმეტესი ჯგუფები.

მე-4 ვარჯიშის ამოცანა იგივეა, რაც პირველი ჯგუფის ვარჯიშებისა. გამოიყენება რბენა, წახტომი, რაც უნდა დაბოლოვდეს ნელი ბუქნით ან ადგილზე თანდათან შენელებული სიარულით.

მე-5 ვარჯიშის დანიშნულებაა ნიადაგ ფეხზე დგომის შემდეგ ქნევითი მოძრაობებით მოადუნოს ქვედა კიდურების კუნთები.

მე-6 ვარჯიშით ვაღწევთ სხეულის სხვადასხვა ნაწილის მოდუნებას ზემო და ქვემო კიდურების ერთმანეთთან შეთანხმებული მოძრაობის მეშვეობით.

მე-7 ვარჯიშის მიზანია მოძრაობის კოორდინაციის განვითარება და მომავალი სამუშაო ოპერაციების სწრაფად შეგუება.

ფიზკულტურული პაუზის სანიმუშო კომპლექსი მეორე ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა, თავი ოდნავ დახრილი. თვლაზე: 1-2 — წინმკლავის გადაცილებით ზემკლავი, გაზნექა, ცერებზე აწევა. 3-4 — გარერკალებით ღუნგანმკლავი ტერფებზე დაშვებით. კუნთები ოდნავ დაჭიმული. 5 — კუნთების მოდუნებით მკლავების „ჩამოყრა". 6-7 — მხრის სარტყლის კუნთების მოდუნება (მხრები გამოდის წინ). 8 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება 4-5-ჯერ ნელი ტემპით.

მე-2 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა, დოინჯი. თვლაზე: 1 — მარჯვენის განდგმა, ზემკლავი. 2 — კუნთების მოდუნებით ს. მ. დაბრუნება. 3 — მარცხენის განდგმა, ზემკლავი. 4 — კუნთების მოდუნებით ს. მ. დაბრუნება. გამეორება 6-8-ჯერ საშუალო ტემპით.

მე-3 ვარჯიში: ს. მ. ფეხშლით დგომა, ტერფები პარალელურად. თვლაზე: 1 — ბუქნა, გარეწინმკლავი, ნებები ზევით, 2 — ადგომა გარეწინმკლავი, ნებები ქვევით. 3 — მარჯვენის აქნევი, ცერი ეხება მარცხენა ხელის ნებს. 4 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება 3-4-ჯერ ორივე ფეხზე, საშუალო ტემპით.

მე-4 ვარჯიში: ს. მ. დგომა. ფეხები ერთად, დოინჯი. თვლაზე: 1— ახტომა, ფეხების გაშლა და დახტომა ფეხშლით დგომში ცერებზე. 2 — ახტომა და დახტომა მარჯვენის წინ გადაჯვარედინებით. 3 — პირველი თვლის გამეორება. 4 — მეორე თვლის გამეორება, ოღონდ მარცხენა წინ. ვარჯიშის გამეორება 6-12-ჯერ საშუალო ტემპით, რის შემდეგ გადასვლა ადგილზე სიარულზე (20-30 ნაბიჯი).

მე-5 ვარჯიში: ს. მ. დგომა საყრდენის (დაზგის, მაგიდის და ა. შ.) გვერდით, მასზე მარცხენა ხელის დაბჯენით, მარჯვენა ხელის კუნთები მოდუნებულია. თვლაზე: 1 — მარჯვენა გამართული ფეხის აწევა. 2 — კუნთების მოდუნებით წვივის „ჩამოგდება" (ბარძაყი არ მოძრაობს). 3 — მარჯვენა ბარძაყის მაღლა აწევა. 4 — მარჯვენა ფეხის მიდგმა. 5-8—იგივე მეორე მხარეს. გამეორება 4-5-ჯერ ნელი ტემპით.

მე-6 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის განდგმა, მარცხენის განმკლავი, მარჯვენა მკლავის კუნთების მოდუნება. 2 — წინზნექა. 3 — კუნთების მოდუნებით მარცხენა ხელის „ჩამოგდება". 4 — ს. მ. დაბრუნება. 5-6-7-8 — იგივე მეორე მხარეს. ვარჯიშის გამეორება 4-5-ჯერ, საშუალო ტემპით.

მე-7 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის განფეხით, წინმკლავი. 2 — მარჯვენის წინფეხი, განმკლავი. 3 — წინმკლავი, ტაში, მარჯვენის მიდგმა. 4 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება თითოეულ მხარეს 4-5-ჯერ, საშუალო ტემპით და თანდათან აჩქარებით.

ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსის სქემა მესამე ჯგუფისთვის

როგორც ზემოთ იყო აღნიშნული, ამ ჯგუფის წარმომადგენლებს მძიმე ფიზიკური შრომა უხდებათ. სხვა ჯგუფებისთვის განკუთვნილი ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსში ფიზიოლოგიური დატვირთვა მაქსიმუმს აღწევს მის შუა ნაწილში მეოთხე ვარჯიშზე. აქ კი პირიქით, ფიზკულტურული პაუზის შუა ნაწილში (მესამე ვარჯიშზე) მოდის ფიზიოლოგიური დატვირთვის მინიმუმი, ე. ი. დატვირთვა კომპლექსში თანდათანობით კლებულობს და მე-4 და მე-5 ვარჯიშების შესრულებისას აღწევს იმ დონეს, რაც მომუშავეებისთვის შრომის პროცესშია დამახასიათებელი.

1-ლი ვარჯიშის დანიშნულებაა გამართოს, გაასწოროს სხეული, მოადუნოს მხრის სარტყლისა და ზემო კიდურების კუნთები.

მე-2 ვარჯიში განკუთვნილია სუნთქვის გასაძლიერებლად — გასაღრმავებლად.

მე-3 ვარჯიშის დანიშნულებაა მომუშავეთა სხეულის გადაყვანა მოსვენებულ მდგომარეობაში და ორგანიზმის ფიზიოლოგიური დატვირთვის დაქვეითება. სრულდება მომუშავეთა ჯდომის ან წოლის მდგომარეობაში გადაყვანით (1-2 წუთი), მთელი სხეულის კუნთების მოდუნებით.

მე-4 ვარჯიშით ვაღწევთ მომუშავეთა ტანადობის გაუმჯობესებას და სახსრების მოძრაობის უნარის განვითარება-გაუმჯობესებას.

მე-5. ვარჯიში გამიზნულია შრომით პროცესზე სწრაფად გადართვისთვის ფეხების, ზეტანისა და ხელების კუნთების კოორდინირებული ვარჯიშების მეშვეობით.

ფიზკულტურული პაუზის სანიმუშო კომპლექსი მესამე ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიში: ს. მ. დგომა, ფეხები ერთად, ხელები თავზე. თვლაზე: 1 — ცერებზე აწევით, ზემკლავი, გაზნექა, თავი გადაიწიოს რაც შეიძლება უკან — ჩასუნთქვა. 2 — კუნთების მოდუნებით მკლავების „ჩამოყრა" — თავი წინ — ამოსუნთქვა. გამეორება 4-6-ჯერ, ნელი ტემპით.

მე-2 ვარჯიში: ს. მ. დგომა, ზეტანის ოდნავ წინდახრით (10-15°), ფეხები ერთად, მარჯვენა ხელის გული მუცელზე, მარცხენასი — მკერდზე. თვლაზე: 1 — ნელი გამართვა ღრმა ჩასუნთქვა — მარჯვენა ხელისგული აჰყვება მუცლის პრესის მოძრაობას, მარცხენა ხელი — გულმკერდის ყაფაზის გაფართოებას. 2 — გაძლიერებული ამოსუნთქვა. ნელი წინ დახრა. ტემპი — ხელისგულები აჰყვება მუცლის პრესს და გულმკერდს. გამეორება 4-6-ჯერ, ნელ ტემპში.

მე-3 ვარჯიში: ს. მ. სკამზე ჯდომა. ფეხები გამართულია წინ, ხელები დაბჯენილია სკამის კიდეებზე. თვლაზე: 1 — სკამზე ხელებითა და ფეხებით იატაკზე დაწოლით მთელი სხეულის კუნთების დაჭიმვა. 2-3-4 — ყოველ ცალკეულ თვლაზე კუნთების დაჭიმულობის თანდათანობით შემცირებით მიღწეულ იქნას მათი მოდუნება და ს. მ. გადასვლა, გაგრძელდეს ვარჯიშის შესრულება 1-2 წუთით.

მე-4 ვარჯიში: ს. მ. ფეხშლით დგომა, ტერფები პარალელურად. თვლაზე: 1 — ზეტანის ბრუნი მარჯვნივ, განმკლავი, ნებები ზევით. 2 — ს. მ. 3-4 — იგივე მეორე მხარეს. გამეორება 4-6-ჯერ, საშუალო ტემპით.

მე-5 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1-2—ბუქნი, წინმკლავი, მარჯვენა ნები — ზევით, მარცხენა — ქვევით. 3 — ზემართი, უკუმკლავი, 4 — ს. მ. დაბრუნება. 5-6-7-8—იგივე — ნებების მიმართულების ცვლით. ვარჯიშის გამეორება 3-4-ჯერ, ტემპი ნელია და თანდათან მატულობს საშუალომდე.

ფიზკულტურული პაუზის კომპლექსის სქემა მეოთხე ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიშის დანიშნულება ნიადაგ ჯდომის შემდეგ გამართოს, გაასწოროს სხეული.

მე-2 ვარჯიში განკუთვნილია ზეტანის, ხელებისა და ფეხების კუნთების გასავარჯიშებლად და სახსრების მოძრაობის უნარის გასაუმჯობესებლად.

მე-3 ვარჯიშში შედის იგივე, ოღონდ უფრო დინამიური და ინტენსიური ხასიათის ვარჯიშები გაზრდილი ამპლიტუდით.

მე-4 ვარჯიში მიმართულია ორგანიზმის ცხოველმყოფელობის გაძლიერებისკენ. აქ გამოიყენება რბენა, წახტომი ან ბუქნი. ვარჯიში ბოლოვდება სიარულით.

მე-5 ვარჯიშის დანიშნულებაა ოდნავ დასწიოს დატვირთვა ზეტანისა და ზემო კიდურების კუნთების გავარჯიშებასთან ერთად.

მე-6 ვარჯიშის მიზანია დატვირთვის შემდგომი დაწევა, კუნთების მოდუნების მეშვეობით.

მე-7 ვარჯიშით ვითარდება მოძრაობის კოორდინაცია, მახვილდება ყურადღება სამუშაოზე სწრაფად გადასასვლელად.

ფიზკულტურული პაუზის სანიმუშო კომპლექსი მეოთხე ჯგუფისთვის

1-ლი ვარჯიში: ს. მ. — ფეხშლით დგომა. თვლაზე: 1 — ღუნგანმკლავი მხრებთან. ხელების მომუჭვა, 2 — ზემკლავი, ხელების გაშლა, გაზნექა-ჩასუნთქვა, 3-4 — განმკლავის გადაცილებით ს. მ. დაბრუნება — ამოსუნთქვა. გამეორება 6-8-ჯერ, ნელ ტემპში.

მე-2 ვარჯიში: ს. მ. — ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — წინმკლავი. 2 — მოდუნებული მკლავების დაქნევა ძირს და გაქნევა უკან, ერთდროულად, მუხლების ოდნავ მოხრა-გამართვა. 3 — აქნევით წინმკლავი. 4 — ქვემკლავი. გამეორება 6-8-ჯერ, საშუალო ტემპით.

მე-3 ვარჯიში: ს. მ. ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — მარჯვენის მოხრით ნაბიჯი უკან, ტანის სიმძიმის მასზე გადატანა, წინმკლავი. 2 — განმკლავი, ნები ზევით, თავი მაღლა, გაზნექა. 3 — წინმკლავი, მუხლის გამართვა. 4 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება თითოეულ ფეხზე 3-4-ჯერ, საშუალო ტემპით.

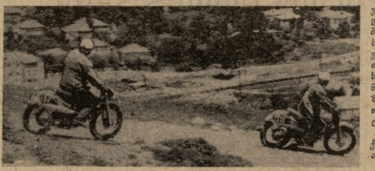
მე-4 ვარჯიში: ადგილზე სიარული 10 წამს, რბენაზე გადასვლა თანდათან აჩქარებით — 10-15 წამს, სიარული თანდათან შენელებით — 20 წამს.

მე-5 ვარჯიში: ს. მ. — ფეხშლით დგომა, ტერფები პარალელურად, დოინჯი. თვლაზე: 1-2-3 — სამჯერ დრეკადი ზნექა მარცხნივ, მარჯვენის ზემკლავი. 4 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება თითოეულ მხარეს 3-4-ჯერ, საშუალო ტემპით.

მე-6 ვარჯიში: ს. მ. — ძირითადი დგომა. თვლაზე: 1 — ღუნგამკლავი. 2 — განმკლავი უკიდურესად თითების მძლავრი მომუჭვით, ნებები ზევით. 3— მკლავების მოდუნება და რხევა, ნებები ქვევით. 4 — ქვემკლავი „ჩამოყრით". გამეორება 6-8-ჯერ, საშუალო ტემპით. სუნთქვა თანაბარი.

მე-7 ვარჯიში: ს. მ. — ძირითადი დგომა, თითები მომუჭული. თვლაზე: 1 — მარცხენის უკუფეხი, წინმკლავი, ტაში. 2 — მარცხენის განფეხი, განმკლავი, თითების მომუჭვა. 3 — მარცხენის მიდგმით წინმკლავი, ტაში. 4 — ს. მ. დაბრუნება. გამეორება თითოეულ მხარეს 4-6-ჯერ, საშუალო ტემპით და თანდათან აჩქარებით.

ა. დოკვაძე,
პედაგოგიკურ მეცნიერებათა კანდიდატი.



ძნელი 146 კილომეტრი

საქართველოს მოტოციკლისტებს კარგი ტრადიციები აქვთ. ჩვენი სპორტსმენები ბევრჯერ წარმატებით გამოსულან საკავშირო სარბიელზე. ამ წარმატებაში ყველაზე მეტი წვლილი შეჰქონდათ დოსააფისა და არმიელთა სპორტკლუბის წარმომადგენლებს. ბოლო წლებში მუშაობის სიმძიმე თითქმის მთლიანად დოსააფს დააწვა. ამ უწყების რესპუბლიკური კომიტეტი თავს არ ზოგავს, რომ სპორტსმენთა მაჩვენებლები კიდევ უფრო გაიზარდოს: ხშირად აწყობს შეჯიბრებებს, სამატჩო შეხვედრებს. ერთი ასეთი ასპარეზობა — მოტომრავალჭიდელთა ამასწინანდელი რესპუბლიკური ჩემპიონატი მცხეთაში სამ დღეს გაგრძელდა. ტურნირში თბილისის (2), რუსთავის (2), ქუთაისის, სოხუმის, ბათუმის, გორის, ცხაკაიას, ზუგდიდის, თელავის, ახალციხისა და სხვა ავტომოტოკლუბების კოლექტივები მონაწილეობდნენ.

პროგრამის ძირითადი სახეობა იყო საგზაო რბოლა. ჩათვლაში შედიოდა, აგრეთვე, 4 კმ-ზე კროსი, აღმართის სწრაფად დაძლევა, ხელყუმბარის ტყორცნა და მცირეკალიბრიანი შაშხანით 25 მეტრიდან წოლელა 5 გასროლა.

ხელყუმბარის ტყორცნაში საწყის ნორმატივად 60 მ იყო დადგენილი. ყოველი ნაკლები მეტრისთვის სპორტსმენი 10 ქულით ჯარიმდებოდა. ასევე ფასდებოდა სროლის შედეგებიც, ოღონდ აქ ყოველი დაკარგული ქულისთვის იწერებოდა 10 საჯარიმო ქულა. ამას გარდა, სპორტსმენები ჯარიმდებოდნენ მანქანების ტექნიკურ გასინჯვაზე დაგვიანებისთვის, სარეგისტრაციო ბარათის დაკარგვისთვის, მსაჯის განკარგულებამდე მოტოციკლის დაქოქვისთვის და სხვ. საკონტროლო პუნქტის გამოტოვებისა და სხვისი დახმარების მიღებისთვის კი მოასპარეზე შეჯიბრებიდან იხსნებოდა... ერთი სიტყვით, ტურნირი მონაწილეთაგან მოითხოვდა კარგ ფიზიკურ მომზადებას, მოტოციკლის მართვის მაღალ ტექნიკას, დროის განაწილების უნარს.

ვაჟები 350 კბ სმ მოცულობის მანქანებით, ჭაბუკები კი „175-ანებით" ასპარეზობდნენ.

სროლის შემდეგ დაწინაურდა გ. მჟავია (მახარაძე), რომელმაც 50-დან 44 ქულა დააგროვა. ჭაბუკებში საუკეთესო იყო გორელი ვ. ლევჩენკო — 42 ქულა. ხელყუმბარის ტყორცნაში ყველას აჯობეს თელაველმა მ. გულიდოვმა (51 მ) და იმავე ლევჩენკომ (46 მ), მაგრამ მათ ლიდერობა საგზაო რბოლის დროს დაკარგეს.

ტრასა მეტისმეტად რთული იყო: ციცაბო აღმართები, მკვეთრი მოსახვევები, გუბეები... როცა მოტოციკლისტებმა 146-კილომეტრიან ტრასაზე (მცხეთა — სხალტბა — წეროვანი — ბიწმენდი — გალავანი — მავდარაანთკარი — ცხვარიჭამია — მამკოდა — გლდანი — ზემო ავჭალა — ზაჰესი — დიღომი — თხინვალი — წოდორეთი თელოვანი — კარსანი — მცხეთა) პირველი წრე შემოიარეს (ტრასაზე 3 საკონტროლო და 5 დროის აღმრიცხველი პუნქტი იყო), დაწინაურდა ამ სახეობაში რესპუბლიკის ხუთგზის და კროსში ექვსგზის ჩემპიონი, სპორტის ოსტატი თ. შალიბაშვილი (თბილისი I) — მას 760 საჯარიმო ქულა დაუგროვდა. შალიბაშვილი საგრძნობლად უსწრებდა გ. ღლონტს (თბილისი II, 7200 ქულა), რომელიც II ადგილზე იყო. მესამე შედეგი აღმოაჩნდა გორელ ა. ბრინკოს — 7560.

ჭაბუკთა ასპარეზობას სათავეში მოექცნენ თბილისის I ნაკრების წარმომადგენელი ა. ქასანოვი (1320) და ვ. გალუსტაშვილი (თბილისი II)—2100.

გადამწყვეტი სიტყვა აღნიშნული ტრასის საწინააღმდეგო მარშრუტით გავლასა და აღმართის სწრაფად დაძლევას უნდა ეთქვა. მართლაც, ადგილების საბოლოო განაწილებაში ბევრი რამ შეიცვალა. ამ სახეობაში საქართველოს ნაკრების მწვრთნელმა შალიბაშვილმა ახლაც უშეცდომოდ იასპარეზა და ჩემპიონობაც დაისაკუთრა. სამაგიეროდ, II და III ადგილების პრეტენდენტები დაზარალდნენ. როცა მსაჯთა კოლეგიამ შედეგები შეაჯამა, II ადგილი სოხუმელ ე. მინასიანს მიეკუთვნა, III ადგილი კი ქუთაისელ კ. ბესპროზვანის.

ჭაბუკების შეჯიბრებაში არსებითი ცვლილება არ მომხდარა, თუ მხედველობაში არ მივიღებთ იმას, რომ თელაველი ნ. ბიძინაშვილი, რომელსაც III ადგილის მოპოვების კარგი შანსი ჰქონდა, შეჯიბრებიდან მოიხსნა. მსაჯებმა ეს ადგილი არავის მიაკუთვნეს. პირველობა ქასანოვს დარჩა. გალუსტაშვილი მას ოდნავ ჩამორჩა.

საერთო გუნდურ ჩათვლაში საპრიზო ადგილები ასე განაწილდა: 1. თბილისი I, 2. ქუთაისი, 3. თელავი.

ო. გელაშვილი.
(ჩვენი სპეც. კორ.).

მცხეთა.

* * *

ს უ რ ა თ ე ბ ზ ე: ქვემოთ — რესპუბლიკის ჩემპიონი თ. შალიბაშვილი სტარტის წინ; ზემოთ — შეჯიბრების მომენტი.

ფოტო ავტორისა.

კარგი შედეგები გაქვირდა

თბილისელ წყალში მხტომელთა წლევანდელ პირად-გუნდურ პირველობას თამამად შეიძლება ვუწოდოთ საქართველოს პირველობაც, რადგან შეჯიბრებაში მონაწილეობდა ამ სახეობის წარმომადგენელთა უმრავლესობა მთელი რესპუბლიკიდან, ნაკრები გუნდის ყველა წევრი. თუ იმასაც ვიტყვით, რომ სარბიელზე სულ 20 სპორტსმენი გამოვიდა, მაშინ რესპუბლიკაში ამ სახეობის მასობრიობის საკითხმაც უნდა დაგვაფიქროს.

„ლოკომოტივის", „სპარტაკის", „შრომითი რეზერვებისა" და არმიის სპორტკლუბის წარმომადგენლები აგერ რამდენიმე წელია გუნდურ პირველობაში არ მონაწილეობენ. ამიტომ იყო, რომ საპრიზო ადგილებისთვის დავა წლეულსაც უმთავრესად „დინამოს", „განთიადისა" და „ბურევესტნიკის" გუნდებს შორის გაჩაღდა.

— ვაჟები ცუდად არიან მომზადებული ტრამპლინიდან ხტომაში, კოშკიდან ხტომაში კი არა უშავთ. ქალების შედეგები მხოლოდ კოშკიდან ხტომაშია საყურადღებო, — გვითხრა შეჯიბრების შემდეგ ასპარეზობის მთავარმა მსაჯმა, რესპუბლიკის ნაკრები გუნდის უფროსმა მწვრთნელმა, საქართველოს დამსახურებულმა მწვრთნელმა გ. ქირიამ.

პირველობის ორგანიზატორებს ფასიანი ჯილდო დაუწესებიათ ოსტატის შედეგის ჩვენებისთვის. იგი წილად ხვდა ქალთა შორის კოშკიდან ხტომაში გამარჯვებულს ნ. ცოცხალაშვილს, რომელმაც 105,33 ქულა მოაგროვა. ხომ არ ნიშნავს ეს ჯილდო, რომ სპორტსმენთა სუსტი მომზადება თავიდანვე იყო ცნობილი? ასე უნდა ვიფიქროთ, ვინაიდან შეჯიბრების მონაწილეთაგან ნახევარზე მეტი ოსტატი იყო. ერთი ოსტატისა და ორი კანდიდატის შედეგი, როცა წინაა პროფკავშირული სპარტაკიადა და საკავშირო პირველობები, დამშვიდების საბაბს არ უნდა გვაძლევდეს.

ტრამპლინიდან და კოშკიდან ხტომაში ვაჟთა და ქალთა შეჯიბრებების პროგრამას ახალი ნებისმიერი ვარჯიში დაემატა, ჩვენს სპორტსმენებს კი იგი ჯერ სანახევროდაც არა აქვთ ათვისებული. ერთ-ერთი, ვინც ამ ვარჯიშში საშუალო შეფასება მიიღო, ისევ ცოცხალაშვილი იყო. ბევრ მონაწილეს სწორედ აქ მოეცარა ხელი. სპორტის ოსტატს, თბილისის არაერთგზის ჩემპიონს ა. კალიაგინას („განთიადი") ამ ვარჯიშში შეფასება არ მისცეს, 3-მეტრიან ტრამპლინზე კი მან ჩემპიონობა მოიპოვა — 135,02. II ადგილი წილად ხვდა კალიაგინას თანაგუნდელს ნ. კუპრიანოვას — 120,40, III ადგილზეა დინამოელი ზ. ჩეკულაევა — 98,47.

ვაჟთა შორის 3-მეტრიანი ტრამპლინიდან ხტომაში გამარჯვება განთიადელ ი. კუპრიანოვს დარჩა — 148,18. ბურევესტნიკელებს ს. ჩუნიხინსა და ა. ბართაიას შესაბამისად 128,20 და 118,38 ქულა აქვთ.

კოშკიდან მხტომელ ქალთა შეჯიბრებაში ცოცხალაშვილს 10,27 ქულით ჩამორჩა II ადგილზე გასული ბურევესტნიკელი ლ. კაზანცევა. კალიაგინა მესამე იყო — 94,97.

ამ სახეობაში ვაჟებში სამივე საპრიზო ადგილი წილად ბურევესტნიკელებს ხვდათ. ჩემპიონი გახდა ვ. ბასიუკი — 150,95. ა. ოსინსკიმ 142,89 ქულა მოაგროვა, ბართაიამ — 122,65.

გუნდურ ჩათვლაში საპრიზო ადგილები ასე განაწილდა: 1. „განთიადი" — 687,43 ქულა, 2. „ბურევესტნიკი" — 635,48, 3. „დინამო" — 314,14.

თ. გაჩეჩილაძე.

მხოლოდ ტექნიკური შედეგები...

თბილისი. „ლოკომოტივის" სტადიონი. 29-30 მაისი. ამიერკავკასიის რესპუბლიკებისა და მოლდავეთის მძლეოსანთა მატჩი.

ქალები. რბენა. 100 მ. 1. ვ. ბოლშოვა (მოლდავეთი) — 12,3, 2. ვ. ქუთათელაძე (საქართველო)—12,3, 3. ე. მელიქიანი (სომხეთი) — 12,4, 4. ნ. ლომიძე (საქართველო) — 12,5; **200 მ.** 1. ქუთათელაძე — 25,4, 2. ბოლშოვა — 25,9, 3. ტ. სერდიუკოვა (საქართველო)—26,1; **400 მ.** 1. მ. ლუნგუ (მოლდავეთი) — 59,5, 2. ვ. ავილოვა (აზერბაიჯანი) — 1.00,2, 3. ლ. ბაბკო (სომხეთი) — 1.00,7, 4. ლ. კორკოტაძე — 1.00,8, 5. ლ. პაბოკა (ორივე — საქართველო) — 1.01,5; **800 მ.** 1. ლუნგუ — 2.17,8, 2. რ. შჩიკოვსკაია (საქართველო) — 2.20,8, 3. ე. პასკარი (მოლდავეთი) — 2.21,6... 6. რ. დემჩენკო (საქართველო) — 2.27,4; **1500 მ.** 1. პასკარი — 4.55,3, 2. ს. რაჩინსკაია (მოლდავეთი) — 4.56,4, 3. შჩიკოვსკაია—4.56,6 (საქართველოს მიღწევა)... 6. მ. მეტრეველი (საქართველო) — 5.10,3; **100 მ თარჯრბენი.** 1. ფ. ისმაილოვა — 14,7, 2. ტ. შივიაკოვა (ორივე — აზერბაიჯანი) — 14,8, 3. ა. პეტრუსოვა (მოლდავეთი) — 15,6, 4. ს. ზგონიკოვა — 16.1... 8. თ. როჟმანოვა (ორივე — საქართველო) — 20,0 (ფინიშთან დაეცა); **ესტაფეტა. 4×100 მ.** 1. საქართველო (ლომიძე, როჟმანოვა, ვ. იაზშიანი, ქუთათელაძე) — 48,6, 2. მოლდავეთი — 48,8, 3. აზერბაიჯანი — 49,2; **4×400 მ.** 1. საქართველო (პაბოკა, დ. ჰარბაძე, სერდიუკოვა, კორკოტაძე) — 4:00,7; 2. აზერბაიჯანი — 4.01,3, 3. მოლდავეთი — 4.09,3; **სიმაღლე.** 1. ნ. ბრინცევა (აზერბაიჯანი) — 165, 2. გ. სოსნოვსკაია (მოლდავეთი) — 158, 3. ჯ. ჩუბინიძე — 158, 4. ს. ხრიპკო (ორივე — საქართველო) — 155; **სიგრძე.** 1. ს. იუდინა (აზერბაიჯანი) — 597, 2. ლ. ბირიუკოვა — 591, 3. ლ. რიაბოვა (ორივე—მოლდავეთი) — 576, 4. ც. ჩოლოიაშვილი — 569... 8. ს. პონომარიოვა (ორივე — საქართველო) — 540; **ბირთვი.** 1. ს. დოლჟენკო (მოლდავეთი) — 13,86, 2. ფ. მელნიკი (სომხეთი) — 13,50, 3. ვ. პოდგორნოვა (აზერბაიჯანი) — 13,33... 5. ლ. ტუღუში — 13,13, 6. გ. ბერაია (ორივე — საქართველო) — 12,70; **შუბი.** 1. ც. ლიპარტელიანი—46,82, 2. დ. საბაური (ორივე — საქართველო) — 46,52, 3. ა. ბოტნარი (მოლდავეთი) — 42,30; **ბადრო.** 1. ზ. ლეფტი (მოლდავეთი) — 49,78; 2. მელნიკი — 47,52, 3. ტუღუში — 47,28, 4. ც. ჯაფარიძე (საქართველო) — 46,44.

ვაჟები. რბენა. 100 მ. 1. ვ. ვდოვინი (მოლდავეთი) — 10,3, 2. ა. კოსტინი (საქართველო) — 10,4, 3. ა. კორნელიუკი (აზერბაიჯანი)—10,5... 5. გ. სტეპანოვი (საქართველო) — 10,8; **200 მ.** 1. ვდოვინი — 21,9, 2. ა. კანაჩინსკი (აზერბაიჯანი) — 22,1, 3. ვ. მიშინი (მოლდავეთი) — 22,4, 4. კოსტინი — 22,5, 5. ტ. ბახტაძე (საქართველო) — 22,6; **400 მ.** 1. კანაჩინსკი — 48,6, 2. მიშინი — 49,2, 3. ლ. კოროლიოვი (საქართველო) — 49,7... 5. ბახტაძე — 49,8; **800 მ.** 1. ა. გორბუნოვი (მოლდავეთი) — 1.52,6, 2. ვ. ზამკო (სომხეთი) — 1.53,0, 3. ე. ბაღდასაროვი (აზერბაიჯანი) — 1.54,2... 6. ი. ზეინან-ოღლი — 1.56,2... 8. ლ. ტიტოვი (ორივე — საქართველო)— 1.58,9; **1500 მ.** 1. ზამკო — 3.57,4, 2. გორბუნოვი — 3.58,2, 3. ვ. კოვტუნი (მოლდავეთი) — 3.59,3, 4. ი. სოვეტკინი — 4 წუთი... 6. ვ. სტარიჩკოვი (ორივე — საქართველო) — 4.00,8; **5000 მ.** 1. ნ. პავლენკო (აზერბაიჯანი) — 14.28,4, 2. ნ. დავიდენკო (საქართველო) — 14.34,6, 3. ა. აფონინი (მოლდავეთი) — 14.36,2... 7. ვ. ნესტერენკო (საქართველო) — 15.15,8; **10000 მ.** 1. ვ. კომაროვი (სომხეთი) — 31.19,3, 2. ბ. დერგაჩოვი (აზერბაიჯანი) — 31.27,7, 3. ვ. ლიტვინი (მოლდავეთი) — 32.05,3... 6. ვ. ვირჩენკო — 33.46,9, 7. ა. კურზანოვი (ორივე — საქართველო)—34.45,8; **3000 მ წინაღობებით.** 1. ა. გოლუბი (მოლდავეთი) — 8.56,4, 2. კომაროვი — 8. 58,8, 3. ე. კაშნიკოვი (აზერბაიჯანი) — 9.12,4... 6. ი. ცანავა — 9.37,9, 7. ა. მიქოიანი (ორივე — საქართველო) — 9.40,9; **თარჯრბენი. 110 მ.** 1. გ. ლისინი (აზერბაიჯანი) — 14,7, 2. ა. მოშიაშვილი — 15,0, 3. ზ. ალხანაიძე (ორივე — საქართველო) — 15,3; **200 მ.** 1. ი. კოზელსკი (საქართველო)—24,1, 2. ლისინი — 24,5, 3. ფ. კოლესნიჩენკო (მოლდავეთი) — 24,6, 4. მოშიაშვილი — 25,2; **400 მ.** 1. კოზელსკი — 52,6, 2. ა. გერასიმენკო (მოლდავეთი) — 53,8, 3. ვ. ფილიპოვი (აზერბაიჯანი) — 54,9... 6. ო. ლომთაძე (საქართველო) — 58,0; **ესტაფეტა. 4×100 მ.** 1. მოლდავეთი — 41,8, 2. აზერბაიჯანი — 42,1, 3. საქართველო (სტეპანოვი, კოსტინი, ა. ანტონოვი, ო. ბექაური) — 42,4; **4×400 მ.** 1. მოლდავეთი — 3.17,6, 2. აზერბაიჯანი — 3.17,7, 3. საქართველო (კოროლიოვი, ლ. გუგეშაშვილი, ანდრეევი, კოზელსკი) — 3.19,8; **სპორტული სიარული. 20 კმ.** 1. ი. კუშნირიოვი (მოლდავეთი) — 1:39.29,6, 2. ა. შჩერბინა — 1:42.52,4, 3. ა. დარჩინიანი (ორივე —საქართველო) — 1:44.58,8; **30 კმ.** 1. ი. დელა-როსა (საქართველო)— 2:35.16,0, 2. გ. გაუტპელცი (სომხეთი) — 2:40.20,6, 3. ვ. გოროლოვი (მოლდავეთი) — 2:47,53,4, 4. ვ. პალოვი (საქართველო) — 2:49.02,0; **სიგრძე.** 1. ვ. კომლევი — 772 (აზერბაიჯანის რეკორდი), 2. რ. ქვაჩაკიძე (საქართველო) — 742, 3. ვ. ლისენკო (მოლდავეთი) — 740, 4. ვ. ჩუკანოვი (საქართველო) — 735; **სიმაღლე.** 1. ვ. ბოლშოვი (მოლდავეთი) — 211, 2. რ. ამბარიანი (სომხეთი) — 208, 3. თ. მდივანი — 208, 4. ნ. საგანელიძე (ორივე — საქართველო) — 205 (პირადი რეკორდი); **სამხტომი.** 1. ლ. დარახველიძე (საქართველო) — 15,71, 2. ს. პინიაევი (აზერბაიჯანი) — 15,41, 3. ჰ. ოვაკამიანი (სომხეთი)—15,28, 4. მ. ფრიდმანი (საქართველო) — 15,11; **ჭოკი.** 1. ა. გამელი (მოლდავეთი) — 450, 2. ა. ზიატინი (აზერბაიჯანი) — 430, 3. ლ. გაზული (მოლდავეთი)—410, 4. მ. თათევოსიანი — 380, 5. ა. ვიბლიანი (ორივე — საქართველო) — 370; **შუბი.** 1. ქ. გორძამაშვილი — 64,50, 2. ნ. ზვიადაური (ორივე — საქართველო) — 61.72. 3. ვ. კნიში (აზერბაიჯანი) — 55,27; **ბადრო.** 1. გ. გუდაშვილი (საქართველო) — 56,83, 2. ვ. ოპრია — 52,04, 3. მ. შპაკი (ორივე — მოლდავეთი)—51,78... 6. ნ. ნაზღაიძე (საქართველო)—45,63; **ურო.** 1. ე. კონოვალოვი — 57,30, 2. ა. კოშურენკო (ორივე — აზერბაიჯანი) — 57 მ, 3. ჰ. ესაიანი (სომხეთი) — 56,28 ... 5. ა. ბაგაური — 55,50; 6. ფ. ჩერკაშიანი (ორივე — საქართველო) 53,80; **ბირთვი.** 1. მ. ოყროშიძე — 17,82 (საქართველოს რეკორდი), 2. ვ. ბელიანსკი (სომხეთი) — 15,81, 3. ს. ოსიპოვი (აზერბაიჯანი) — 15,80, 4. ვ. მაისურაძე (საქართველო) — 15.70.

გუნდური შედეგები: 1. მოლდავეთი — 434 ქულა, 2. საქართველო — 419, 3. აზერბაიჯანი — 362, 4. სომხეთი — 246.

რესპუბლიკური უნივერსიადა

ფართო გზა მშვილდოსნობას!

ახლა, როცა მშვილდოსნობა კვლავ დაუბრუნდა ოლიმპიურ სარბიელს, ყველაფერი უნდა გავაკეთოთ ამ სახეობის ფართოდ დანერგვისთვის.

დასაწყისი კარგია: უნივერსიადაზე ექვსმა უმაღლესმა სასწავლებელმა შეძლო გუნდების გამოყვანა სპორტის ამ სახეობაში. ქუთაისის პედაგოგიური ინსტიტუტის სტუდენტები რესპუბლიკაში ერთ-ერთი პირველთაგანი იყვნენ, რომელთაც დიდი გატაცებით დაიწყეს ვარჯიში მშვილდოსნობაში. მონდომებამ ნაყოფი გამოიღო: მათ დამსახურებული გამარჯვება იზეიმეს როგორც გუნდურ, ისე პირად ჩათვლაში.

შეჯიბრება 30 და 50 მეტრზე სროლაში გაიმართა, გუნდურ ჩათვლაში კი მხოლოდ 30 მეტრზე ნაჩვენები შედეგები შედიოდა. ვაჟთა შორის ამ მანძილზე ყველაზე კარგად ე. არველაძე (ქუთაისის პედინსტიტუტი) გამოვიდა. მან 290 ქულა მოაგროვა. II ადგილი დაიკავა ი. ჩანტლაძემ (უნივერსიტეტი) — 277, III — თ. მამისთვალოვმა (პუშკინის სახელობის პედინსტიტუტი) — 273 ქულა.

50 მეტრზე სროლაში სამივე საპრიზო ადგილი ქუთაისელებმა გაინაწილეს: არველაძემ აქაც შეინარჩუნა უძლიერესის სახელი — 239 ქულა. II ადგილზეა ბ. ქორიძე — 208, III — ვ. სოხაძე — 172.

ცხადია, ორი დისტანციის ჯამში გამარჯვება არველაძეს დარჩა — 529 ქულა. შემდეგ მოდიან: ქორიძე (465) და მისი თანაგუნდელი ბ. გელხვეიძე (432).

უფრო აშკარა იყო ქუთაისელი მშვილდოსანი ქალების უპირატესობა. ქ. ლოსაბერიძემ, გ. ფაიკიძემ და ნ. ნარჩემაშვილმა ორივე დისტანციაზე ერთნაირი თანმიმდევრობით გაინაწილეს საპრიზო ადგილები. ორივეჯერ ჩემპიონი გახდა ლოსაბერიძე: 30 მეტრზე მან 289 ქულა მოაგროვა, 50 მეტრზე — 259. მეორე პრიზიორმა ფაიკიძემ შესაბამისად 273 და 196 ქულა მიიღო. მესამე პრიზიორის ნარჩემაშვილის შედეგებია 233 და 92.

საერთო გუნდურ ჩათვლაში მომავალმა პედაგოგებმა 836 ქულა მოაგროვეს. II ადგილი 664 ქულით დაიკავა უნივერსიტეტის გუნდმა, III — პუშკინის სახელობის პედინსტიტუტის კოლექტივმა — 485.

სიამოვნებით უნდა ითქვას, რომ ენთუზიასტების სიმრავლემ მოლოდინს გადააჭარბა. თუ ასე გაგრძელდა, ქართველ მშვილდოსნებს ალბათ მალე ვიხილავთ უძლიერესთა რიგებში, ოღონდ... არ იშოვება მშვილდები და ისრები. კარგი იქნება, თუ სათანადო ორგანიზაციები ამ საქმეს მოაგვარებენ.

ბ. ჩეკურიშვილი.

ჩემპიონატი დამთავრდა, სეზონი გრძელდება

თბილისის „დინამოსა" და რიგის არმიელთა შეხვედრით დამთავრდა სსრ კავშირის XXXVI ჩემპიონატი კალათბურთში. 6 თვის მანძილზე ჩვენი ქვეყნის თორმეტმა უძლიერესმა კოლექტივმა 264 მატჩი ჩაატარა. ალბათ დაგვეთანხმებით, რომ ჩემპიონატს თამამად შეიძლება მარათონული ვუწოდოთ.

მიუხედავად იმისა, რომ ბრძოლა ყოველ კალენდარულ მატჩში უაღრესად მძაფრი და საინტერესო იყო, პრიზიორების ვინაობა ცნობილი გახდა რამდენიმე ტურით ადრე. ჩვენ ახლა ჩამოთვლას არ შევუდგებით, ვინაიდან მათ შესახებ ყველამ ყველაფერი იცის. ვიტყვით მხოლოდ ერთს· საბჭოთა კალათბურთის ისტორიაში ბრინჯაოს მედლების კავალერი პირველად გახდა ლენინგრადის „სპარტაკი".

მოსკოვის ცსკა-სთვის ჩემპიონობა ახალი ხილი როდია. იგი უმაღლესი ტიტულის მფლობელი პირველად 1945 წელს გახდა. გუნდი მაშინ ცდსა-დ იწოდებოდა. მას შემდეგ არმიელები კიდევ შვიდჯერ იყვნენ ჩემპიონები (1960, 1961, 1962, 1964, 1965, 1966, 1967 წ.წ.). ცენტრალურ პრესაში ცსკა-ს რატომღაც 1952 წლის ჩემპიონატში ვვს-ის გამარჯვებასაც აკუთვნებენ, რაც არ არის სწორი.

უმაღლეს საპრიზო ადგილებზე არაერთხელ ყოფილა თბილისის „დინამოც". ასე რომ, არც ჩვენი თანამემამულეების წარმატება გაჰკვირვებია ვისმეს, მით უმეტეს, დინამოელებმა შარშანაც ოქროს მედლები მოიპოვეს.

როცა გასული ჩემპიონატის დაძაბულობაზე ლაპარაკობენ, მხედველობაში აქვთ შეუპოვარი ბრძოლა, რაც აუტსაიდერთა შორის უმაღლეს ლიგაში დარჩენისთვის იყო გაჩაღებული. ახლა ყველასთვის ცნობილია, რომ დაბალ ლიგაში გადასვლის უსიამოვნო მისია ემუქრება ორ კოლექტივს: რიგის ვეფ-სა და ალმა-ათის „ლოკომოტივს". მაგრამ კალათბურთის გულშემატკივრებმა ალბათ არც იციან, რომ სვერდლოვსკის „ურალმაშმა" უკვე გაინაღდა უმაღლეს ლიგაში დაბრუნების უფლება. მეორე კანდიდატს კი გამოავლენს ტურნირი, რომელშიც რიგელებისა და ალმაათელების გარდა ითამაშებენ ვილნიუსის „სტატიბა" და მინსკის „ბურევესტნიკი".

გაუზვიადებლად შეიძლება ითქვას, რომ კალათბურთის პოპულარობა ჩვენში კიდევ უფრო გაიზარდა. ამის მკაფიო მაგალითია XXXVI ჩემპიონატის აუდიტორია, რომელმაც ნახევარ მილიონს გადააჭარბა (შარშან ჩემპიონატის მატჩები ნახა 420 ათასმა გულშემატკივარმა). დაუმატეთ ამას იმ მაყურებლების რაოდენობა, რომლებიც სპორტული დარბაზების სიმცირის გამო ვერ ესწრებოდნენ მატჩებს მოსკოვში, ლენინგრადში, ალმა-ათასა და სხვა ქალაქებში და მიიღებთ საკმაოდ თვალსაჩინო ექვსნიშნა ციფრს. დღეს საყოველთაოდ ცნობილია, რომ საკავშირო ჩემპიონატების მატჩებს ყველაზე აქტიურად ჩვენს ქალაქში ესწრებიან. „თბილისის რეკორდს, — განაცხადა ფიზკულტურის საკავშირო კომიტეტის კალათბურთის განყოფილების უფროსმა ს. ბაშკინმა,— ალბათ დიდხანს ვერ გააუმჯობესებს ვერც ერთი ქალაქი".

კალათბურთის გულშემატკივრებს აინტერესებთ, რა სისტემით ჩატარდება მომავალი, XXXVII ჩემპიონატი. აი, რას ამბობს ამის თაობაზე ბაშკინი: „მწვრთნელებიცა და მოთამაშეებიც კარგა ხანია უკმაყოფილონი არიან მარათონული ტურნირის მომქანცველობით (44 მატჩის ჩატარება 6 თვის მანძილზე არც ისე იოლია). მაგრამ უნდა მოგახსენოთ, რომ გაისად ჩემპიონატის ფორმულა არ შეიცვლება. თუმცა, იგი უფრო გახანგრძლივდება და „შინ და გარეთ" თამაშის სისტემას შეენაცვლება ტურებად შეხვედრები. ეს კლუბებში გეგმაზომიერი საწვრთნელი და აღმზრდელობითი მუშაობის უკეთ გაშლის საშუალებას მოგვცემს".

შეიცვლება შეჯიბრებათა ჩატარების სისტემა მეორე ეშელონში. ამიერიდან მას განსაკუთრებული ყურადღება მიექცევა, როგორც დიდი კალათბურთის რეზერვს. ახალი სისტემა, რომელიც ახლა ყალიბდება, გუნდებს პირველ ეტაპზე მეტი თამაშის საშუალებას მისცემს და მინიმუმამდე დაიყვანს დროის ხარჯვას ყოვლად უაზრო და გაუმართლებელ მგზავრობაზე. მეორე ეშელონის კოლექტივები გაერთიანდებიან ზონური პრინციპით. და მხოლოდ ამის შემდეგ მათ შორის გამარჯვებულნი იბრძოლებენ უმაღლესი ლიგის საგზურებისთვის.

ეს რაც შეეხება 1970 წელს. ახლა კი დავუბრუნდეთ აწმყოს და ვილაპარაკოთ იმაზე, თუ რა შეჯიბრებები მოელით კალათბურთელებს ამ სეზონში.

პირველი და უახლოესი შეჯიბრებაა ევროპისა და იუგოსლავიის ნაკრები გუნდების მატჩი, რომელიც ამ დღეებში ბელგრადში მოეწყობა. კონტინენტის ნაკრების შემადგენლობაში შეყვანილია ორი საბჭოთა კალათბურთელი: გ. ვოლნოვი და ი. ლიპსო.

ივნისშივე სსრ კავშირის ნაკრები ტურნეს გამართავს ამერიკის შეერთებულ შტატებში. ჩვენი გუნდი, რომელიც უმთავრესად ახალგაზრდა კალათბურთელებითაა დაკომპლექტებული, შეხვდება არა საკლუბო კოლექტივებს, არამედ ნაკრებ გუნდებს.

დაბოლოს, სეზონის უმნიშვნელოვანეს ღონისძიებაზე — სსრ კავშირის თასზე, რომელიც 1953 წლის შემდეგ არ გამართულა. ორიოდე სიტყვა თასის ისტორიაზე:

ამ საინტერესო ტურნირს საფუძველი ჩაეყარა 1949 წელს. მასში გამოდიოდნენ ხან ქალთა და ქაჭთა საკლუბო კოლექტივები, ხან კი რესპუბლიკის ნაკრები გუნდები.

გაგაცნობთ სსრ კავშირის თასის მფლობელებს: ვაჟები: 1949 წ. „დინამო" (თბილისი); 1950 წ. „დინამო" (თბილისი); 1951 წ. საქართველო; 1952 წ. „დინამო" (რიგა); 1953 წ. „ჟალგირისი" (კაუნასი); ქალები: 1949 წ. „დინამო" (მოსკოვი); 1950 წ. „დინამო" (კიევი); 1951 წ. უკრაინა; 1952 წ. საავიაციო ინსტიტუტი (მოსკოვი); 1953 წ. „დინამო" (მოსკოვი).

როგორი სისტემით ჩატარდება წლევანდელი შეჯიბრება თასზე? იგი ოთხ ეტაპადაა დაყოფილი. პირველი ეტაპი იქნება რესპუბლიკური (აგრეთვე, მოსკოვისა და ლენინგრადის) თასების გათამაშება. მეორე ეტაპზე ერთმანეთს შეხვდებიან პირველ ეტაპში გამარჯვებული კოლექტივები (შეჯიბრებები ნახევარფინალამდე). აქ შეხვედრების ჩატარების თარიღებია 20-30 ივნისი.

მესამე ეტაპი მოიცავს პერიოდს 5-დან 15 ივლისამდე. ისპარეზებს 22 გუნდი: მეორე ეტაპის შეხვედრებში გამარჯვებული 4 გუნდი და 1969 წლის მეორე ეშელონის საკავშირო პირველობის მონაწილე 18 კოლექტივი (შეჯიბრებები აქაც ნახევარფინალამდე).

მეოთხე ეტაპი გაიმართება 15-25 აგვისტოს. ითამაშებს 16 კოლექტივი: მესამე ეტაპის მატჩებში გამარჯვებული 4 გუნდი და „ა" კლასის 1969 წლის საკავშირო ჩემპიონატის მონაწილე 12 კოლექტივი.

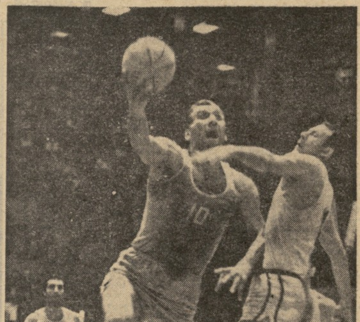
12-14 სექტემბერს გაიმართება ნახევარფინალები და ფინალი.

სსრ კავშირის თასის გათამაშება, როგორც ყოველთვის, ჩატარდება ოლიმპიური სისტემით. მეოთხე, გადამწყვეტი ეტაპის მონაწილე გუნდები კენჭისყრის საფუძველზე ოთხ ჯგუფად დაიყოფიან. ჯგუფური ტურნირების ადგილს ცალკე დაამტკიცებს სსრ კავშირის კალათბურთის ფედერაცია. ნახევარფინალური და ფინალური შეჯიბრებების ჩატარება მოსკოვშია ნავარაუდევი.

ნ. ბუბუშვილი.

ზოგი რამ სტატისტიკის სფეროდან

- ● ყველაზე მეტი მატჩი მოიგო ცსკა-მ — 35.
- ● ყველაზე ცოტა გამარჯვება მოიპოვა საკავშირო ჩემპიონატის დებიუტანტმა — ალმა-ათის „ლოკომოტივმა" — 8.
- ● ყველაზე ნაკლები შეხვედრა წააგო ჩემპიონმა — მოსკოვის არმიელთა·კოლექტივმა — 9.
- ● ყველაზე ბევრჯერ დამარცხდნენ ალმაათელები — 36.
- ● ყველაზე მეტი ბურთი მეტოქის კალათში ცსკა-მ ჩააგდო — 3448. ყოველ მატჩში არმიელები საშუალოდ 78 ბურთს აგდებდნენ.
- ● ყველაზე ცოტა ბურთი მეტოქის კალათში ჩააგდო რიგის ვეფ-მა — 2986. იგი ერთადერთი კოლექტივია, რომელმაც მეტოქის კალათში ჩაგდებული ბურთების რაოდენობით ვერ გადააჭარბა 3000-ს. ვეფ-ი ყოველ მატჩში საშუალოდ 67 ბურთს აგდებდა. თითქმის ასეთივე მაჩვენებელი აქვს ქალთა შორის სსრ კავშირის ჩემპიონს — რიგის ტტტ-ს.
- ● ყველაზე საიმედოდ იცავდნენ კალათს კიევის „სტროიტელის" კალათბურთელები — 2991. კიეველებს ყოველ თამაშში საშუალოდ მიღებული აქვთ 67 ბურთი.
- ● ყველაზე სუსტი დაცვა აღმოაჩნდა ალმა-ათის „ლოკომოტივს" — 3596. ალმაათელები ყოველ მატჩში საშუალოდ 82 ბურთს იღებდნენ.



აი, „დინამოს" კიდევ ერთი ვეტერანი — ა. ლეჟავა. იგი წლეულსაც შიშის ზარს სცემდა მეტოქეთა დაცვას.

სურათზე: ა. ლეჟავა ეფექტურად ამთავრებს თანაგუნდელთა შეტევას.

ფოტო ა. კოტორაშვილისა.

- ● გატანილი და მიღებული ბურთების ყველაზე კარგი სხვაობა აქვს ცსკა-ს: +319.
- ● ბურთების ყველაზე ცუდი ბალანსი აქვს ალმა-ათის „ლოკომოტივს": —355.

გთავაზობთ ჩვენი რესპუბლიკის გუნდების — „დინამოსა" და „ბურევესტნიკის" თამაშის სტატისტიკურ ანალიზს.

„დინამო" (თბილისი) — II ადგილი

- ● II ადგილზეა გამარჯვებათა რაოდენობით (31).
- ● II ადგილზეა წაგებული შეხვედრების სიმცირით (13).
- ● II ადგილზეა ჩაგდებული ბურთების რაოდენობით (3360).
- ● X ადგილზეა მიღებული ბურთების სიუხვით (3326). ამ პუნქტში თბილისის დინამოელებმა მხოლოდ ალმა-ათის „ლოკომოტივსა" და კიევის ასკ-ს აჯობეს.
- ● ბოლო ადგილზეა (დადებითი ბალანსის მქონე გუნდებში) გატანილი და მიღებული ბურთების სხვაობით: მხოლოდ +34.
- ● ყოველ მატჩში საშუალოდ 76 ქულას აგროვებდა.
- ● დაცვა იმდენად სუსტად თამაშობდა, რომ ყოველ მატჩში საშუალოდ 75 ბურთს უშვებდა.
- ● გამოდის, რომ თბილისის „დინამო" ყოველ მატჩს საშუალოდ მინიმალური უპირატესობით (76:75) იგებდა.

„ბურევესტნიკი" (თბილისი) — X ადგილი

- ● X ადგილზეა მოგებულ შეხვედრათა რაოდენობით (15).
- ● X ადგილზეა წაგებულ შეხვედრათა სიმცირით (29).
- ● IX ადგილზეა მეტოქის კალათში ჩაგდებული ბურთების რაოდენობით (3169).
- ● IX ადგილზეა მიღებული ბურთების სიუხვით (3274).
- ● X ადგილზეა ბურთების ბალანსით: — 105.
- ● ყოველ მატჩში საშუალოდ 72 ბურთი გაჰქონდა.
- ● დაცვა ყოველ მატჩში საშუალოდ 74 ბურთს უშვებდა.
- ● სხვაგვარად რომ ვთქვათ, „ბურევესტნიკი" ყოველ შეხვედრას საშუალოდ 2 ქულის სხვაობით (72:74) აგებდა.

* * *

ახლა კი თვალი გადავავლოთ ამ ცხრილებს. პირველი ცხრილი გუნდებს ანაწილებს გატანილი ბურთების რაოდენობით, მეორე — მიღებული ბურთებით. ფრჩხილებში ნაჩვენებია, რომელ ადგილზე გავიდნენ გუნდები წლევანდელ ჩემპიონატში.

გატანილი ბურთები

1.	ცსკა	— 3448	(1)
2.	„დინამო" (თბილისი)	— 3360	(2)
3.	ასკ (რიგა)	— 3341	(9)
4.	„ჟალგირისი" (კაუნასი)	— 3273	(6)
5.	„კალევი" (ტარტუ)	— 3244	(4)
6.	„ლოკომოტივი" (ალმა-ათა)	— 3241	(12)
7.	„სპარტაკი" (ლენინგრადი)	— 3197	(3)
8.	„დინამო" (მოსკოვი)	— 3195	(7)
9.	„ბურევესტნიკი" (თბილისი)	— 3169	(10)
10.	„სტროიტელი" (კიევი)	— 3083	(5)
11.	ასკ (კიევი)	— 3038	(8)
12.	ვეფ (რიგა)	— 2986	(11)

მიღებული ბურთები

1.	„სტროიტელი" (კიევი)	— 2991	(5)
2.	ასკ (კიევი)	— 2994	(8)
3.	„სპარტაკი" (ლენინგრადი)	— 3066	(3)
4.	ცსკა	— 3129	(1)
5.	„კალევი" (ტარტუ)	— 3131	(4)
6.	„ჟალგირისი" (კაუნასი)	— 3134	(6)
7.	ვეფ (რიგა)	— 3187	(14)
8.	„დინამო" (მოსკოვი)	— 3205	(7)
9.	„ბურევესტნიკი" (თბილისი)	— 3274	(10)
10.	„დინამო" (თბილისი)	— 3326	(2)
11.	ასკ (რიგა)	— 3415	(9)
12.	„ლოკომოტივი" (ალმა-ათა)	— 3596	(12)

3:0

ნიუკასლი, 8 ივნისი. 60 ათასი მაყურებელი დაესწრო ამავე სახელწოდების ადგილობრივი გუნდისა და უნგრეთის „დოჟა უიპეშტის" პირველ ფინალურ მატჩს ბაზრობათა ქალაქების თასზე ფეხბურთში.

ინგლისელებმა ანგარიშით 3:0 დაამარცხეს სტუმრები. საპასუხო შეხვედრა გაიმართება ბუდაპეშტში.

რედაქტორი მ. კაკაბაძე.

„ლოკომოტივის" სტადიონი
(ი. ჭავჭავაძის პრ. № 74)

სსრ კავშირის პირველობა
დღეს

IV კვეჯგუფი

„ლოკომოტივი" (თბილისი) — „მეშახტე" (ტყიბული).
ძირითადი შემადგენლობანი.
დასაწყისი 19 ს. 30 წ.

ИНДЕКС 66448 საქართველოს კპ ცენტრალური კომიტეტის გამომცემლობის სტამბა, ლენინის ქ. № 14. 6 უე 07496