პროლეტარებო ყველა ქვეყნისა, შეერთდით!

ლელო

ЛЕЛО Орган Комитета по физической культуре и спорту при Совете Министров Грузинской ССР и Грузинского республиканского совета профсоюзов

საქართველოს სსრ მინისტრთა საბჭოსთან არსებული ფიზკულტურისა და სპორტის კომიტეტისა და პროფკავშირთა საქართველოს რესპუბლიკური საბჭოს ორგანო

№ 59 (969) | ოთხშაბათი, 18 ივლისი, 1956 წ. | გამოცემის მე-12 წელი | ფასი 80 კაპ.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ისწავლეთ, დაეუფლეთ ცურვას!

როდის ისწავლა ადამიანმა ცურვა? პირდაპირი პასუხის გაცემა ამაზე ისევე ძნელია, როგორც, ვთქვათ, კითხვაზე — როდის ისწავლა ადამიანმა სირბილი? ერთი კი ცხადია — პირველყოფილი ადამიანისათვის ცურვა არსებობისათვის ბრძოლის ერთ-ერთი საუკეთესო საშუალებათაგანი იყო. მაშასადამე, კაცობრიობის ისტორიის გარიჟრაჟზე ადამიანმა უკვე იცოდა ცურვა.

დღეს მსოფლიოს ყველა ქვეყნის სპორტულ ცხოვრებაში ცურვას წამყვანი ადგილი უკავია. მრავალი წლის გამოცდილების საფუძველზე დადგინდა სხვადასხვა სტილით, სხვადასხვა მეთოდით ცურვა, რომელიც როგორც წინათ, ახლაც ერთ გარკვეულ მიზანს ემსახურება — ყოველმხრივ ჯანსაღი, ფიზიკურად ძლიერი ახალგაზრდა თაობის აღზრდას.

უამრავი მაგალითის მოყვანა შეიძლება იმის ნათელსაყოფად, თუ რა დადებით როლს თამაშობდა ცურვა დიდი სამამულო ომის დღეებში. საბჭოთა მეომრებს საბრძოლო ამოცანების პირნათლად შესრულებაში დიდ დახმარებას უწევდა ცურვის ცოდნა. საბჭოთა არმიის ნაწილების მიერ დონის, დნეპრის, დუნაის, ვისლის ფორსირება იწყებოდა ცალკეულ ჯარისკაცთა მიერ მდინარის გადაცურვით. ცხადია, ასეთ პირობებში ცურვის არცოდნა უაღრესად არასასურველ და კრიტიკულ მდგომარეობაში აყენებდა მეომარს.

ცურვა, ამ სიტყვის უმარტივესი გაგებით, ნიშნავს წყლის ზედაპირზე როგორმე გაჩერებას. აი, სწორედ ამით უნდა დაიწყონ ბავშვებმა ცურვის შესწავლა. ყველასათვის ცნობილია, რომ ბავშვი არაჩვეულებრივად გატაცებულია წყლით, ცდილობს რაც შეიძლება მეტ ხანს დაჰყოს წყალში, მეტი იჭყუმპალაოს, ითამაშოს. ეს განუზომელი სიყვარული და წყლის სიღრმისადმი შიშის უქონლობა შესანიშნავ გარანტიას წარმოადგენს ცურვის შესასწავლად.

ზაფხულის არდადეგების პერიოდში მოსწავლეები მრავალ ტურისტულ ლაშქრობაში, ექსკურსიაში მონაწილეობენ. ერთი წუთით წარმოიდგინეთ, რომ გზად მათ მდინარე უნდა გადალახონ. ის, ვინც ცურვა იცის, ჩინებულად სძლევს ამ ამოცანას, მაგრამ ისინი, რომლებმაც მშობლების ან ხელმძღვანელის დაუდევრობით ვერ ისწავლეს ცურვა, ნაპირზე დგანან და ელოდებიან სხვის დახმარებას. ეს, ჯერ ერთი, დიდი მორალური ტრავმაა ბავშვისათვის და, მეორეც, მისი ფიზიკური სიჯანსაღის სერიოზულ ხელშემშლელ პირობას წარმოადგენს.

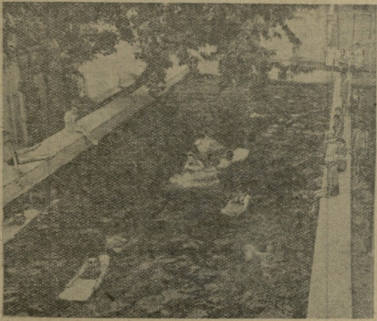
ჩვენი რესპუბლიკის ერთ-ერთმა წამყვანმა მოცურავე გოგონამ რადა არკადიევამ ცურვა 11 წლის ასაკში ისწავლა. ადრე იგი ბავშვური გულდაწყვეტით შეჰყურებდა ტოლ-ამხანაგებს, რომლებიც გამოქანდებოდნენ ნაპირიდან, მსუბუქად გადახტებოდნენ წყალში და შემდეგ ტალღებში გაუჩინარდებოდნენ. რადამ მტკიცედ გადაწყვიტა ცურვის შესწავლა. დილით მას ვერავინ დაასწრებდა ზღვაზე გამოსვლას, მთელი დღე წყალში იყო, გამალებით იქნევდა ხელ-ფეხს, ცდილობდა ზედაპირზე გაჩერებას. გოგონა სულ მალე შეეჩვია წყალს და რადამ ცურვა ისწავლა, ხოლო რამდენიმე წლის შემდეგ რესპუბლიკაში უძლიერესი მოცურავე გახდა.

მიუხედავად მცირე ასაკისა, საწყლოსნო ბილიკებზე შესანიშნავ შედეგებს აღწევს ლევან გიორგაძე. იგი არც თუ ისე დიდი ხნის წინ ახალგაზრდების იმ ჯგუფს ეკუთვნოდა, რომლებიც ცურავენ ისე, „როგორც უხერხდებათ“. მაგრამ ლევანს ჰქონდა სურვილი დაუფლებოდა „ნამდვილი“ ცურვის მეთოდებს. წყლის ზედაპირზე გაჩერება, თუნდაც საათობით, მისთვის არავითარ სიძნელეს არ წარმოადგენდა. სხვა იყო სტილით ცურვის სწავლა. ამის მიღწევა კი მხოლოდ სისტემატური წვრთნით შეიძლებოდა. და აი, სულ მალე, ლევანი ჯერ ტოლ-ამხანაგებში დაწინაურდა, ხოლო შემდეგ — უფროსებშიც. დღეს იგი რესპუბლიკაში ერთ-ერთი უძლიერესი მოცურავეა. სპორტული საზოგადოებრიობა დიდ იმედებს ამყარებს მასზე.

რა არის საჭირო იმისათვის, რომ ახალგაზრდებს შევაყვაროთ ცურვა? მართალია, რესპუბლიკაში ჯერ არ არის საკმარისი რაოდენობით საწყლოსნო აუზები, მაგრამ უწყლობას ახალგაზრდები, ცხადია, მაინც არ განიცდიან. საქართველოში ბევრია მდინარე, ტბა, სადაც თავისუფლად შეიძლება ცურვის შესწავლის საქმეში პირველი ნაბიჯების გადადგმა. საჭიროა მხოლოდ ამ საქმის ორგანიზება.

ცურვისათვის ნებადართული ადგილები ელემენტარულად უნდა იყოს მაინც მოწყობილი და, რაც მთავარია, გამოცდილი ინსტრუქტორის მეთვალყურეობის სფეროში მოქცეული. ცურვის შესწავლის მსურველი საჭიროა რჩევა-დარიგებას, პრაქტიკულ გაკვეთილებს იღებდეს გულისხმიერი და გამოცდილი სპეციალისტის დახმარებით.

გახსოვდეთ, რომ უბრალო ბანაობაც კი ადამიანში არაჩვეულებრივ სიამოვნებას იწვევს და იგი აქტიური დასვენების ჩინებული საშუალებაა, სპორტული ცურვა კი დასვენებას კიდევ უფრო სრულფასოვანსა და სასარგებლოს ხდის. სწორედ ამიტომ ჩვენი მიზანია ახალგაზრდებს მოვუწოდოთ — ისწავლეთ, დაეუფლეთ ცურვას!



კონგრესი ლისაბონში

პორტუგალიის დედაქალაქ ლისაბონში მოეწყო ფეხბურთის საერთაშორისო ფედერაციის კონგრესი, რომლის მუშაობაში მონაწილეობდნენ საბჭოთა კავშირის წარმომადგენლები. საბჭოთა დელეგაციის ხელმძღვანელმა ვ. ანტიპიონოკმა პრესის მუშაკებთან საუბარში განაცხადა:

— პირველყოვლისა აღსანიშნავია, რომ კონგრესმა ჩაიარა მეგობრულ და გულთბილ ვითარებაში. სასიხარულოა ის ფაქტი, რომ ფედერაციის რიგები თანდათან ფართოვდება — კონგრესის ამ სხდომაზე ფედერაციაში მიღებულ იქნენ ახალი წევრები — ავსტრალია, იორდანია და საუდის არაბეთი.

არგენტინისა და ჩილის ფედერაციებს შორის გაიმართა ცხარე კამათი ფეხბურთში მომავალი მსოფლიო პირველობის შესახებ („ჟიულ რიმეს თასი“). როგორც ცნობილია, 1958 წლის პირველობა უნდა ჩატარდეს შვეციის დედაქალაქ სტოკჰოლმში, ლისაბონში გადაწყდა, რომ 1962 წელს ეს ღონისძიება გაიმართოს სანტ-იაგოში (ჩილი). სწორედ ეს იყო ამ ორი ქვეყნის წარმომადგენელთა დავის მიზეზი. კონგრესმა აირჩია ახალი პრეზიდენტი ბატონი დრიური (ინგლისი), რომელიც ფედერაციის ხელმძღვანელობას გაუწევს მომავალ კონგრესამდე.

ლისაბონში გაიმართა აგრეთვე ფეხბურთის ევროპის ასოციაციის გენერალური ასამბლეის სხდომა, რომელმაც გადაწყვიტა, რომ 4 წელიწადში ერთხელ მოეწყოს ევროპის თასის გათამაშება ნაციონალური გუნდებისათვის. პირველი შეჯიბრება გაიმართება 1958 წლის მსოფლიო პირველობის შემდეგ და გაგრძელდება 2 წელს.

საბჭოთა დელეგაცია შეხვდა ესპანეთის ფეხბურთის ფედერაციის ხელმძღვანელს ბატონ პუხოლს. ჩვენ ესპანეთის საკლუბო გუნდები და ნაციონალური ნაკრები საბჭოთა კავშირში მოვიწვიეთ. ამ წინადადებამ სასურველი გამოხმაურება ჰპოვა და ამჟამად ველოდებით დამატებით ცნობებს ფედერაციისაგან.

დელეგაციის ლისაბონში ყოფნის დროს ვნახეთ ფეხბურთის რამდენიმე მატჩი: პორტუგალია—იტალია, პორტუგალია — უნგრეთი, აგრეთვე ბრაზილიის უძლიერესი კლუბის „ვასკო და-გამას“ და პორტუგალიის საუკეთესო გუნდის „სპორტინგ-კლუბის“ შეხვედრები. უნდა აღინიშნოს, რომ პორტუგალიის გუნდების თამაშის კლასი ძალზე მაღალია. ისინი წარჩინებით ფლობენ თამაშის ტექნიკას და ფიზიკურადაც კარგად არიან მომზადებულნი. ჩვენ განსაკუთრებით მოგვეწონა პორტუგალიელების თავით თამაში.

დელეგაცია დაესწრო აგრეთვე მსოფლიო პირველობას შაიბიან ჰოკეიში — ბორბლებიანი ციგურებით. ეს თამაში ძალზე ჰგავს ყინულის ჰოკეის. პორტუგალიელები სპორტის ამ სახეობაში მსოფლიო ჩემპიონებად ითვლებიან.

ფიზკულტურის საკავშირო კომიტეტში

25 წლის განმავლობაში აქტიური და უმწიკვლო მუშაობისათვის ფიზკულტურის საკავშირო კომიტეტმა მსაჯის საპატიო ნიშნით დააჯილდოვა საკავშირო კატეგორიის მსაჯები:

ტანვარჯიშში — ა. ბაქრაძე, ნ. კოპლატაძე, ნ. მეიფარიანი, ვ. პროკოფიევი, გ. რცხილაძე და დ. ჩიკვაიძე (ყველა თბილისიდან).

ცურვაში — ლ. იოაკიმიდი (თბილისი).

ხალხთა სპარტაკიადის სტარტზე

◆

უკრაინა

ათასობით სპორტსმენი იბრძოდა რესპუბლიკურ სპარტაკიადაში გამარჯვებისა და ხალხთა სპარტაკიადაში მონაწილეობის უფლების მოპოვებისათვის. შეჯიბრებები ყველა სახეობაში მაღალი შედეგებით დამთავრდა. განსაკუთრებით ნაყოფიერი გამოდგა შეხვედრები ველოსპორტსა და ნიჩბოსნობაში.

ველორბოლაში 200 კილომეტრზე საერთო სტარტით 140 სპორტსმენი მონაწილეობდა, რომელთაგან 19-მა აჩვენა ოსტატის ნორმაზე მაღალი შედეგი. მათ შორის 14-მა პირველად მოიპოვა ეს საპატიო წოდება. ფინიშთან პირველი მივიდა კიეველი სპორტის დამსახურებული ოსტატი ნ. კოლუმბეტი — 5:04.15. გამარჯვებულს 0,1 წამით ჩამორჩნენ ხარკოველი სპორტის ოსტატები ნ. ეჩკენკო, ვ. პლოტიცინი, სტალინოს ოლქის წარმომადგენელი პირველთანრიგოსანი ა. ამოტინი. ასეთი მაღალი შედეგი დღემდე არავის არ უჩვენებია საბჭოთა კავშირში.

ნიჩბოსანთა შეჯიბრება დნეპრზე მოეწყო. სპორტის ამ სახეობაში 21 მონაწილემ პირველად შეასრულა ოსტატის ნორმა. სპარტაკიადის მსვლელობაში ოსტატობა მოიპოვა 98 მონაწილემ.

სულ სპარტაკიადის მსვლელობაში უკრაინელმა სპორტსმენებმა დაამყარეს 2 საკავშირო და 17 რესპუბლიკური რეკორდი.

სომხეთი

ისეთი მრავალრიცხოვანი შეჯიბრება, როგორიც სომხეთის სპარტაკიადა იყო, კარგა ხანია არ უნახავთ ერევნელ სპორტის მოყვარულებს. ასპარეზობაში მონაწილე 2070 სპორტსმენიდან მძლეოსნობაში, ტანვარჯიშსა და ტყვიით სროლაში ათმა შეასრულა სპორტის ოსტატის ნორმატივი, ხოლო 90-მა მოიპოვა პირველი თანრიგი.

მოსკოვი. რსფსრ-ს ხალხთა სპარტაკიადა. შეჯიბრება მძლეოსნობაში „დინამოს“ სტადიონზე. რუსეთის ფედერაციის ახალი რეკორდი დაამყარა ბირთვის კვრაში ქალთა შორის ლ. ჟდანოვამ (მოსკოვის ოლქი). მისი შედეგია 14 მ და 82 სმ.

• • •

სურათზე: ლ. ჟდანოვა: ბირთვის კვრის დროს.

გადამწყვეტი ბურთი

იუგოსლავიის დედაქალაქ ბელგრადში, სადაც სტუმრად იყვნენ ჩვენი ქვეყნის წყალბურთელები, ამას წინათ მოეწყო ბელგრადისა და მოსკოვის ნაკრები გუნდების მატჩი. ეს იყო სტუმრების უკანასკნელი შეხვედრა იუგოსლავიაში.

ბურთი პირველად ხელთ იგდო რადონიჩმა, რომელმაც იგი გადააწოდა ფრანკოვიჩს და უკვე 32-ე წამზე ანგარიში იყო 1:0 იუგოსლავიელების სასარგებლოდ. თამაშმა მეტად დაძაბული ხასიათი მიიღო. მალე მასპინძლებმა მეორე ბურთიც გაიტანეს. საბჭოთა წყალბურთელები ხშირად უტევდნენ მოწინააღმდეგის კარის მისადგომებს, რამდენჯერმე კარის ძელმა იხსნა ბელგრადის გუნდი აშკარა გოლისაგან. მალე ფრანკოვიჩის მიწოდებიდან ვუკსანოვიჩმა გაიტანა მესამე ბურთი.

თამაშის დაწყებიდან გავიდა მხოლოდ სამი წუთი და ანგარიში 3:0 მიჰყავდათ ბელგრადელებს, მხოლოდ მე-7 წუთზე შეძლეს მოსკოველებმა საპასუხო ბურთის გატანა.

შესვენების შემდეგ შლიაპინმა მეორე ბურთი გაიტანა. ბელგრადელები ყველა ძალას ხმარობდნენ, ანგარიშის შენარჩუნებისათვის, თამაშის დამთავრებამდე 3 წუთით ადრე რადონიჩმა ანგარიში 4-მდე გაზარდა. თითქოს იუგოსლავიის გუნდის გამარჯვება ეჭვს არ იწვევდა, მაგრამ ჩვენი წყალბურთელები გადამწყვეტ იერიშზე გადავიდნენ. თამაშის დამთავრებამდე 2 წუთით ადრე შლიაპინმა და უკანასკნელ წუთზე მშვენიერაძემ გაიტანეს თითო ბურთი და ანგარიში გახდა 4:4.

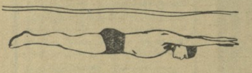
ისწავლეთ ცურვა!

სიახლე ტექნიკაში

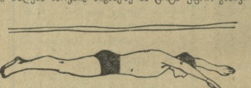
ბრასის სტილით ცურვაში, რომელიც დიდი ხნის მანძილზე უცვლელი იყო, ამ ბოლო ხანებში თავი იჩინა სიახლემ. ეს სიახლე შეეხება ბრასის სტილით ცურვის ტექნიკას და მას „მყვინთავი“ ბრასი ეწოდება.

სწორედ ამ ახალი ტექნიკის გამოყენებით შეძლო იაპონელმა მოცურავე ფურუკავამ დიდად გაეუმჯობესებინა მსოფლიო რეკორდები. მან 100 მეტრი გაცურა 1.08,3, ხოლო 200 მ — 2.31 (ძველი რეკორდები შესაბამისად უდრიდა 1.09,9 და 2.35). საგრძნობლად აუმჯობესებენ თავის შედეგებს საბჭოთა მოცურავეებიც, რომლებმაც სულ ახლახან დაიწყეს ახალი ტექნიკის ათვისება.

ახალი ტექნიკის ძირითადი დეტალები კარგად ჩანს ჩვენს ნახატებზე, რომლებიც გაკეთებულია წყალქვეშ კინოგადაღებათა მასალების მიხედვით.

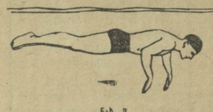


ნახ. 1.

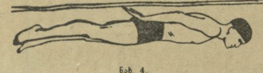


ნახ. 2.

სასტარტო ნახტომისა და ყოველი მობრუნების შემდეგ მოცურავე გარკვეული დროის მანძილზე წინ გამართული ხელებით სრიალებს წყლის ზედაპირს ქვეშ (ნახ. 1). პირველად მუშაობა იწყება ხელებით. ხელები იშლება მხრების სიგანეზე ან ცოტა უფრო განივრადაც (ნახ. 2), ხელის მტევნები „მოხვეტავენ“ წყალს და იწყებენ მოსმას. ხელებით მოსმა ხდება მოხრილ მდგომარეობაში ისევე, როგორც კროლით ან ბატერფლაით ცურვის დროს. ყველაზე მეტად ხელი იხრება ვერტიკალურ მდგომარეობაში გადასვლისას (ნახ. 3).

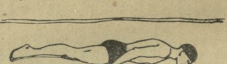


ნახ. 3.

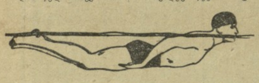


ნახ. 4.

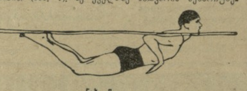
მე-4 სურათზე ნაჩვენებია თუ როგორ იმართება ხელები სხეულთან მიღწევისას. მაგრამ მოსმა ჯერ არაა დამთავრებული, მას მოსდევს მეტად მნიშვნელოვანი დეტალი, რომელიც საგრძნობლად ზრდის ხელებით მოსმის ეფექტს. ეს მდგომარეობს იმაში, რომ ხელის მტევნები ასრულებენ ქნევით მოძრაობას, რაც მოცურავის სხეულს დამატებით აჩქარებას აძლევს (ნახ. 5). ამ დროისათვის მოცურავე ამოიწევს წყლის ზედაპირისაკენ წელში მცირე გაზნექით. თავი ამოდის წყლის ზევით (ნახ. 6). შემდეგ იწყება ჩასუნთქვა, რის დროსაც ხელები საწყის მდგომარეობაში დაბრუნებას იწყებს მტევნებით ტანთან ახლოს მოძრაობით (ნახ. 7). აქ ყველაზე მთავარია შენარჩუნებულ იქნას სწრაფი მოძრაობა წინ, მაგრამ სწორედ ესაა ახალი ტექნიკით ცურვის ნაკლოვანი მხარე. ადვილი არაა შესრულდეს ჩასუნთქვა, მოზიდულ იქნას ხელები წინ გატანისათვის და ამასთან არ იქნას დაკარგული სისწრაფე წინ მოძრაობაში. შეიძლება დარწმუნებით ითქვას, რომ „მყვინთავი“ ბრასის ახალი ტექნიკა ჩვეულებრივი ბრასის ტექნიკასთან შედარებით უპირატესობას იძლევა მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ადგილი არა აქვს შეჩერებას მოძრაობაში წყლის ზედაპირზე ამოსვლის მომენტში ჩასუნთქვის შესრულებისათვის.



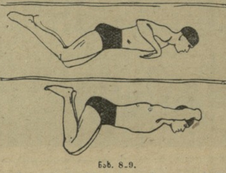
ნახ. 5.



ნახ. 6.



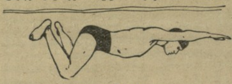
ნახ. 7.



ნახ. 8-9.

დაამთავრებს რა ჩასუნთქვას, მოცურავე ჩაეშვება წყალში, ხელები განაგრძობს წინ მოძრაობას, ფეხები მოიზიდება ტანთან აკვრის შესასრულებლად (ნახ. 8-9).

საჭიროა აღინიშნოს, რომ ფეხების მოსამზადებელი მოძრაობა, როცა მოცურავე იმყოფება წყალქვეშ, საგრძნობლად განსხვავდება ჩვეულებრივისაგან იმით, რომ წვივები შეიძლება იმყოფებოდეს სავსებით ვერტიკალურ მდგომარეობაში, ხოლო ტერფები — სხეულის დონეს ზევით და ეს საშუალებას იძლევა შესრულდეს გაცილებით უფრო ძლიერი მოსმა და ბიძგი.



ნახ. 10.

დაბოლოს იწყება მუშაობა ფეხებით. ამ მომენტისათვის ხელები გამართულია წინ (ნახ. 10).

ფეხების მოსმისაგან მოცურავე დიდი სისწრაფით იწყებს წინ მოძრაობას და სრიალს წყალქვეშ. აქ არის ახალი ტექნიკის კიდევ ერთი განსხვავება. მაღალი ტემპისა და განუწყვეტელი სწრაფი მოძრაობის შექმნისათვის სრიალი არ უნდა იყოს ხანგრძლივი, საჭიროა ადრე იქნას დაწყებული მოძრაობა ხელებით.

ახალი ტექნიკის ათვისებისათვის საჭიროა ყვინთვის შესწავლა 5-6 მოძრაობის შესრულებით წყალქვეშ სტარტისა და მობრუნების შემდეგ. ამ დროს მთელი ყურადღება კონცენტრირებულ უნდა იქნას ხელებით კარგ მოსმაზე ვერტიკალურად ქვევით და გრძელ სრიალზე წყალქვეშ თეძოებთან მიკრული ხელებით.

ამასთან არ უნდა დავივიწყოთ მტევნებით ქნევითი მოძრაობა ხელების მოსმის დასასრულს. მოსმის სწორად შესრულების შემთხვევაში სხეული გამართულ მდგომარეობაში მწოლიარე რჩება. არც მენჯი, არც მხრები არ უნდა ამოვიდეს ზევით. შემდეგ მცირე სისწრაფეზე საჭიროა ვცადოთ ცურვა და ყოველი მოსმის შემდეგ წყლის ზედაპირზე ამოსვლა ჩასუნთქვის მიზნით. ყურადღება არ უნდა მიაქციოთ იმას, რომ მოძრაობა ზევით და შემდგომი გადასვლა წყალქვეშ მოხდება შეჩერებებით, ბიძგებით. მთავარია, კოორდინაციის არსის გაგება, რომელიც ახალ ტექნიკას განასხვავებს ძველისაგან. ამის შემდეგ საჭიროა განუწყვეტლობის შეხამება გრძელ სრიალთან. საამისოდ კარგ ვარჯიშს წარმოადგენს ცურვა მოსმათა მცირე რაოდენობით (დაახლოებით 6-8 მოსმა) მობრუნების შემდეგ 25-მეტრიან დისტანციაზე.

შემდეგ მთავარი ყურადღება უნდა მიექცეს იმას, რომ ჩასუნთქვის მომენტში სრულიადაც არ იყოს შეჩერება და სისწრაფის დაკარგვა წინ მოძრაობის დროს. როგორც კი ეს ელემენტი მთლიანად იქნება ათვისებული, შეიძლება მყვინთავი ბრასის ტექნიკის სრულყოფაზე გადასვლა ცალკეულ მონაკვეთებზე და მთელს დისტანციაზე დიდი სისწრაფით.

ნ. ფარაფონოვი

ეროვნული ბიბლიოთეკა

სურათზე: რესპუბლიკის ერთ-ერთი მოზარდი მოცურავე ლ. გიორგაძე.
ფოტო მ. ზარგარიანისა.

ინსტრუქტორის დასახმარებლად

შევაყვაროთ ბავშვებს სპორტის ეს სახეობა

პიონერული ბანაკი საუკეთესო ადგილს წარმოადგენს ცურვის შესწავლისათვის, თუ მის მახლობლად არის საამისოდ გამოსადეგი წყალსაცავი.

იმ მიზნით, რომ ცურვის შესწავლის საქმეში ბავშვების მაქსიმალური რაოდენობა იქნას ჩაბმული, პირველივე მეცადინეობებიდან საჭიროა ცურვის არმცოდნე ბავშვთა გულდასმით შერჩევა. ბავშვები, რომლებსაც შეუძლიათ გაცურონ თუნდაც 3-5 მეტრი ფეხებისა და ხელების ყოველგვარი მოძრაობით მკერდზე, ზურგზე ან გვერდზე, არსებითად უკვე ფლობენ ცურვის საწყის ჩვევებს. მათი გამოყოფა საჭიროა ცალკე ჯგუფად ან ქვეჯგუფად და მათთან მუშაობის თავიდანვე წარმართვა მათი ამ ჩვევების სრულყოფისათვის. ამ ჯგუფის მთავარ ამოცანას წარმოადგენს შეუსვენებლად გაცურული მანძილის თანდათან გაზრდა. თუ წყალსაცავში არის მცირესიღრმიანი ადგილი, არმცოდნეთა სწავლებისათვის საჭიროა ორიენტირების მონიშვნა იმ მიზნით, რომ ბავშვს მიეცეს დავალება გაცუროს ერთი ორიენტირიდან მეორემდე ისე, როგორც მას შეუძლია. მაგალითად, მწკრივად დავაყენოთ ბავშვები ერთი ნაბიჯის ინტერვალით ერთმანეთისაგან და მივცეთ დავალება, ნიშნის მიცემაზე ყველამ დაიწყოს ცურვა აღნიშნულ ადგილამდე. ეს მანძილი უნდა შერჩეულ იქნას მომეცადინეთა საშუალო შესაძლებლობის შესაბამისად. ბავშვები ყოველთვის ეცდებიან გააუმჯობესონ თავისი შედეგები თუ მწვრთნელი, ინსტრუქტორი წინასწარ დააწესებს შეფასებას გარკვეული მანძილების გაცურვისათვის („ოთხიანი“ ან „ხუთიანი“). მეცადინეობის დამთავრებამდე ინსტრუქტორი წინადადებას აძლევს ბავშვებს ყოველმა მათგანმა დაიმახსოვროს რომელ ადგილამდე შეძლო მიცურვა დღეს. შემდგომ მეცადინეობაზე ეს მანძილი გაზრდილი უნდა იქნას.

ამ ძირითადი ვარჯიშების პარალელურად საჭიროა ბავშვებს შევასწავლოთ სწორი მოძრაობები. პირველ რიგში ეს იქნება კროლში ხელებისა და ფეხების მოძრაობა მკერდზე და ზურგზე, ხოლო შემდეგ — ბრასი.

თუ ბავშვი თანმიმდევრულად აუმჯობესებს უკვე არსებულ საწყის ჩვევას ცურვაში, შეიძლება უფრო სწრაფად მივაღწიოთ ძირითად მიზანს: გაცუროს ბავშვმა 25 მეტრი და მეტი მანძილი და ამის შემდეგ გადაყვანილ იქნას ცურვის მცოდნეთა ჯგუფში.

სხვაგვარად წარმოებს მეცადინეობა იმ ბავშვებთან, რომლებმაც სრულიად არ იციან წყალზე გაჩერება.

პირველი მეცადინეობები, როგორც ეს თანამედროვე მეთოდიკაშია მიღებული, მიეძღვნება ბავშვთა შეჩვევას წყალთან. აქ უნდა გამოვიყენოთ ჩვეულებრივი ვარჯიშები: სიარული და რბენა თხელ ადგილზე, ჰყუმპალაობა და წყლის შესხმა ერთმანეთისათვის, თანდათანი ჩაძირვა მკერდის, კისრის, თვალების დონემდე, მთლიანი ჩაძირვა წყალში, თვალების გახელვა წყალში და საგნების გარჩევა და ა. შ. ამ ვარჯიშების უმეტესობა უნდა ჩავატაროთ თამაშის სახით. შეიძლება არც დაველოდოთ თუ როდის იგრძნობენ ბავშვები სავსებით თავისუფლად თავს წყალში და მივცეთ ვარჯიშები ფეხებისა და ხელების უმარტივესი მოძრაობებით. ფეხებისათვის: რაიმე საგანზე ხელების ჩავლება ან ფსკერზე დაყრდნობა და შენაცვლებითი ხშირი მოძრაობანი წვივებით წყლის ზედაპირთან. ხელებისათვის: სიარული მკერდამდე წყალში და მკლავების მორიგეობითი მოსმა. ამასთან არ უნდა ვესწრაფოთ, რომ ბავშვებმა მოძრაობები მაშინვე ყველა დეტალში სწორად შეასრულონ. ამ დროს საკმარისია, რომ ფეხები სხეულს ეხმარებოდეს ჰორიზონტალური მდგომარეობის შენარჩუნებაში, ხოლო ხელები იძლეოდეს წინსვლის საშუალებას.

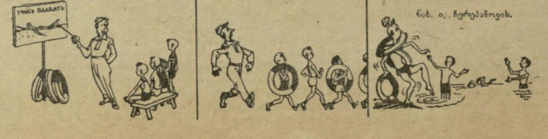
ამის შემდეგ შეიძლება გადავიდეთ სხვა ამოცანათა შესრულებაზე. მაგალითად, განვალაგოთ ბავშვები ისე, რომ ისინი ერთმანეთს არ უშლიდნენ ხელს. წყლის სიმაღლე მკერდამდეა. ამ ადგილას წყალი ცალმხრიდან უნდა შემოვაკავოთ იმგვარად, რომ ბავშვები მასზე ხელით ჩაველებისას მტკიცე საყრდენს გრძნობდნენ. პირველი ცდისათვის მანძილი საყრდენამდე ერთ-ორ ნაბიჯს არ უნდა აღემატებოდეს. საერთო დავალებაა: ნიშნის მიცემისთანავე ფეხების ღონიერი აკვრით ფსკერიდან და ხელებისა და ფეხების მოძრაობით ბავშვები მიწვდნენ საყრდენს. ეს პირველი დავალება ძირითადად სრულდება აკვრისაგან მიღებული ინერციით. მანძილის თანდათანობითი გადიდებით უკვე პირველ მეცადინეობებზევე შეიძლება მივაღწიოთ იმას, რომ ბავშვებმა 1-2 მეტრზე შეასრულონ ნახევრად სრიალი და ნახევრად გაცურვა.

როცა მომეცადინეები ჩვენს მიერ აღწერილი ხერხით შეძლებენ 3-5 მეტრის გაცურვას, მათთან შეიძლება ვაწარმოოთ ისეთივე მუშაობა, როგორც ბავშვებთან, რომლებსაც აქვთ საწყისი საცურაო ჩვევები. აქაც საბოლოო მიზანი იქნება მათი გადაყვანა სპორტული ცურვის შემსწავლელ ჯგუფში.

თეორია და პრაქტიკა

ჟურ. „ოგონიოკიდან“.

ნახ. ი. ჩერეპანოვის.



„ლელო“
მე-2 გვ. № 59 (969)

მიეძღვნება სპარტაკიადას

20 ივლისს, თბილისში, რესპუბლიკურ საჭადრაკო კლუბში დაიწყება ხალხთა სპარტაკიადისადმი მიძღვნილი რესპუბლიკური მასობრივი საჭადრაკო ტურნირის ფინალი. ჩვენი გაზეთის კორესპონდენტთან საუბარში საქართველოს სსრ სახელმწიფო მწვრთნელმა ჭადრაკში გ. გაჩეჩილაძემ განაცხადა:

—როგორც ცნობილია, საბჭოთა კავშირის ხალხთა სპარტაკიადის პროგრამაში არ შედის ჭადრაკი. ამიტომ ფიზკულტურისა და სპორტის საკავშირო კომიტეტმა მოაწყო ხალხთა სპარტაკიადისადმი მიძღვნილი საკავშირო მასობრივი საჭადრაკო ტურნირი.

ჩვენი რესპუბლიკის ჭადრაკის მოყვარულები დიდი ენთუზიაზმით შეხვდნენ მასობრივი შეჯიბრების დაწყებას. აპრილში საქართველოს ქალაქებსა და რაიონებში დაიწყო მასობრივი ტურნირის პირველი ეტაპის შეხვედრები. აქ გამარჯვებისათვის იბრძოდნენ დაწესებულებების, სასწავლებლების, ფაბრიკა-ქარხნების, კოლმეურნეობებისა და საბჭოთა მეურნეობების მოჭადრაკეები. მაის-ივნისში ჩატარდა ქალაქებისა და და რაიონების ფინალური ტურნირები, რომლებშიც პირველ ეტაპზე გამარჯვებულები მონაწილეობდნენ. აღსანიშნავია, რომ შეჯიბრებებში თავი ისახელა ბევრმა ახალგაზრდა მოჭადრაკემ. განსაკუთრებით ეს თბილისელებზე ითქმის.

მასობრივი რესპუბლიკური ტურნირის ფინალში მონაწილეობას მიიღებს 70 ვაჟი და 30 ქალი.

ტურნირი ვაჟებისა და ქალებისათვის ცალ-ცალკე გაიმართება. ამ შეჯიბრებებს საკვალიფიკაციო მნიშვნელობაც ექნება—მოჭადრაკეებს შეეძლებათ აიმაღლონ ან დაამტკიცონ თავიანთი სპორტული თანრიგი.

რესპუბლიკურ მასობრივ ტურნირში I-VI ადგილებზე გასული მოჭადრაკე ვაჟები და სამი გამარჯვებული ქალი დაიშვებიან საკავშირო მასობრივი ტურნირის ფინალში, რომელიც მოსკოვში 25 სექტემბრიდან 9 ოქტომბრამდე ჩატარდება. შეჯიბრებაში მონაწილეობას მიიღებენ გროსმაისტერები და ოსტატები. ამ ტურნირში მოჭადრაკეებს შეუძლიათ სპორტის ოსტატის სახელის მოპოვება. საინტერესოა აღინიშნოს ისიც, რომ მასობრივი საკავშირო შეჯიბრების მონაწილენი დაესწრებიან მსოფლიო გუნდური პირველობის დამამთავრებელ ტურებსა და ა. ალიოხინის ხსოვნისადმი მიძღვნილი საერთაშორისო ტურნირის რამდენიმე ტურს.

წინაა ე. კაკაბაძე

კალუგა, (ჩვენი სპეც. კორ.). საბჭოთა კავშირის ქალთა XVIII საჭადრაკო ჩემპიონატის ნახევარფინალური ტურნირის IV ტურში საქართველოს მრავალგზის ჩემპიონი ელისო კაკაბაძე შეხვდა ლიტველ კაუშიგაიტეს. ქართველმა მოჭადრაკემ ენერგიული თამაშით გაიმარჯვა.

V ტურში კაკაბაძე კვლავ დიდი ალმავლობით თამაშობდა უკრაინის ჩემპიონ ვიტკოვსკაიასთან. რთულ ბრძოლაში კაკაბაძემ მოიპოვა გამარჯვება.

ამრიგად, V ტურის შემდეგ წინაა ელისო კაკაბაძე, რომელსაც 5 ქულა აქვს.

საზღვარგარეთული ტურიზმის განვითარებისათვის

◆

ი. ჩოჩია,

საქართველოს პროფსაბჭოს კულტურისა და საყოფაცხოვრებო განყოფილების გამგე.

◆

საბჭოთა მოქალაქეებისათვის ტურისტულ მოგზაურობას როგორც სახალხო დემოკრატიის რესპუბლიკებში, ისე კაპიტალისტურ ქვეყნებში დიდი პოლიტიკური მნიშვნელობა აქვს. საბჭოთა ადამიანებს ფართო შესაძლებლობა ეძლევათ უფრო ახლო გაეცნონ უცხო ქვეყნების ხალხთა ცხოვრებას, კარგად შეისწავლონ მშრომელთა ეკონომიური მდგომარეობა საზღვარგარეთ, მათი კულტურა და ზნე-ჩვეულება. ამიტომ საზღვარგარეთ საბჭოთა ტურისტების გაგზავნის ორგანიზაციას განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს. მხედველობაში უნდა ვიქონიოთ ის გარემოება, რომ ტურისტული ჯგუფების დაკომპლექტება და მათი გაგზავნა საზღვარგარეთ მთლიანად უნდა შეესაბამებოდეს საბჭოთა მთავრობის საგარეო პოლიტიკის ძირითად პრინციპებს — ხალხთა შორის მეგობრობის, ნდობისა და ურთიერთგაგების დამყარებას, მთელ მსოფლიოში მშვიდობის განმტკიცების საქმეს.

უნდა ითქვას, რომ საზღვარგარეთული ტურიზმი მარტო დასვენება და გართობა არ არის, არამედ საბჭოთა ტურისტები მიემგზავრებიან აგრეთვე იმისათვის, რომ გაეცნონ სხვა ქვეყნების ცხოვრებას, უცხოელთა მიღწევებს მეცნიერებისა და კულტურის დარგში. ამიტომ საზღვარგარეთ ტურისტული მოგზაურობის კანდიდატებად რეკომენდებულ უნდა იქნას მხოლოდ პოლიტიკურად შემოწმებული, მორალურად მტკიცე, მოწინავე მუშები და მოსამსახურეები, ინჟინრები და ტექნიკოსები, აგრონომები, ექიმები, პედაგოგები, მეცნიერებისა და კულტურის მუშაკები.

საზღვარგარეთ წასვლის მსურველთა განცხადებებს იხილავენ საწარმოთა, დაწესებულებათა და უმაღლეს სასწავლებელთა პროფკავშირული ორგანიზაციები, რომელთაც გამოაქვთ დადგენილება იმის შესახებ, რომ აკმაყოფილებენ განმცხადებლის სურვილს და აძლევენ რეკომენდაციას. კოლმეურნეთა განცხადებებს კი იხილავენ მშრომელთა დეპუტატების რაიონული ან სასოფლო საბჭოების აღმასრულებელი კომიტეტები.

საფაბრიკო-საქარხნო და ადგილობრივი კომიტეტები თითოეულ ტურისტზე ცალ-ცალკე ადგენენ სათანადოდ გაფორმებულ დოკუმენტს და პროფკავშირთა რესპუბლიკური კომიტეტების მეშვეობით წარადგენენ პროფესიულ კავშირთა საქართველოს რესპუბლიკურ საბჭოში, ხოლო ის საფაბრიკო-საქარხნო და ადგილობრივი კომიტეტი, რომელიც უშუალოდ ექვემდებარება პროფკავშირთა ცენტრალურ კომიტეტებს და აგრეთვე კოლმეურნეები, საჭირო დოკუმენტებს წარადგენენ უშუალოდ საქართველოს პროფსაბჭოში.

საზღვარგარეთული ტურისტული ჯგუფების დაკომპლექტება და მათი გაგზავნა დავალებული აქვს პროფესიულ კავშირთა საქართველოს რესპუბლიკურ საბჭოს, რომელიც პროფკავშირთა რესპუბლიკურ კომიტეტებს და უშუალოდ ცენტრალურ კომიტეტებს დაქვემდებარებულ საფაბრიკო-საქარხნო და ადგილობრივ კომიტეტებს უნაწილებს ტურისტულ საგზურებს, აცნობს მათ სხვადასხვა ქვეყნებში მოგზაურობის პირობებს, ვადას, პროგრამასა და მარშრუტს.

ტურისტულ მოგზაურობასთან დაკავშირებულ ყველა ხარჯს (საგზურის ღირებულება, სამგზავრო ხარჯები და კვება დანიშნული ქვეყნის საზღვრამდე, უცხოეთის ვალუტის მიღება და სხვა) იხდიან თვით ტურისტები. ტურისტული მოგზაურობისათვის გამოყენებულ უნდა იქნას მორიგი შვებულება.

ტურისტული საგზურების მიღებისთანავე პროფკავშირის საფაბრიკო-საქარხნო და ადგილობრივი კომიტეტი ვალდებულია ამის შესახებ აცნობოს თავისი კოლექტივის მუშებსა და მოსამსახურეებს, მიიღოს საზღვარგარეთ გამგზავრების მსურველთა განცხადებები და განიხილოს ისინი. იმათზე, ვინც რეკომენდებულ იქნებიან ტურისტებად სახალხო დემოკრატიის ქვეყნებში, უნდა გაფორმდეს შემდეგი დოკუმენტები: დახასიათება-რეკომენდაცია, ანკეტური ცნობები და ცნობა ჯანმრთელობის შესახებ.

პირველი ტურისტული ჯგუფი საქართველოდან გაემგზავრა ჩეხოსლოვაკიის სახალხო დემოკრატიულ რესპუბლიკაში მიმდინარე წლის მაისის დასაწყისში. ჯგუფის შემადგენლობაში იყვნენ სხვადასხვა პროფესიის წარმომადგენლები: მეტალურგები, რკინიგზელები, საფეიქრო და კვების მრეწველობის მუშაკები, ინჟინრები და ტექნიკოსები, ჟურნალისტები, მშენებლები, ექიმები, სოფლის მეურნეობის სპეციალისტები, მეცნიერი მუშაკები და სხვ. სულ 36 კაცი, მათ შორის 12 ქალი. ჯგუფის მამასახლისად არჩეული იყო თბილისის სასოფლო-სამეურნეო ინსტიტუტის კათედრის გამგე, ინჟინერ-მექანიკოსი ამხ. მახალდიანი, რომელმაც საჭირო დახმარება აღმოუჩინა ხელმძღვანელ ამხანაგებს ტურისტული ჯგუფის ორგანიზებული და ნაყოფიერი მომსახურებისათვის. ამხ. მახალდიანი და სხვა ტურისტები დიდი სიამოვნებით იგონებენ იმ გულთბილ და მეგობრულ მიღებას და აგრეთვე ჩინებულ მომსახურებას, რომელიც მათ გაუწიეს მოძმე ჩეხოსლოვაკიაში. მოგზაურობა და პროგრამით გათვალისწინებული ყველა ობიექტის დათვალიერება კარგად ჩატარდა. ტურისტთა მეორე ჯგუფი მაისის მიწურულში 30 კაცის შემადგენლობით გაემგზავრა გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში.

უკვე დაკომპლექტებულია და ამ დღეებში პოლონეთსა და გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში გაემგზავრება ტურისტთა მესამე ჯგუფი 37 კაცის შემადგენლობით (პოლონეთში 11 დღე, გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში 4 დღე).

ივლისის ბოლო რიცხვებში ჩეხოსლოვაკიაში გაემგზავრება ტურისტთა ჯგუფი 36-კაცის შემადგენლობით, რომელთა შორის არიან რამდენიმე სპეციალობის წარმომადგენლები და აგრეთვე სოფლის მეურნეობის სპეციალისტები და კოლმეურნეები აჭარის ავტონომიური რესპუბლიკიდან.

ამჟამად დაკომპლექტებულია და კომისიის განსახილველად გადაცემულია ტურისტთა ოთხი ჯგუფი, რომლებიც აგვისტოში გაემგზავრებიან: სტუდენტთა ჯგუფი 30 კაცის რაოდენობით ჩეხოსლოვაკიაში; ჯგუფი 35 კაცის რაოდენობით პოლონეთ-ჩეხოსლოვაკიაში. ჩინეთში — 25 კაცი და გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში — 30 კაცი. აგვისტოში, როგორც ტურისტი, საფრანგეთში მიემგზავრება საქართველოს მეცნიერებათა აკადემიის ნამდვილი წევრი მ. ნ. საბაშვილი, რომელიც მონაწილეობას მიიღებს ნიადაგმცოდნეთა მე-6 საერთაშორისო კონგრესის მუშაობაში. მხატვარი ს. ქობულაძე აგვისტოში მიემგზავრება იტალიაში მე-28 საერთაშორისო სამხატვრო გამოფენაზე დასასწრებად, რომელიც ეწყობა ქალაქ ვენეციაში.

1956 წლის დამლევამდე მიღებულ იქნება საგზურები ტურისტული მოგზაურობისათვის პოლონეთში, გერმანიის დემოკრატიულ რესპუბლიკაში, რუმინეთში, ბულგარეთში, უნგრეთში, მონღოლეთის სახალხო რესპუბლიკაში, პოლონეთ-ჩეხოსლოვაკიაში, რუმინეთ-ბულგარეთში, კორეა-ჩინეთსა და ზოგიერთ კაპიტალისტურ ქვეყნებში. გამგზავრების წინ ტურისტებისათვის აუცილებელია მოეწყოს ინსტრუქციული ხასიათის საუბარი და ზოგადი მიმოხილვა იმ ქვეყნის შესახებ, სადაც ისინი მიემგზავრებიან. საბჭოთა ტურისტებს უნდა ახსოვდეთ, რომ ისინი არიან სოციალიზმის ქვეყნის წარმომადგენლები. საზღვარგარეთ ყოფნის დროს მათ მტკიცედ უნდა დაიცვან საბჭოთა მოქალაქის ღირსება და ამავე დროს პატივისცემით მოეპყრონ იმ ქვეყნის ხალხთა ეროვნულ თავისებურებებს, რომელშიც სტუმრობენ.

ტურიზმის პოპულარიზაციისა და ფართო მასების სხვა ქვეყნების ხალხთა ცხოვრებასთან, მათ მიღწევებთან გაცნობის მიზნით მოგზაურობიდან დაბრუნების შემდეგ დიდი მნიშვნელობა აქვს სათანადოდ მომზადებული ტურისტის მიერ საზღვარგარეთ მიღებულ შთაბეჭდილებათა თხრობის მოწყობას წარმოება-დაწესებულებათა კოლექტივების მუშა-მოსამსახურეებისათვის. ტურიზმის პოპულარიზაციას ხელს შეუწყობს აგრეთვე ტურისტების საუბრების მოთავსება პრესაში და გადაცემები რადიოთი.

საქართველოს პროფკავშირული ორგანიზაციების მოვალეობაა ფართოდ გაშალონ მუშაობა საზღვარგარეთული ტურიზმის განვითარებისათვის. მათ უნდა ახსოვდეთ, რომ ტურისტულ მოგზაურობაში მშრომელთა სულ უფრო მეტი რაოდენობით მიზიდვას და მათი გაზრდილი მოთხოვნილების დაკმაყოფილებას დიდი პოლიტიკური და კულტურული მნიშვნელობა აქვს.

რატომ შეწყდა წვრთნა?

საქართველოს მესტენდურები სამართლიანად ითვლებიან ერთ-ერთ უძლიერესებად საბჭოთა კავშირში. ისინი ახლა ენერგიულად ემზადებიან ხალხთა სპარტაკიადისათვის. გუნდმა რეგულარული წვრთნა ჯერ კიდევ გასულ წელს დაიწყო, უძლიერესთა შერჩევას მიეძღვნა ამასწინათ ჩატარებული მსროლელთა შეჯიბრება, რომელიც რესპუბლიკური სპარტაკიადის პროგრამაში შედიოდა. როგორც ცნობილია, ასპარეზობა არც თუ ცუდი შედეგებით დამთავრდა. შემდეგ მოეწყო ორკვირიანი საწვრთნელი შეკრება ბათუმში. ხოლო ამჟამად, სპარტაკიადის სტარტის წინ ვარჯიშებს განაგრძობენ თბილისის „მონკავშირის" ტენდზე.

ცხადია, ყველაფერი უნდა გაკეთდეს იმისათვის, რათა საქართველოს სპორტსმენები ხალხთა სპარტაკიადაზე გამარჯვებული გამოვიდნენ, მაგრამ გაოცებას იწვევს ის ფაქტი, რომ სასტენდო სროლის რესპუბლიკურ სექციას, „მონკავშირის" პრეზიდიუმის გამგეობას, ფიზკულტურისა და სპორტის ზემდგომ ორგანოებს დაავიწყდათ, რომ ნაკრები გუნდის გარდა არიან სპორტის ამ სახეობის მოყვარულები, რომლებიც საჭიროებენ ვარჯიშს, ყოველმხრივ დახმარებას. ეს განსაკუთრებით პირველთანრიგოსანთა მიმართ ითქმის, რომელთა მომზადებისათვის საკმაო თანხა დაიხარჯა.

ასეთი მდგომარეობით განსაკუთრებით უკმაყოფილონი ვართ სასტენდო სროლის მოყვარული ქალები. მართალია, საკავშირო სპარტაკიადაზე სპორტის ამ სახეობაში ქალები არ მონაწილეობენ, მაგრამ ეს იმას ხომ არ ნიშნავს, რომ მომავალ საკავშირო პირველობაზეც არ მივიღებთ მონაწილეობას. მესტენდური ქალებისათვის ყველაფერი მეორე რიგში კეთდება. არა გვაქვს თოფები, ვაზნები. იმისათვის, რომ ვაზნები მიგვეღო, საჭირო იყო ხვეწნა-მუდარა, ასე ხდებოდა ხშირად. მიმდინარე წელს ქალთა გუნდს სრულყოფილად არ უვარჯიშია.

ხელმძღვანელი ამხანაგები რესპუბლიკურ ნაკრებთან ერთად ვარჯიშების ჩატარებას შეგვპირდნენ, მაგრამ შემდეგ უარი გვითხრეს, ხოლო ივნისში „მონკავშირის" მესტენდურთა სექციის სხდომის მსჯელობის საგნად გადაიქცა ჩვენი საკითხი. სექციამ დაადგინა მოეცათ ჩვენთვის სათანადო რაოდენობით ვაზნები და სამიზნეები... დადგენილება ქაღალდზე დარჩა.

მსროლელი ქალებისადმი ასეთმა გულგრილმა დამოკიდებულებამ ბევრ ახალბედა მსროლელს გული გაუტეხა და ვარჯიშს თავი მიანებეს. საინტერესოა, როდემდე ვიქნებით ასეთ მდგომარეობაში, როდის მივიღებთ წვრთნისათვის საჭირო ვაზნებსა და სამიზნეებს; როდის მოიცლიან ჩვენთვის სექციის, პრეზიდიუმის ხელმძღვანელები?

ე. მელიქიშვილი,
საქართველოს სსრ ნაკრები გუნდის წევრი, პირველთანრიგოსანი.

ფეხბურთი

ცხრილი

ძირითადი შემადგენლობანი

მდგომარეობა 18 ივლისისათვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„სპარტაკი"	15	10	3	2	52:19	23
„[illegible]".	16	8	3	5	30:31	19
„დინამო" კ.	15	6	6	3	22:17	18
„ტორპედო"	14	6	5	3	26:19	17
„დინამო" მ.	14	5	6	3	22:19	16
ცდსა	14	5	4	5	21:20	14
„დინამო" თბ.	15	5	4	6	24:24	14
„ზენიტი"	15	2	10	3	16:24	14
„ლოკომოტივი"	16	3	7	6	20:20	13
„შახტიორი"	16	2	7	7	16:33	11
„შრომ. რეზერვ".	15	2	6	7	17:28	10
ოფ. სახლი სვ.	13	3	3	7	18:30	9

• • •

მოსკოვი. 15 ივლისი. „დინამოს" ცენტრალურ სტადიონზე გაიმართა მატჩი მოსკოვის ცდსა-სა და კიშინიოვის „ბურევესტნიკს" შორის.

გაიმარჯვეს მოსკოველებმა — 1:0.

* * *

მოსკოვი. 17 ივლისი. გათამაშების ლიდერი „სპარტაკი" (მოსკოვი) შეხვდა „შახტიორს" (სტალინო). მატჩი მოიგო „სპარტაკმა" — 5:1.

გონგის შემდეგ

მოსკოვი. (ტელეგრაფით ჩვენი სპეც. კორ.). 16 ივლისს მოსკოვის „დინამოს" სტადიონზე გაიმართა მორიგი მატჩი საბჭოთა კავშირის პირველობაზე ფეხბურთში. თამაშობდნენ „ტორპედო" (მოსკოვი) — „დინამო" (თბილისი).

ეს მეტად საინტერესო, დაძაბული თამაში დაიწყო ტორპედოელთა ტერიტორიული უპირატესობით, მაგრამ თბილისელებმა მალე შეძლეს მდგომარეობის გათანაბრება და ინიციატივის ხელში აღება. რამდენიმე მწვავე მომენტის შემდეგ დინამოელმა ხასაიამ გახსნა ანგარიში—1:0.

ტაიმის დამთავრებამდე წამები იყო დარჩენილი, როცა მოსკოველებმა სტრელცოვმა და ნეფედოვმა სწრაფი კომბინაცია გაითამაშეს და ამ უკანასკნელმა გაიტანა საპასუხო გოლი — 1:1.

გარდამავალი უპირატესობით მიმდინარეობდა თამაში შესვენების შემდეგ.

დაახლოებით 25-ე წუთიდან შეტევაზე კვლავ თბილისელები გადავიდნენ. როგორც ყოველთვის, აქტიური იყო ხასაია, ენერგიულად თამაშობდნენ ნახევარმცველები ლოლობერიძე და კოტრიკაძე. დინამოელთა განუწყვეტელ იერიშებს მოყვა „ტორპედოს" ცენტრალური თავდამსხმელის სტრელცოვის მოულოდნელი გარღვევა, მაგრამ მისი საბოლოო დარტყმა არაზუსტი აღმოჩნდა.

გონგის შემდეგ თბილისელები უკანასკნელ შტურმზე გადავიდნენ. მასპინძელთა ნახევარზე დანიშნულ იქნა საჯარიმო დარტყმა, რომელიც დინამოელებმა კარგად გამოიყენეს და გოლით დაამთავრეს (ბურთი გაიტანა ჭკუასელმა). ანგარიშით 2:1 გაიმარჯვა თბილისის „დინამომ".

საინტერესოა აღინიშნოს, რომ მიმდინარე გათამაშებაში „ტორპედომ" წააგო მხოლოდ სამი მატჩი, აქედან ორი თბილისის „დინამოსთან".

დუბლიორთა შეხვედრა მოიგეს მოსკოველებმა — 2:1.

ჭაბუკთა შეჯიბრება

ლენინგრადი. (ტელეგრაფით ჩვენი სპეციალური კორესპონდენტისაგან). ახალგაზრდობის საფეხბურთო სკოლების საკავშირო შეჯიბრების მეორე ტურში პირველად ერთმანეთს შეხვდნენ კიევისა და ლენინგრადის სკოლების გუნდები. კიეველებმა კვლავ აჩვენეს თამაშის მაღალი კლასი და დაამარცხეს მოწინააღმდეგე ანგარიშით 5:1.

თბილისის გუნდი ამ დღეს შეხვდა ტაშკენტის ფეხბურთელებს. გამარჯვება მოიპოვეს ტაშკენტელებმა—3:2.

კახეთის ზონა

ჩატარდა სამომხმარებლო კოოპერაციის მუშაკთა მეორე საზაფხულო სპარტაკიადა კახეთის ზონაში, რომლის პროგრამაში იყო ველოსპორტი, ფრენბურთი და მძლეოსნობა. მონაწილეობდნენ ლაგოდეხის, წითელწყაროს, გურჯაანის, საგარეჯოს, სიღნაღისა და ყვარლის ფიზკულტურელები.

ველოსიპედისტთა შეჯიბრება ჩატარდა ლაგოდეხის გზატკეცილზე. 50 კილომეტრზე ვაჟთა შორის გამარჯვებული გამოვიდა გ. პანფეროვი (ლაგოდეხი), ქალთა შორის (20 კმ) გამარჯვება წითელწყაროელმა ზ. ლესნოვამ. გურჯაან-ველისციხის გზაზე 30-კილომეტრიან კროსში პირველი იყო ლაგოდეხელი ზ. კუბლაშვილი. ქალთა 10-კილომეტრიან კროსში გამარჯვება ისევ ზ. ლესნოვამ მოიპოვა. გუნდურ ჩათვლაში პირველები იყვნენ ლაგოდეხის ვაჟთა და წითელწყაროს ქალთა კოლექტივები.

ფრენბურთელთა შეხვედრები მოეწყო კურორტ ახტალის მოედნებზე. გურჯაანის რაიონის სპორტსმენებმა წაუგებლად ჩაატარეს ყველა შეხვედრა და გაიმარჯვეს ვაჟთა შეჯიბრებაში. ქალთა შორის უძლიერესი აღმოჩნდნენ ლაგოდეხის კოოპერაციის მუშაკთა წარმომადგენლები.

მძლეოსანთა შეჯიბრებაში, რომელიც გურჯაანის სტადიონზე ჩატარდა, გამარჯვებული გამოვიდნენ: სიგრძეზე ხტომაში ქალთა შორის ლაგოდეხელი ნ. ბალიაშვილი, მანვე გაიმარჯვა 100 მეტრზე რბენაში — 13,3. ვაჟთა შორის ამავე მანძილზე რბენაში ყველას აჯობა ყვარლელმა ა. ცუქნიშვილმა — 12.0 წამი.

ზონალურ შეჯიბრებაში პირველ ადგილზე გამოვიდა ლაგოდეხის, მეორეზე — წითელწყაროს, მესამეზე — გურჯაანის რაიონი.

თ. გოგიაშვილი

გლდანელთა გამარჯვება

ცარეუბნის ქართულ მოჭიდავეთა შეჯიბრებაში მონაწილეობას იღებდნენ 9 საკოლმეურნეო ფიზკულტურული კოლექტივის სპორტსმენები. გუნდური პირველი ადგილი მოიპოვეს გლდანის მალენკოვის სახელობის კოლმეურნეობის მოჭიდავეებმა, მეორე ადგილზე გამოვიდა სოფლის მეურნეობის მექანიზაციის დიღმის ტექნიკუმის გუნდი, მესამე ადგილი წილად ხვდათ დიღმის ლენინის სახელობის კოლმეურნეობის სპორტსმენებს.

წონითი კატეგორიების მიხედვით ჩემპიონები გახდნენ გ. გიგაური, ბ. მაისურაძე, გ. სიმონიშვილი, ლ. ბულკაშვილი, მ. კოტორაშვილი, ი. მარიამული, შ. ზაალიშვილი და ა. ჯავახიშვილი.

პ. გოგიძე

სურათზე: ალპინიადის მონაწილენი მწვერვალის იერიშის წინ.

◆

სურათზე: მთამსვლელები უახლოვდებიან მიზანს — მყინვარწვერს.

◆

მყინვარწვერზე

პროფკავშირების ფიზკულტურელებმა მოაწყეს ლაშქრობა კავკასიონის მწვერვალ მყინვარწვერზე, რომელიც ზღვის დონიდან 5.048 მეტრი სიმაღლეზე მდებარეობს. ალპინიადაში მონაწილეობა მიიღო 60-მა მთამსვლელმა.

მყინვარწვერზე ლაშქრობას წინ უსწრებდა დაძაბული მოსამზადებელი პერიოდი. მთამსვლელები ნაყოფიერ თეორიულ და პრაქტიკულ მეცადინეობებს გადიოდნენ თბილისის მახლობელ მაღალმთიან უბნებში.

ბოლოს დადგა ალპინიადის დაწყების ნანატრი დღეც. მთამსვლელები მანქანით გაემგზავრნენ ყაზბეგში, ხოლო აქედან სოფელ გვილეთის გავლით დევდორაკის ხეობაში 2.200 მეტრი სიმაღლეზე მოაწყეს ძირითადი ბანაკი.

მთამსვლელები დაყოფილ იქნენ ათეულებად, რომელთაც ხელმძღვანელებად დაენიშნათ გამოცდილი ინსტრუქტორები, რეგულარულად ტარდებოდა უკანასკნელი მოსამზადებელი მეცადინეობები. ათდღიანი ნაყოფიერი ვარჯიშის შემდეგ გადაწყდა იერიშის დაწყება მყინვარწვერის დასაპყრობად. ამინდი ხელს არ უწყობდა მთამსვლელებს.

ქვანაყარ და ბალახიან ფერდობებზე 5 საათის მოძრაობის შემდეგ ალპინისტებმა მიაღწიეს „ტბების" რაიონს და კარვები გაშალეს ღამისთევისათვის. რაიონმა სახელწოდება ვერ გაამართლა, ტბები წყლის ნაცვლად თოვლითა და ყინულით იყო დაფარული. ხანგრძლივი ძებნის შემდეგ სპორტსმენებმა მიაკვლიეს წყალს.

მთელი ღამე ძლიერი, სუსხიანი ქარი ჰქროდა და კარვებს თოვლის ნამქერს აყრიდა. არც გათენებისას გამოიდარა, სიცივემ ძალზე იმატა და მთამსვლელები იძულებული გახდნენ ის დღე კარვებში გაეტარებინათ. მეორე ღამეს ცამ შუბლი გაიხსნა, ქარმაც იკლო, მოლაშქრეებმა ბანაკი აშალეს და გზა განაგრძეს მაილის ველისაკენ.

მოძრაობა თანდათან ძნელი ხდებოდა, თოვლით დაფარული კლდოვანი უბნები გზას საშიშარ სავალს ხდიდა. ბოლოს მიაღწიეს „შევარდნის ბუდეს". ძნელმა გზამ მთამსვლელები მოღალა, ამიტომ გადაწყდა მაილის ველზე გაეშალათ ბანაკი, დაესვენათ საფუძვლიანად, რომ შემდეგ ახალი ენერგიით შეეტიათ მყინვარწვერისათვის. კლდექოხის, ყინვარის გუმბათებისა და თოვლიანი ფერდობების გავლის შემდეგ ალპინისტები მიადგნენ „მრისხანის ქედს". ეს განსაკუთრებით სახიფათო ადგილია. რადგან ხშირია ქვისცვენა. სპორტსმენებმა სწრაფად და მშვიდობიანად გაიარეს ეს უბანი და მაილის ველზე დაბანაკდნენ.

სუსხიანმა ქარმა აქაც არ მისცა მოსვენება სპორტსმენებს. ღამით ტემპერატურა ძალზე დაბლა დაეცა, მაგრამ მთამსვლელები აქ დარჩენას მაინც არ აპირებდნენ. დილით ბანაკი მზად იყო იერიშისათვის და გერგეტის მხრიდან სამნეო ნაწილების შემოერთებისთანავე გაუდგა ძნელ გზას მყინვარწვერისაკენ. მრავალი დაბრკოლება გადალახეს მამაცმა მთამსვლელებმა, წარმატებით დაძლიეს ყინულოვანი ფერდობები და შუადღისას ფეხი შედგეს მარადთოვლიან მწვერვალზე. მყინვარწვერი დაპყრობილი იყო, სპორტსმენები გულთბილად ულოცავდნენ ერთმანეთს გამარჯვებას.

რამდენიმე ხნის შემდეგ მთამსვლელებმა დატოვეს მყინვარწვერი და გერგეტის ყინვარით დაეშვნენ მეტეოროლოგიური სადგურისაკენ, სადაც მათ გულთბილი შეხვედრა გაუმართეს. ალპინისტებმა ღამე სადგურში გაათიეს და მეორე დღეს ყაზბეგში ჩამოვიდნენ. აქ მოეწყო განვლილი თეორიული კურსის ჩაბარება „სსრ კავშირის ალპინისტის" პირველი საფეხურის ნიშანზე.

ალპინიადის მონაწილენი მშვიდობიანად დაბრუნდნენ თბილისში.

კ. ასტახიშვილი,
ალპინიადის ხელმძღვანელი, სპორტის ოსტატი.

მაღაროელთა კოლექტივი

ჭიათურის ლენინის სახელობის მაღაროთა სამმართველოს კოლექტივი გეგმის ზევით ათეულ ათასობით ტონა მარგანეცს აწვდის სამშობლოს. ამ წარმატებაში დიდი წვლილი მიუძღვით ახალგაზრდა ფიზკულტურელებს, რომლებიც მოწინავეთა რიგებში დგანან. შრომის მისაბაძ მაგალითებს იძლევიან ფიზკულტურელები გამყოლი გ. ჩაჩანიძე, მემანქანეები კ. გოფრინდაშვილი, გ. მოსეშვილი, სამთო ინჟინერი ვ. გვალია და სხვები. შრომისაგან თავისუფალ დროს ისინი ნაყოფიერად მეცადინეობენ სპორტულ სექციებში. ბევრი აქაური სპორტსმენი შედის ქალაქის ნაკრები გუნდების შემადგენლობაში.

წელს ლენინის სახელობის მაღაროთა სამმართველოს ფიზკულტურელებმა მიიღეს კეთილმოწყობილი სპორტული ბაზა — ფეხბურთის, კალათბურთის, ფრენბურთის მოედნებითა და მძლეოსნობის სექტორებით. სპორტული ბაზის მშენებლობა ნახევარ მილიონ მანეთზე მეტი დაჯდა. საექსპლოატაციოდ გადაეცა აგრეთვე ახალი სპორტული დარბაზიც.

ფიზკულტურული კოლექტივისათვის შეძენილია 70 ათასი მანეთის სპორტული ინვენტარი და ფორმა.

ა. ფიფია

მელბურნის ამბები

კვლავინდებურად ყურადღების ცენტრშია სპორტსმენთა მოწყობისა და კვებით უზრუნველყოფის საკითხი. გამოირკვა, რომ მელბურნში ჩამოვა 150-მდე სპორტსმენი, რომელთა სიმაღლე 190 სანტიმეტრს აღემატება. ჩვეულებრივი საწოლები მათ არ გამოადგებათ, ამიტომ საორგანიზაციო კომიტეტმა ერთ-ერთ ქარხანას უკვე მისცა შეკვეთა უფრო დიდი ზომის საწოლების დასამზადებლად. ოლიმპიური თამაშების მომწყობნი ცდილობენ სპორტსმენებს ნორმალური კვების საშუალება შეუქმნან. ეს კი არც ისე იოლია, რადგან თამაშებზე ჩამოსულ სხვადასხვა ეროვნების წარმომადგენლებს სხვადასხვაგვარი საჭმელი აქვთ. ამიტომ საორგანიზაციო კომიტეტმა ნაციონალურ ოლიმპიურ კომიტეტებს დაუგზავნა ცირკულარები, რომლებითაც მოითხოვეს გამოუგზავნონ მას სასურველი მენიუ. ნაციონალური საჭმელების მოსამზადებლად თამაშებზე მოწვეული იქნებიან მზარეულები შვეიცარიიდან, ინგლისიდან, ჰოლანდიიდან, იტალიიდან, გერმანიიდან, დანიიდან და სხვ.

საკავშირო რეკორდი

14 ივლისს კიევში მოწყობილ მძლეოსანთა შეჯიბრებაზე ლენინგრადელმა არდალიონ იგნატიევმა, რომელიც 200 მეტრზე რბენაში მონაწილეობდა, დაამყარა ახალი საკავშირო რეკორდი.

ა. იგნატიევის დრო 20,7 წამი.

ოთხი შეხვედრა

კიროვის სახელობის პარკის კალათბურთის სტადიონზე ორ დღეს გრძელდებოდა აზერბაიჯანისა და საქართველოს კალათბურთელთა ნაკრები გუნდების ამხანაგური შეხვედრა.

კვირას, 15 ივლისს, პირველად ერთმანეთს შეხვდნენ ვაჟთა კოლექტივები. თამაში აღინიშნა საქართველოს კალათბურთელების აშკარა უპირატესობით. მათ მოიგეს შეხვედრა დიდი ანგარიშით 96:32 (50:10).

დაძაბული ბრძოლით აღინიშნა ქალთა გუნდების შეხვედრის პირველი ნახევარი. საქართველოს ნაკრებში არ თამაშობდა რამდენიმე ძირითადი მოთამაშე. ამან სტუმრებს დიდხანს ანგარიშის წაყვანის საშუალება მისცა. პირველი ნახევარი საქართველოს კალათბურთელებმა ორი ქულით მოიგეს — 29:27. მეორე ოც წუთში ჩვენი რესპუბლიკის სპორტსმენთა უპირატესობა აშკარა იყო. მატჩი მათ მოიგეს — 81:37.

საქართველოსა და აზერბაიჯანის ნაკრები კოლექტივების განმეორებითი შეხვედრა გაიმართა მეორე დღეს. გამარჯვება კვლავ ჩვენი რესპუბლიკის სპორტსმენებს დარჩათ. ვაჟებმა მოიგეს შეხვედრა 85:56 (43:25), ხოლო ქალებმა — 62:41 (35:19).

სურათზე: ვაჟთა გუნდების თამაშის მომენტი.

მცხეთიდან მახაჩყალამდე

◆

მცხეთელი ახალგაზრდების ტურისტული ლაშქრობის მონაწილის დღიურიდან

◆

ლაშქრობის მონაწილეებს წინასწარ აფრთხილებდნენ, რომ მათ წინ მეტად ხიფათიანი და საშიში გზა ედოთ, რომ მათ დასაძლევი ჰქონდათ ძნელი მარშრუტი, მით უმეტეს, მოლაშქრეთა ჯგუფი სხვადასხვა ორგანიზაციების წარმომადგენლებისაგან შედგებოდა. მაგრამ კომკავშირელები სიძნელეებმა ვერ შეაშინა, პირიქით, მათში მეტი ინტერესი გამოიწვია იმან, რომ გზა ძნელად დასაძლევი იყო.

ახალგაზრდები მართალი აღმოჩნდნენ, როცა ამბობდნენ ძნელ ტრასას დავძლევთო. რაც შორს მიდიოდნენ ისინი მთებში, რაც უფრო პირქუში ხდებოდა არე-მარე, მით უფრო მჭიდროვდებოდა მათი რიგები, მით უფრო უმეგობრდებოდნენ ერთმანეთს მოლაშქრენი. მაგალითად, როგორც კი შეეტყობოდა ვინმეს დაღლილობა გ. ფაილენიშვილი და ი. წინამძღვრიშვილი მზად იყვნენ მიშველებოდნენ; ხოლო ვ. ალიბეგაშვილი, ს. ცასაძე და ო. უფლისაშვილი თავისი სითამამითა და ოხუნჯობით არავის აძლევდნენ სიფხიზლის მოდუნების უფლებას.

ჩვენი გზა ხან ნაპრალებით დაღარულ ყინვარს მიჰყვებოდა, ხან ციცაბო ფერდობებს, ხან სწრაფ მდინარეს. ერთხელ გზაც დაგვებნა — სოფელ შაორიდან ჯერ მარცხნივ გავუხვიეთ, მერე მარჯვნივ. აბობოქრებულ მდინარეზეც ვცადეთ გასვლა. ხიფათი, მართლაც ბევრი იყო.

ახალგაზრდულმა ენერგიამ და მონდომებამ მაინც გაიტანა თავისი. დავძლიეთ ყველა დაბრკოლება. ბოთლისში, ჩვენი ფეხით ლაშქრობის ბოლო პუნქტში, ადგილობრივმა მცხოვრებლებმა სტუმართმოყვარული შეხვედრა მოგვიწყეს, ერთად ვიმღერეთ, ვიცეკვეთ. მივედით მახაჩყალამდე.

... აი, ჩვენ უკვე გემ „ტელმანის" გემბანზე ვართ, სიმღერით ჩავედით ბაქომდე.

ახალგაზრდა მოლაშქრეებმა აჩვენეს ჩინებული ფიზიკური მომზადება, სიმამაცე, გამარჯვებისადმი რწმენა.

ე. მახარაძე

რედაქტორი ი. უგულავა

გაზეთი გამოდის ოთხშაბათობით და კვირაობით. რედაქციის მისამართი: თბილისი, ელბაქიძის დაღმართი № 12. დეპეშებისათვის თბილისი, „ლელო".
ტელეფონები: რედაქტორისა — 3-89-62, პ-მგ. მდივნისა და განყოფილებების — 3-90-34, მორიგისა და გამომშვების — 3-38-25.

პოლიგრაფიული კომბინატი „კომუნისტი", თბილისი. ლენინის ქ. № 14. უე 03069