პროლეტარებო ყველა ქვეყნისა, შეერთდით!

ლელო

№ 211 (7522)

3 1983 წ. ნოემბერი. ხუთშაბათი.

ფასი 3 კაპ.

საქართველოს 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

გაზეთი გამოდის 1934 წლის 18 აპრილიდან

ეროვნული ბიბლიოთეკა

დედაქალაქს შეემატა ახალი სპორტული ბაზა

ვინ დაწინაურდა?

უმაღლესი სპორტული დაოსტატების განვითარების საქმეში საქართველოს სსრ ფიზკულტურულ-სპორტულ ორგანიზაციებს შორის რესპუბლიკური სოციალისტური შეჯიბრების შედეგები 1983 წლის 1 ნოემბრისთვის.

ასსრ, აო, ქალაქები

ადგილი	სპორტული ორგანიზაცია	დაკ. ადგილ. I	II	III	ქულები
1	თბილისი	67	62	48	3879
2	ქუთაისი	17	2	7	935
3	აფხაზეთის ასსრ	8	9	4	620
4	აჭარის ასსრ	6	7	4	432
5	რუსთავი	8	1	6	351
6	გორი	2	3	3	183
7	ზუგდიდი	1	2	1	84
8	სამხ. ოსეთ. ა. ო.	—	—	2	20

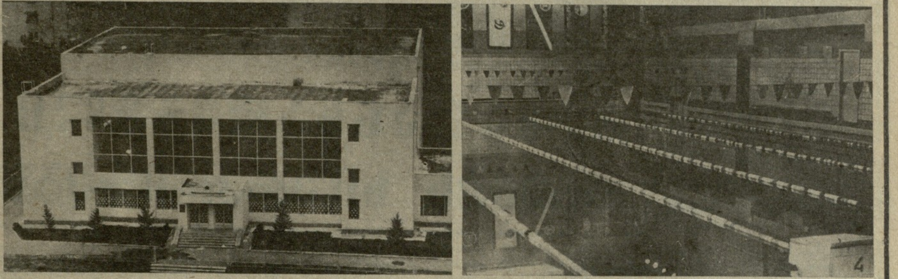
სპორტსაზოგადოებები და უწყებები

ადგილი	სპორტული ორგანიზაცია	I	II	III	ქულები
1	„დინამო“	32	29	16	1695
2	„განთიადი“	36	23	12	1621
3	„კოლმეურნე“	19	14	14	1180
4	ასკ	10	10	20	740
5	„ვოდნიკი“	4	6	4	352
6	„შრომითი რეზ.“	7	4	3	341
7	„ბურევესტნიკი“	3	7	5	240
8	„ლოკომოტივი“	4	—	9	227
9	„სპარტაკი“	—	2	—	60
10	განათლების სამ.	2	—	—	45
11	„ზენიტი“	—	—	1	7

რესპუბლიკის რაიონები

ადგილი	სპორტული ორგანიზაცია	I	II	III	ქულები
1	დუშეთი	6	3	6	340
2	გარდაბანი	4	—	1	145
3	საჩხერე	4	—	2	105
4	ახალციხე	1	1	—	55
5	საგარეჯო	1	1	—	40
6	ქარელი	—	1	—	27
7	სამტრედია	—	1	—	21
8	ხაშური	1	—	—	20
9	ახმეტა	—	—	1	9

შენიშვნა: გრაფაში „დაკავებული ადგილები“ გათვალისწინებულია სპორტსმენების (გუნდების) მიერ რესპუბლიკურზე უფრო დიდ შეჯიბრებებში დაკავებული I-II-III ადგილები, ხოლო გრაფაში „ქულები“— ზაფხულის ოლიმპიურ სპორტის სახეობებში მოგროვებული ქულები: I ადგილი — 5 ქულა, II — 3, III — 1.



ახალი საცურაო კომპლექსი... პრობლემები და იმედები

თბილისქალაქობის ყოველი ზეიმი არაერთ სამახსოვროს გვიტოვებს. იმ სიახლეთა გვერდით, რაც კიდევ უფრო მიმზიდველს ხდის და ალამაზებს ჩვენს დედაქალაქს, არის სპორტული ნაგებობებიც — ახალგაზრდობის ფიზიკური წრთობისა და მოსახლეობის ჯანმრთელობის გაკაჟების თანამედროვე, კეთილმოწყობილი კერები. რუსეთისა და საქართველოს მეგობრული გეორგიევსკის ხელშეკრულების 200 წლისთავის იუბილესა და თბილისქალაქობის ზეიმის დღეს დიღმის საცხოვრებელ მასივში მწყობრში ჩადგა კიდევ ერთი უნიკალური საცურაო კომპლექსი. იგი ააგო რესპუბლიკის მშენებლობის სამინისტროს მე-2 ტრესტის მე-8 სამმართველომ (უფროსი ე. ჯანელიძე).

• • •

დიღმის საცხოვრებელ მასივში საცურაო აუზის მშენებლობის საკითხი დღის წესრიგში ამ 10-12 წლის წინათ დადგა. სწორედ მაშინ დაიწყო რესპუბლიკის ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლებში მარტივი ტიპის საცურაო აუზების მშენებლობა. იმ სკოლებს შორის, რომლებსაც აუზების აგება ერთ-ერთ პირველებს უნდა დაეწყოთ, დიღმის მასივში მდებარე 147-ე სკოლაც იყო, მაგრამ სკოლის დირექტორმა ა. ჩაფიძემ აჩქარებას დაცდა არჩია. ამ სკოლაში მოსწავლეთა კონტიგენტი განუხრელად იზრდებოდა, ამიტომ დირექტორს სურდა აუზი გამტარუნარიანობით გამორჩეული, ხვალინდელი დღის მოთხოვნათა შესაბამისი ყოფილიყო. მას შემდეგ, როგორც იტყვიან, ბევრმა წყალმა ჩაიარა. სკოლის ხელმძღვანელობა მანამდე „აჭიანურებდა“ მშენებლობის დაწყებას, სანამ მისი სასურველი პროექტით აგების ნებართვა არ გამოითხოვა. და აი, არა მარტო სკოლამ და ქალაქმა, არამედ მთელმა ჩვენმა რესპუბლიკამ ძვირფასი საჩუქარი მიიღო: მწყობრში ჩადგა საცურაო კომპლექსი, რომელიც ახლო მომავალში ცურვის განვითარების ერთ-ერთ წამყვან კერად უნდა იქცეს.

ახალი სპორტული ობიექტის გადაცემას პრესა ჩვეულებრივი ინფორმაციით აუწყებს ხოლმე მკითხველს. ამჯერად ცოტა ვრცლად გვინდა ვისაუბროთ იმ პრობლემებზე, აუზის ჩაბარებისთანავე რომ წამოიჭრა.

სპეციალისტთა, სკოლების ხელმძღვანელთა და თბილისელთა განსაკუთრებული ყურადღება ამ აუზმა შემთხვევით როდი მიიპყრო. ჩვენს დედაქალაქში დღეს იგი ყველაზე მეტად პასუხობს თანამედროვე მოთხოვნებს. ორი აბაზანა, სპორტული დარბაზი, შესანიშნავი გასახდელები და საშხაპეები, მწვრთნელ-მასწავლებელთა სამუშაო ოთახები, სამედიცინო კაბინეტი, კვების ბლოკი და, რაც მთავარია, უაღრესად ხელსაყრელი მდებარეობა. ყოველივე ეს ამ კომპლექსს სხვა აუზებთან შედარებით მართლაც თვალსაჩინო უპირატესობას ანიჭებს. აუზი, როგორც ვთქვით, თავდაპირველად 147-ე სკოლისთვის იყო გათვალისწინებული. პროექტის გადაკეთებამ აუზის სასკოლათაშორისო ბაზად ქცევის პერსპექტივა შექმნა. განზრახული იყო კომპლექსს რაიონის განათლების განყოფილების ბავშვთა და მოზარდთა კომპლექსური სპორტული სკოლის უბაზობის პრობლემაც გადაეჭრა. სხვებთან ერთად მშენებლობას იმედის თვალით შეჰყურებდა დიღმის საცხოვრებელი მასივის ჯანმრთელობისა და დასვენების კლუბის „დილას“ გამგეობა. ახლა კი, როცა კომპლექსი უკვე მწყობრში ჩადგა, გაჩნდა სხვა იდეაც, რომელიც შეიძლება უარსაყოფი არამც და არამც არ იყოს, მაგრამ საქმე ის არის, რომ განხორციელების შემთხვევაში აუზის თავდაპირველ დანიშნულებას მთლიანად შეცვლის.

(დასასრული მე-4 გვ.).

• • •

სურათზე: დიღმის მასივში მდებარე საცურაო კომპლექსის გარე და შიდა ხედები.

თ. ქიქავას ფოტო.

როგორ გემსახურებიან?

რიგი ბუფეტთან

ყველასათვის ცნობილია, თუ რა დიდი მნიშვნელობა აქვს სპორტსმენებისათვის სწორ, რაციონალურ კვებას. საწვრთნელი შეკრებების ერთ-ერთი უპირატესობა ის არის, რომ გუნდის ხელმძღვანელებს — ექიმს თუ მწვრთნელებს საშუალება აქვთ სპორტსმენებს კვების ისეთი რაციონი შეურჩიონ, რომელიც მათ ვარჯიშზე დახარჯულ ძალას აღუდგენთ. მაგრამ შეკრება ხომ მთელი წლის განმავლობაში ვერ გაგრძელდება: ზოგი სწავლობს, ზოგიც მუშაობს. რა თქმა უნდა, მათი უმრავლესობა, სხვადასხვა მიზეზის გამო, ყოველთვის სახლში ვერ ისადილებს, ამიტომ, საკითხავია რამდენად კეთილსინდისიერად უძღვებიან თავიანთ საქმეს სასადილოები და ბუფეტები, რომელთაც ძირითადად სპორტსმენთა მომსახურება ევალებათ.

თბილისის მოსწავლეთა და სტუდენტთა კვების სპეციალიზირებული საქალაქო ტრესტის მე-10 გაერთიანების სასადილო, რომელსაც საქართველოს ფიზკულტურის ინსტიტუტის საერთო საცხოვრებლის პირველ სართულზე დაუდევს ბინა, ბევრი სპორტსმენისათვის კარგადაა ცნობილი. უახლოეს წარსულში მისი ხშირი სტუმრები იყვნენ ვ. სანეევი, ქ. ლოსაბერიძე, ვ. ბლაგიძე და სხვა სახელგანთქმული ჩემპიონები. რა მდგომარეობაა იქ ამჟამად?

...ერთის შეხედვით სასადილოც და ბუფეტიც კარგ შთაბეჭდილებას ტოვებს: სისუფთავეა, ვერც მენიუს ერთფეროვნებისათვის უსაყვედურებთ. არც რძის ნაწარმი აკლდათ. ამიტომ გადავწყვიტეთ თავად სპორტსმენებისათვის გვეკითხა სასადილოს ავ-კარგის შესახებ.

ლ. მაჩიტაძე და ვ. ჯეირანაშვილი, საქართველოს თავისუფალი სტილის მოჭიდავეთა ნაკრების წევრები:

— ჩვენ ხშირად დავდივართ აქ. ჩვენი აზრით, სასადილო კარგად მუშაობს. ბუფეტში გამოულევლად არის რძის ნაწარმი, ხილის წვენები, კარგი ხარისხის ძეხვი და სხვა პროდუქტი. სასადილოს მენიუ ხშირად იცვლება. ხანდახან, როცა საშუალება აქვთ, ზოგიერთ კერძს ჩვენი თხოვნითაც გვიმზადებენ.

სასადილოში კანტი-კუნტად შემოდიოდა ხალხი. მიზეზი გამგემ **ქ. ნიქაბაძემ** აგვიხსნა:

— სასადილოში ძირითადად საერთო საცხოვრებელში მცხოვრები სტუდენტებისათვის იყო გათვალისწინებული, მაგრამ ამჟამად, შენობის ავარიული მდგომარეობისა და წამოწყებული რემონტის გამო საცხოვრებელიც დაცარიელდა. რემონტი ჭიანურდება და ამიტომ ჩვენც სრული დატვირთვით ვერ ვმუშაობთ. პროდუქტის ასორტიმენტის გადიდება შეგვიძლია, მაგრამ ასეთ პირობებში მის რეალიზაციას ვერ შევძლებთ.

— კარგად თუ გამარაგებენ?

— სასაყვედურო არაფერი გვაქვს. მომარაგება განსაკუთრებით უკანასკნელ ხანს გაუმჯობესდა. თითქმის ყოველდღე ვღებულობთ ფრინველის, ღორის თუ ძროხის ახალ ხორცს, მაგრამ კარგი იქნებოდა, ხილბოსტნეულსაც ახალს და კარგი ხარისხისას გვაწოდებდნენ. სხვა მხრივ თითქმის ყველაფერი რიგზეა.

— თქვენთან მხოლოდ ფიზკულტურის ინსტიტუტის სტუდენტები იკვებებიან?

— სასადილოში ოლიმპიური მომზადების ცენტრების ბევრი წარმომადგენელიც მოდის. ხშირად საწვრთნელ შეკრებაზე მყოფი გუნდების წევრებიც გვესტუმრებიან ხოლმე, მათ შორის ცნობილი სპორტსმენები: ა. მაისურაძე, მ. სალაძე, ა. ჭიტაძე და სხვები. გუნდების ბევრი მწვრთნელი წინდაწინ მოდის ჩვენთან და ჩვენი შეფ-მზარეული გ. ნიავაძე, თავისი საქმის ჩინებული ოსტატი, სპორტსმენებისათვის მათი შეკვეთის მიხედვით ამზადებს კერძებს. ისე, კარგი იქნებოდა, ფიზკულტურის ინსტიტუტის უფრო ბევრი სტუდენტი სადილობდეს ჩვენთან, მაგრამ შესვენებაზე აქ ამოსვლას ვერ ასწრებენ და იქვე, ბუფეტში სადილობენ. ეს ბუფეტიც ჩვენს გაერთიანებას ეკუთვნის.

მოვინახულეთ ბუფეტიც. იქაც სისუფთავე იყო, ვიტრინაშიც ბევრი პროდუქტი მოჩანდა. იქვე მყოფმა ინსტიტუტის კალათბურთელ ქალთა გუნდის წევრებმა **ნ. მჭედლიშვილმა** და **ი. მალალაშვილმა** თქვეს:

— სხვა ბუფეტებთან შედარებით აქ მენიუ საკმაოდ მრავალფეროვანია. თავაზიანადაც გვემსახურებიან, ამიტომ აქ გვირჩევნია ვისადილოთ.

მაგრამ ბუფეტს თავისი ნაკლიც აქვს. „პიკის საათებში“, ე. ი. დიდი შესვენების დროს, სტუდენტთა მომსახურებას ვერ აუდის და, ბუნებრივია, დგება რიგი, გარდა ამისა, ბევრი სტუდენტი ლექციების შემდეგ პირდაპირ ვარჯიშზე მიდის, ამიტომ მათთვის ცხელი საჭმელი აუცილებელია. კარგი სასადილო ინსტიტუტისათვის პირდაპირ მისწრება იქნებოდა. ეს აზრი ინსტიტუტის ხელმძღვანელებთან გამოვთქვით. აღმოჩნდა, რომ ასეთი სასადილო წესით უკვე უნდა ჰქონოდათ, მაგრამ...

ა. ქორჩაკიძე, ფიზკულტურის ინსტიტუტის პრორექტორი ადმინისტრაციულ-სამეურნეო დარგში:

— 1979 წელს დაიწყო და წლეულს დამთავრდა ჩვენი ინსტიტუტის ახალი კორპუსის მშენებლობა. კორპუსის პირველ სართულზე სასადილოს გახსნა გადავწყვიტეთ. ამ სასადილოს მნიშვნელობა იმდენად დიდია, რომ მის გახსნას საქართველოს სპორტკომიტეტის თავმჯდომარე რ. გოგლიძე და ვაჭრობის სამინისტროს და ქალაქის სპორტკომიტეტის ხელმძღვანელი მუშაკებიც დაესწრნენ. მაგრამ მალე გამოირკვა, რომ შენობის დამპროექტებლებმა თანამედროვე სტუდენტური სასადილოს სპეციფიკა არ გაითვალისწინეს: მთავარი ის იყო, რომ დანადგარები მოხერხებულად ვერ თავსდებოდა. 50-ადგილიანი სასადილოს ნაცვლად, აქ თავისუფლად შეიძლებოდა 100-ადგილიანი გახსნილიყო, რაც ინსტიტუტის მოთხოვნილებებს სრულად დააკმაყოფილებდა. ამის გამო სასადილო მალე დაიხურა და ინსტიტუტის ხელმძღვანელებისა და ვაჭრობის მუშაკთა შეთანხმების საფუძველზე გადაწყდა ახალი პროექტი შემუშავებულიყო. პროექტზე მუშაობა დეკემბერში დასრულდება, დანარჩენი კი ტრესტ „სპორტმშენზე“ იქნება დამოკიდებული. სასადილოს გახსნა დაგვეხმარება სტუდენტ-სპორტსმენთა კვების საკითხის მოგვარებაში. იმაზეც ვიზრუნებთ, რომ იქ ყოველთვის იყოს ნახევარფაბრიკატული ნაწარმი.

გ. ჩოხიშვილი.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

ფიზიკური კულტურა და სპორტი — ყოველდღიურ ცხოვრებაში!

გამაჯანსაღებელი რბენის სიურპრიზები

სპეციალისტთა ერთი ნაწილი გამაჯანსაღებელი რბენის მიმართ მაინცდამაინც დიდ ენთუზიაზმს არ იჩენს. ისინი ამტკიცებენ: იმისთვის, რომ არ იავადმყოფო, საჭიროა ღონისძიებათა მთელი კომპლექსი, რომელსაც შეიძლება „ჯანსაღი ცხოვრების წესი“ ეწოდოს. ფიზიკური აქტივობის გარდა ჯანსაღი ცხოვრების წესი ითვალისწინებს ნორმალურ კვებას, წრთობას, აუტოგენურ ვარჯიშს, სწორ სუნთქვას, დადებით ემოციებს, მოწესრიგებულ დღის რეჟიმს, მავნე ჩვევებზე (სიგარეტის მოწევა, ალკოჰოლის მიღება) უარის თქმას და ა. შ.

ყველაფერი ეს სწორია, მაგრამ დაეთანხმო მტკიცებას, რომ რბენა მხოლოდ „მიშველი“ ფიზიკური აქტივობაა, შეიძლება ერთ შემთხვევაში: როცა ადამიანი სამსახურში მირბის დაგვიანების გამო. ასეთ რბენას, რასაკვირველია, ჯანმრთელობისთვის სარგებლობა არ მოაქვს.

გამაჯანსაღებელი რბენა ეს ელემენტთა მთელი კომპლექსია. ყველა, ვინც დაიწყო იგი, გააოცა ვარჯიშისგან მიღებულმა სიამოვნებამ.

სავსებით გასაგებია, რომ გამაჯანსაღებელი რბენის საოცარი ეფექტი შეუმჩნეველი არ დარჩა. პირველად ავადმყოფები დაინტერესდნენ.

შეიძლება გავიხსენოთ იმის უამრავი მაგალითი თუ როგორ ვაჟკაცურად იბრძოდნენ ადამიანები თავიანთ დაავადებებს და როგორ დაიბრუნეს ჯანმრთელობა გამაჯანსაღებელი რბენის საშუალებით.

ჯანსაღი ცხოვრების წესის აქტიური პროპაგანდისტი, ამერიკელი პოლ ბრეგი ახალგაზრდობაში ტუბერკულოზით დაავადდა. ექიმებმა ასეთი დიაგნოზი დაუსვეს: უიმედოა. მაგრამ მზის სხივებმა, ფიზიკურმა ვარჯიშმა და სწორმა კვებამ სასწაული მოახდინა. ბრეგი სავსებით გამოჯანმრთელდა. იგი ყოველდღე დაახლოებით 2-3 მილს დარბოდა ან 5 მილს ფარავდა სწრაფი ნაბიჯებით. სირბილი, ხანგრძლივი სეირნობა, ცურვა, ჩოგბურთი, ალპინიზმი, ტურიზმი, სერფინგი — აი, მისი გატაცებების მოკლე სია. ბრეგი, ჩვენი დროის ეს ერთ-ერთი უჯანმრთელესი ადამიანი, რომელმაც თითქმის 100 წლის ასაკამდე შეინარჩუნა კუნთების მოქნილობა, ენერგია, ხალისი, საოცარი შრომისუნარიანობა, საერთოდ დაივიწყა რა იყო ავადმყოფობა, უბედურმა შემთხვევამ იმსხვერპლა — სერფინგით ვარჯიშის დროს (95 წლის ასაკში) უზარმაზარმა ტალღამ გადაუარა და დაიხრჩო.

ავადმყოფობას მოერია ცნობილი დრამატურგი ა. არბუზოვიც. 50 წლისამ, ინფარქტის გადატანის შემდეგ, სრულად გადასინჯა თავისი ცხოვრების წესი და დაიწყო ბევრი სიარული, როცა ცოტა მომაგრდა, სირბილზე გადავიდა. ცივმა შხაპმა (8°-მდე), ცურვამ, 15 კმ-ზე რბენამ, ტანვარჯიშმა, სიარულმა მას აქტიური, ნაყოფიერი ცხოვრების საშუალება მისცა.

გაზეთ „სოვეტსკი სპორტში“ არაერთხელ დაიბეჭდა ექიმებზე ზ. და მ. ანისიმოვებზე. 45 წლის მ. ანისიმოვი მძიმედ დაავადდა. სამჯერ მოხვდა სარეანიმაციო განყოფილებაში. დიაგნოზი ძალზე არასასიამოვნო გახლდათ: წყლულოვანი დაავადება, გასტრიტი, ქოლეცისტიტი, ინფარქტისწინა მდგომარეობა, ნორმასთან შედარებით 25 კგ-ით მეტი წონა... ერთი ადამიანისათვის, ვფიქრობთ, მეტისმეტია. ზ. ანისიმოვას კი ფილტვის ქრონიკული პათოლოგია ჰქონდა. ანისიმოვები იმ დროისათვის მკურნალობის ყველაზე თანამედროვე მეთოდებს მიმართავდნენ, მაგრამ ავადმყოფობას ვერაფერი მოუხერხეს. ცოლ-ქმარმა ანისიმოვებმა წაიკითხეს და გააანალიზეს ბევრი წერილი, წიგნი, რის საფუძველზე დაიწყეს სწორი კვება, მოკლევადიანი შიმშილი, წრთობა, ფიზიკური ვარჯიში. მოძრაობის ძირითადი წილი გამაჯანსაღებელ რბენაზე მოდიოდა. ოთხი წლის ვარჯიშის შემდეგ მ. ანისიმოვი რეგულარულად 10 კმ-ზე დარბოდა, მისი მეუღლე კი 3 კმ-ზე. მათთვის ავადმყოფობა მხოლოდ არასასიამოვნო მოგონებად იქცა.

მსგავსი მაგალითების მოტანა უსასრულოდ შეიძლება. „მადლობა შენ, სირბილო!“ — ასეთი სიტყვებით მთავრდება გამოჯანმრთელებულ ავადმყოფთა წერილები.

უნდა აღინიშნოს, რომ მსგავს აღფრთოვანებულ წინადადებებს ბევრი ექიმი ძალზე დინჯად ისმენს, რადგან სამართლიანად თვლის, რომ ავადმყოფთა მიერ თავისი მდგომარეობის სუბიექტურმა შეფასებამ შეიძლება შეცდომაში შეგვიყვანოს და გამაჯანსაღებელი რბენის ცალკეულ თაყვანისმცემელთა რეკომენდაციებმა — გამოვიყენოთ რბენა ყოველგვარი დაავადების დროს — შეიძლება სარგებლობის ნაცვლად ზიანი მოგვიტანოს.

ბოლო წლებში ბევრ სამედიცინო დაწესებულებაში ჩატარდა გამოკვლევა თუ რა გავლენას ახდენს ავადმყოფზე და ჯანმრთელ ადამიანებზე გამაჯანსაღებელი რბენა. გამოკვლევამ გვიჩვენა, რომ სირბილი არა მარტო ძლიერი პროფილაქტიკური საშუალებაა, არამედ ექიმების საიმედო თანაშემწეც სხვადასხვა დაავადებათა მკურნალობის დროს.

მეტად საინტერესო გამოკვლევები ტარდება პროფესორ ა. მატუსოვას (გორკი) კლინიკაში. ინსტიტუტის ექიმებმა შეიმუშავეს ვარჯიშის სპეციალური პროგრამა მიოკარდის ინფარქტგადატანილი, სტენოკარდიით დაავადებული და ჯანმრთელი, მაგრამ დაავადებისკენ მიდრეკილების მქონე ადამიანებისათვის. პროგრამაში შედის სიარული და სირბილი. მიოკარდის ინფარქტის სავარჯიშო თერაპიამ ბევრ ავადმყოფს აღუდგინა შრომისუნარიანობა და ჯანმრთელობა.

წლების განმავლობაში აკვირდებოდნენ ჯანმრთელ და ავადმყოფ ადამიანებს ფიზკულტურის საკავშირო სამეცნიერო-კვლევითი ინსტიტუტის თანამშრომლები. დაკვირვების მიზანი იყო ადამიანის ორგანიზმზე რბენის გავლენის გამოკვლევა. ექსპერიმენტმა დაამტკიცა გამაჯანსაღებელი რბენის უდავო სარგებლობა.

კ. ნიკიტინის (სოჭი) კლინიკაში შემუშავებულია სპეციალური ფიზკულტურული თერაპია ნევრასთენიით დაავადებულთათვის. მკურნალობის კურსში შედის ყოველდღიური დილის გამამხნევებელი ვარჯიში, სეირნობა, ბანაობა და ნელი ტემპით სირბილი. ერთი თვის მანძილზე ვარჯიშის შემდეგ პაციენტები კლინიკას აბსოლუტურად ჯანმრთელები ტოვებენ.

სირბილს, როგორც მძლავრ სამკურნალო საშუალებას, ფართოდ იყენებს ბევრი საბჭოთა სპეციალისტი: ე. შესტაკოვა სირბილს უნიშნავს ჰიპერტონიით, კარდიოსკლეროზით დაავადებულებს, მათ, ვისაც მარილების რეჟიმი დაერღვა, ნერვული სისტემა მოეშალა, სიმსუქნე აწუხებს. მ. გრინენკო კი ურჩევს ირბინონ ასთმით, ინფექციური პოლიართრიტით, რევმატიზმით, მიოკარდის ინფარქტით, ათეროსკლეროზით, კარდიოსკლეროზითა და ჰიპერტონიით დაავადებულებს.

რბენას, როგორც გამაჯანსაღებელ საშუალებას, დიდი ყურადღება ექცევა საზღვარგარეთაც. მაგალითად, ნიუ-იორკში, რეგულარულად ტარდება სამედიცინო კონფერენციები, რომელიც ეძღვნება ადამიანის ორგანიზმზე გამაჯანსაღებელი რბენის ფიზიოლოგიური და ფსიქოლოგიური გავლენის ანალიზს. ჩამოყალიბებულია ამერიკელ მედიკოსთა ასოციაცია, რომელიც რბენის საკითხებითაა დაინტერესებული. ამ ასოციაციის თავმჯდომარემ, 66 მარათონული რბენის მონაწილე კალიფორნიელმა ექიმმა ტ. ბესლერმა მოხსენება გააკეთა სხვადასხვა დაავადებათა დროს ნელი ტემპით ხანგრძლივი რბენის სარგებლობაზე.

ტორონტოს (კანადა) კარდიორეაბილიტაციის ცენტრის მთავარმა ექიმმა ტ. კავანომ შეიმუშავა მკურნალობის სპეციალური კურსი, რომელშიც, როგორც ძირითადი კომპონენტი, შედის გამაჯანსაღებელი რბენა. კავანო აღნიშნავდა, რომ სიკვდილიანობა მის ჯგუფში 8-10-ჯერ (!) ნაკლები იყო სხვებთან შედარებით. მისმა ყოფილმა ავადმყოფებმა 60-ზე მეტ მარათონულ რბენაში მიიღეს მონაწილეობა.

ბევრი ექიმი სირბილს არა მარტო სხვადასხვა დაავადებათა სამკურნალოდ იყენებს, არამედ თავადაა მისი ერთგული თაყვანისმცემელი.

აკადემიკოსები ვ. კოროლიოვი და ნ. ამოსოვი, პროფესორები კ. ნიკიტინი, ნ. ფიოდოროვი, გ. კოსიცკი, ს. ტკაჩენკო, ი. ზნამოვსკი და სხვები რეგულარულად დარბიან და ვერც წარმოუდგენიათ სიცოცხლე რბენის გარეშე.

სხვადასხვა დაავადებათა სამკურნალოდ რბენის გამოყენების ზემოთ აღწერილი შემთხვევები გამაჯანსაღებელი რბენის ამოუწურავ შესაძლებლობებზე მეტყველებს. სამწუხაროდ, ავადმყოფებისთვის რაიმე რეკომენდაციების მიცემა დაუსწრებლად შეუძლებელია. მათთვის პროგრამები უნდა შეადგინოს მხოლოდ ექიმმა დაავადების ფორმის, ავადმყოფის ასაკის, გულსისხლძარღვთა სისტემის მდგომარეობის, ფიზიკურ დატვირთვაზე ორგანიზმის რეაქციისა და სხვათა გათვალისწინებით.

რბენა პანაცეა როდია. სირბილით თვითმკურნალობა სახიფათოა. აუცილებელია ექიმის კონსულტაცია.

ზოგიერთი დაავადების დროს რბენა საზიანოა. მაგალითად, ფილტვების ქრონიკულ დაავადებათა (ბრონქიტი, პნევმონია, ტუბერკულოზი) მწვავე პერიოდი; II სტადიის ბრონქიალური ასთმის, კუჭისა და 12-გოჯა ნაწლავის მწვავე წყლულოვანი დაავადების, ღვიძლის ციროზის, შაქრიანი დიაბეტის არაკომპენსირებული ფორმის, IV საფეხურის სიმსუქნის, I სტადიისა და ზევით სპენდილოართრიტის, სპონდილოზის, სქოლიოზის, განსაკუთრებით გამწვავების სტადიის, აორტისა და გულის ვენოზური არტერიის ათეროსკლეროზისა და სტენოკარდიით გართულებული გულის იშემიური დაავადების, მეორე და უფრო მაღალი ხარისხის აქტივობის რევმატიზმის, II სტადიაზე ზევით ჰიპერტონიული დაავადების, ვენების ვარიკოზული გაგანიერებისას და ტრომბოფლებიტის დროს.

თუ რბენას აგიკრძალავენ, სასოწარკვეთილებას ნუ მიეცემით. დაიწყეთ სიარულით (ექიმის რჩევით). გაივლის ხანი და დაავადებას „სასურველ“ სტადიაში „გადაიყვანთ“, შემდეგ კი თქვენთვის გაიხსნება ყველა სარბენი ტრასა.

ი. კარტაშოვი,

ჟურნალი „ლიოგკაია ატლეტიკა“

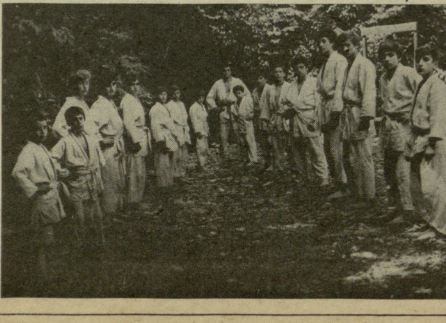
№ 1. 1983 წ.

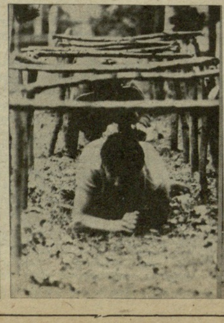
სკოლიდან — პროფტექსასწავლებელში

მოსწავლეთა XVI სპარტაკიადაზე საჩხერის რაიონის ორმა წარმომადგენელმა ჩემპიონობა მოიპოვა თავისუფალ ჭიდაობაში. გარკვეული წარმატებებია მოპოვებული სპორტის სხვა სახეობებშიც. ეს ბევრადაა განპირობებული ბავშვთა და მოზარდთა ადგილობრივი სპორტული სკოლის კარგი მუშაობით. ამიტომ საჩხერის № 153 პროფტექსასწავლებელშიც კარგი სპორტული მომზადების მქონე ახალგაზრდები მიდიან და ვარჯიშს აგრძელებენ ტურიზმის, სპორტული ორიენტაციის, კალათბურთის, ფეხბურთის, ფრენბურთის, ჭადრაკის, შაშისა და ტყვიის სროლის სექციებში.

გთავაზობთ ვ. ბუკინის ფოტორეპორტაჟს საჩხერის რაიონიდან:

სურათებზე: (მარცხნიდან) ფიზკულტურის გაკვეთილი საჩხერის მე-2 საშუალო სკოლის პირველ კლასში; დიდი დასვენება ჩიხის საშუალო სკოლაში; საჩხერის ბავშვთა და მოზარდთა სპორტული სკოლის ნორჩი ძიუდოისტები; საჩხერის № 158 პროფტექსასწავლებლის ტურისტები; ფიზკულტურის გაკვეთილი ჩიხის საშუალო სკოლის VIII კლასში; ჭაბუკ ფეხბურთელთა საკავშირო ნაკრების კანდიდატი საჩხერელი მოსწავლე ნ. ჩხეიძე.





საბჭოთა გუნდები— მეოთხედფინალში

1 და 2 ნოემბერს გაიმართა ევროპის ფეხბურთელთა საკლუბო ტურნირების II წრის საპასუხო მატჩები.

ჩემპიონთა თასი

„დინამო" (მინსკი, სსრ კავშირი) — „რაბა" ეტო (დიერი, უნგრეთი) 3:1 (1:1).

მინსკის დინამოელებმა 19 ოქტომბერს ჩემპიონთა თასზე შესანიშნავად ითამაშეს ქ. დიერში „რაბა" ეტო-ს წინააღმდეგ და უნგრეთის ჩემპიონი დაამარცხეს უჩვეულო ანგარიშით 6:3. არსებითად, უკვე მაშინ გადაწყდა მეოთხედფინალის მონაწილის საკითხი, ვინაიდან უნგრელებს საპასუხო მატჩში უნდა მოეგოთ 4 ბურთის უპირატესობით, ან ისეთივე ანგარიშით გაემარჯვათ (6:3), რომ მერე ებრძოლათ დამატებით დროში, ან უპირატესობისთვის დამატებითი პენალტებით მიეღწიათ.

მაგრამ საქმე აქამდე არ მისულა. მინსკელებმა საპასუხო მატჩიც აღმავლობით ჩაატარეს და გაიმარჯვეს ანგარიშით 3:1.

ანგარიში 11-მეტრიანი საჯარიმო დარტყმით 31-ე წუთზე სტუმართა ნახევარმცველმა ჰანიხმა გახსნა. ეს იყო და ეს. ამას მინსკელთა გოლები მოჰყვა: 41-ე, 62-ე და 63-ე წუთებზე სოკოლმა (2) და კონდრატიევმა ზედიზედ აიღეს „რაბას" კარი.

ამრიგად, მინსკის „დინამომ" ჩემპიონთა თასზე და დონეცკის „შახტიორმა" თასების მფლობელთა თასზე მოიპოვეს მეოთხედფინალში თამაშის უფლება, მათი მომავალი მეტოქეები გამოირკვევა წილისყრით, ხოლო თვით მატჩები გაიმართება 1984 წლის გაზაფხულზე.

თასების თასი

„სერვეტი" (ჟენევა, შვეიცარია) — „შახტიორი" (დონეცკი, სსრ კავშირი) 1:2 (0:0).

ამ გუნდების პირველი შეხვედრა დონეცკში, როგორც ცნობილია, „შახტიორმა" მინიმალური ანგარიშით მოიგო — 1:0. თვით ასეთი ანგარიში ევროპულ საკლუბო გათამაშებათა ორრაუნდიანი სისტემისას არაა საბოლოო წარმატების გარანტია, ვინაიდან ბევრი რამ საპასუხო მატჩში წყდება, ამას გარდა, შვეიცარიელმა ფეხბურთელებმა დონეცკში საკმაოდ მაღალი კლასი გამოავლინეს. სიმართლე რომ ითქვას, „შახტიორის" გასვლა მეოთხედფინალში რთულ საქმედ გვეჩვენებოდა.

მაგრამ დონეცკელმა ფეხბურთელებმა ჟენევაში ტაქტიკურად სწორად, დიდი ენერგიით ითამაშეს, დაცვა საფუძვლიანად გაამაგრეს, ხოლო საპასუხო კონტრიერიშებს სწრაფად და ეფექტურად წარმართავდნენ. ასეთმა ტაქტიკამ მათ წარმატება მოუტანა მეორე ტაიმში: გრაჩოვი სწრაფად გავიდა მარჯვენა ფლანგზე, გასცდა მეტოქის ორ მცველს, ბურთი გადააწოდა ცენტრში, სადაც დაცვიდან წინ გადაინაცვლა ვარნავსკიმ და ზუსტად გამოიყენა „სერვეტის" მეკარის შეცდომა (მან ღიად დატოვა კარი) — 1:0. რამდენიმე წუთის შემდეგ იგივე კომბინაცია ზუსტი ანალოგიით გამეორდა, გრაჩოვმა კვლავ მარჯვენა ფლანგიდან მიაწოდა ბურთი და ვარნავსკიმ მეორედ აიღო მასპინძელთა კარი — 2:0. შვეიცარიელებმა მხოლოდ მატჩის დასასრულს მოახერხეს ერთი ბურთის გაქვითვა. ეს შეძლო ბრიგერმა.

უეფა-ს თასი

მოსკოვის „სპარტაკის" საპასუხო-შეხვედრა უეფა-ს თასზე ქ. ბირმინგემის „ასტონ ვილასთან" (ინგლისი) გუშინ გვიან ღამით გაიმართა. პირველი შეხვედრა მოსკოვში, როგორც ცნობილია, დამთავრდა ფრედ — 2:2.

ძველი ჩემპიონები— აუტსაიდერთა როლში

მოსკოვი. „დინამოს" სტადიონი. 1 ნოემბერი.

„დინამო" (მოსკოვი) — „დინამო" (თბილისი) 1:0 (0:0).

მოსკოვი: უვაროვი, ხაპსალისი, ნოვიკოვი, ნიკულინი, გოლოვნია, მენტიუკოვი, ლატიში, მინაევი, ბოროდიუკი, კაპუსტინი (მატიუნინი), კარატაევი.

თბილისი: აბუხერიძე, ჯონაძე, ჩივაძე, უკლება, ჩიქოვანი, კაკილაშვილი (ჩქარეული), ხვანაძე, სულაქველიძე, გუცაევი, ცაავა (გურული), ყვანია.

მსაჯი მ. სტუპარი (ივანო-ფრანკოვსკი).

გააფრთხილეს გოლოვნია.

დუბლიორები — 0:3. თბილისელთაგან ბურთები გაიტანეს გოგრიჭიანმა (2) და მიქაბერიძემ.

მოხდა ისე, რომ სსრ კავშირის ორი საუკეთესო გუნდი, წარსულში ჩვენი ქვეყნის ჩემპიონები და თასის მფლობელები, საბჭოთა ფეხბურთის აღიარებული ლიდერები — მოსკოვისა და თბილისის დინამოელები 1983 წლის საკავშირო ჩემპიონატის ფინიშზე ერთმანეთთან შეხვედრაში არკვევენ იმას თუ ვინ უნდა გავიდეს... მე-15 ადგილზე. სამწუხარო სიტუაციაა: წარსული წლების ამ ორმა აღიარებულმა ფავორიტმა 46-ე ჩემპიონატში, როგორც იქნა, წარმატებით გადაჭრა უმაღლეს ლიგაში დარჩენის ძნელი პრობლემა და ახლა ერთმანეთთან აქვთ ქიშპობა, რომ იქნებ ერთი საფეხურით გადაინაცვლონ წინ. ეტყობა, ფეხბურთში ხდება ასეთი საოცარი მოვლენები, გაიხსენეთ თუნდაც ის, რომ თვით მოსკოვის „სპარტაკსაც" კი 1977 წელს I ლიგაში მოუწია თამაში.

ტრადიციულ მეტოქეთა ეს შეხვედრა, როგორც ყოველთვის, გარკვეული დაძაბულობით გამოირჩეოდა, მაგრამ თვით თამაშის კლასი, მისი დონე აშკარად არ შეესაბამებოდა დინამოელთა ძველ ავტორიტეტს. აშკარა იყო ორივე გუნდის ტაქტიკური სიღარიბე, ერთფეროვნება, ხშირი ტექნიკური წუნი, კარში უზუსტო დარტყმები...

ეს განსაკუთრებით იგრძნობოდა პირველ ტაიმში. ბურთი უმეტესად შუა მინდორში ტრიალებდა, შემდეგ შეიქმნა რამდენიმე სახიფათო მომენტი, მაგრამ ვერც ყვანიამ და ვერც ლატიშმა ვერ შეძლეს მათი გამოყენება.

შესვენების შემდეგ თამაში შესამჩნევად გამოცოცხლდა. 66-ე წუთზე უმეთვალყუროდ დატოვებულმა ლატიშმა მარჯვენა ფლანგიდან ჩააწოდა ცენტრში და ბოროდიუკმა საკმაოდ შორი მანძილიდან ბურთი დაბალ კუთხეში გაგზავნა — 1:0.

მხოლოდ ამის შემდეგ შეძლეს სტუმრებმა უპირატესობის ხელში აღება, რამდენიმე საგოლე მომენტი ჰქონდათ ჩქარეულს, სულაქველიძეს, ჩივაძეს, მაგრამ საპასუხო ბურთის გატანა ვერ მოხერხდა, კარგად ითამაშა მეკარე უვაროვმაც, მინიმალური ანგარიში მოსკოველთა სასარგებლოდ ბოლომდე შემორჩა ტაბლოს.

ბ. ქორიძე.

უმაღლესი ლიგა

გათამაშების ცხრილი

ძირითადი შემადგენლობანი

მდგომარეობა 3 ნოემბრისთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„დნეპრი"	33	21	5	7	59-34	47
„სპარტ."	33	18	9	6	58-21	45
„დინ." მნ.	33	16	9	8	49-33	41
„ჟალგ."	33	15	9	9	38-35	39
„ზენიტი"	33	14	11	8	41-32	38
„ტორპ." მ.	33	14	10	9	40-34	38
„დინ." კ.	33	13	10	10	42-34	36
„შახტ."	33	16	3	14	48-39	35
„ჩერნომ."	33	15	5	13	40-45	35
„ფახთაქ."	33	13	9	11	36-32	35
ცსკა	33	10	12	10	37-32	32
„მეტალ."	33	12	7	14	38-40	31
„ნეფთჩი"	33	10	9	14	32-38	29
„არარ."	33	11	6	16	29-47	28
„დინ." მ.	33	8	11	14	29-37	26
„დინ." თბ.	33	8	9	16	40-48	25
„ტორპ." ქ.	33	4	12	17	26-50	18
„ნისტრუ"	33	3	4	26	18-69	10

I ლიგა

1 ნოემბერს გაიმართა I ლიგის ფეხბურთელთა საკავშირო გათამაშების ბოლოსწინა, 43-ე ტურის მატჩები.

მოსკოვში ერთმანეთს შეხვდნენ ადგილობრივი „ლოკომოტივი" და ლანჩხუთის „გურია". ლანჩხუთელმა ფეხბურთელებმა კარგად ჩაატარეს მატჩი და გაიმარჯვეს ანგარიშით 1:0.

ტურის სხვა შეხვედრები: „დაუგავა" (რიგა) — „კუბანი" (კრასნოდარი) 1:0, ასკ-„კარპატი" (ლვოვი) — „ტავრია" (სიმფეროპოლი) 1:0, „დნეპრი" (მოგილიოვი) — „მეტალურგი" (ზაპოროჟიე) 1:0, „ისკრა" (სმოლენსკი) — „კოლოსი" (ნიკოპოლი) 2:1, „ტექსტილშჩიკი" (ივანოვო) — „ზარია" (ვოროშილოვგრადი) 3:0, „შინიკი" (იაროსლავლი) — „როტორი" (ვოლგოგრადი) 3:1, „ფაკელი" (ვორონეჟი) — „პამირი" (დუშანბე) 1:0, „დინამო" (კიროვი) — „ზვეზდა" (ჯიზაკი) 1:2, „კუზბასი" (კემეროვო) — ასკ (დონის როსტოვი) 2:1.

გათამაშების ცხრილი

მდგომარეობა 3 ნოემბრისთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„ქაირათი"	41	25	10	6	77—34	60
ასკ რ.	41	23	12	6	72—35	58
„ფაკელი"	41	20	12	9	49—29	52
„როტ."	41	23	5	13	59—44	51
„მეტალ."	41	20	8	13	64—45	48
„კოლოსი"	41	18	12	11	69—49	48
„ტავრია"	41	16	11	14	78—67	43
„გურია"	41	19	4	18	52—70	42
ასკ „კ".	41	15	12	14	43—45	42
„კუბანი"	41	15	11	15	57—48	41
„კუზბ."	41	14	13	14	49—49	40
„ზარია"	41	14	11	16	64—64	39
„პამირი"	41	14	10	17	45—55	38
„ლოკომ."	41	13	12	16	50—46	38
„ზვეზდა"	41	13	12	16	61—60	38
„ისკრა"	41	14	9	18	50—45	37
„დაუგ."	41	14	9	18	57—63	37
„შინიკი"	41	12	11	18	42—73	35
ასკ ხ.	41	11	12	18	31—53	34
„დნეპრი"	41	11	13	17	37—60	34
„ტექსტ."	41	7	10	24	41—80	24
„დინამო"	41	5	11	25	29—62	21

ნაკრებს გაკოტრება ემუქრება

XXIII ოლიმპიური თამაშების წინ აშშ-ში შეიქმნა ფეხბურთის ნაკრები, რომელსაც, როგორც მასპინძელს, უშუალოდ შეჯიბრების ფინალურ ეტაპზე თამაშის უფლება აქვს. გუნდს ცნობილი ბერძენი სპეციალისტი ა. პანაგულიასი ამზადებს. ნაკრებს რომ სათანადო პრაქტიკა ჰქონდეს, იგი მონაწილეობს ჩრდილოეთ ამერიკის (აქ აშშ-ს გუნდებთან ერთად კანადის კლუბებიც გამოდის) ლიგის ჩემპიონატში. ა. პანაგულიასი ძალზე უკმაყოფილოა მოთამაშეთა მომზადების დონით, რომლებსაც, მისი სიტყვებით, იმპროვიზაციის არავითარი უნარი არ გააჩნიათ.

გარდა ამისა, როგორც პრაღის ჟურნალი „გოლი" იუწყება, ნაკრები დიდი ფინანსური სიძნელეების წინაშე აღმოჩნდა და სრული გაკოტრება ემუქრება. ეს იმიტომ, რომ გაკოტრების საფრთხის წინაშეა თვით მისი მეპატრონე და მეცენატი ლიფტონიც, რაც შეეხება ნაკრების შემოსავალს, იგი ერთობ უმნიშვნელოა: ჩემპიონატის არც ერთ მატჩში მას არა ჰყოლია თუნდაც 5 ათასი მაყურებელი.

უცხოეთის ფეხბურთის ამბები

გფრ

XI ტურის ცენტრალური მატჩი გაიმართა შტუტგარტში, სადაც ადგილობრივმა გუნდმა მიიღო მიუნხენის „ბაიერნი". მასპინძლებს დიდი უპირატესობა ჰქონდათ, მაგრამ „ბაიერნის" ბელგიელმა მეკარემ პფაფმა ბრწყინვალედ ითამაშა. მისი ერთადერთი შეცდომა კარგად გამოიყენა კულმა და „შტუტგარტმა" ძნელ გამარჯვებას მიაღწია — 1:0. „ჰამბურგმა", რომელსაც 4 ძირითადი მოთამაშე აკლდა, შინ დაამარცხა „ბოხუმი" — 2:1.

სხვა მატჩები: მაინის ფრანკფურტის „აინტრახტი" — „ბორუსია" (მიონხენგლადბახი) 1:1, „ნიურნბერგი" — „კიოლნი" 1:3, „არმინია" (ბილეფელდი) — „ფორტუნა" (დიუსელდორფი) 1:3, „ბაიერი" (უერდინგენი) — „კიკერსი" (ოფენბახი) 3:1, „ბაიერი" (უერდინგენი) — „ვერდერი" (ბრემენი) 0:3, „ბორუსია" (დორტმუნდი) — „აინტრახტი" (ბრაუნშვაიგი) 0:2, „კაიზერსლაუტერნი" — „ვალდჰოფი" (მანჰაიმი) 2:0.

11 ტურის შემდეგ 18 ქულით წინაა „ჰამბურგი". 15 ქულა მოაგროვა „შტუტგარტმა", ხოლო მიუნხენის „ბაიერნმა" და ბრემენის „ვერდერმა" — 14-14.

საფრანგეთი

„სენტ-ეტიენმა" XV ტურში მიიღო ლიდერი — „ჟირონდა" (ბორდო) და მარცხი იწვნია — 0:2. ამ გამარჯვების შემდეგ ბორდოელებმა 24 ქულა მოაგროვეს, მათ 2 ქულით ჩამორჩება „მონაკო", რომელმაც ანგარიშით 3:2 დაამარცხა „რენი". 21 ქულით მესამე ადგილზეა „ექსერი".

პირველი დივიზიონის დატოვება ემუქრებათ ცნობილ კლუბებს „ბასტიასა" და „სენტ-ეტიენს".

ჩემპიონატები, თასები, ლიდერები

საბერძნეთი

8 ტურის შემდეგ 14 ქულით ლიდერობს ათენის „პანათინაიკოსი". მას ქულით ჩამორჩება სალონიკის „ირაკლისი". მომდევნო ადგილებზე ისევე სალონიკის გუნდებია: პაოკ-ი (11 ქულა) და „არისი" (10).

ავსტრია

ვენის „აუსტრიამ" X ტურში იოლად მოუგო ველსის „უნიონს" (3:0) და 18 ქულით კვლავ ლიდერობს. გაიმარჯვა, აგრეთვე, გრაცის „შტურმმა" — 2:1 „აიზენშტადტთან" და 16 ქულით მეორე ადგილზეა. 15 ქულა აქვს „ლინცერ" ასკ-ს.

ჰოლანდია

„ფეიენოორდმა" (როტერდამი) ქ. კერკრადეში „როდასთან" 4 უპასუხო ბურთი გაიტანა. როტერდამელებს ახლა 18 ქულა აქვთ. „პსვ ეინდჰოვენმა" ანგარიშით 6:0 სძლია „ჰაარლემს" და 17 ქულა მოაგროვა. ამდენივე ქულა აქვს ამსტერდამის „აიაქსს", რომელმაც დაამარცხა დევენტერის „გო აჰეადი" — 3:1.

ბელგია

XI ტურში შეფერხდა ლიდერი „ბევერენ-ვაასი". მან ფრედ (3:3) ითამაშა „ფკ ბრიუჟთან" და ახლა 18 ქულა აქვს. 16 ქულა მოაგროვა „სერაინგმა", 14-14 —ბრიუსელის „ანდერლეჰტმა" და „სკ ბრიუჟმა".

შოტლანდია

IX ტურის ცენტრალურ მატჩში „აბერდინმა" ანგარიშით 3:1 დაამარცხა გლაზგოს „სელტიკი". დიდი მნიშვნელობა ჰქონდა „დანდი იუნაიტედის" შეხვედრას „ჰართ ოფ მიდლოტიენთან". ანგარიშით 1:0 გაიმარჯვა „დანდი იუნაიტედმა", რომელიც ლიდერობს 14 ქულით, თანაც გამოტოვებული აქვს ერთი შეხვედრა. 13 ქულა მოაგროვა „აბერდინმა", 12-12 „სელტიკმა" და „ჰართ ოფ მიდლოტიენმა".

პოლონეთი

XIII ტურის ცენტრალური თამაში გაიმართა ვროცლავში, სადაც „შლიონსკმა" მიიღო ლოძის „ვიძევი". ფრე — 2:2. პოზნანის „ლეხმა" ფრედ (2:2) ითამაშა ხოჟუვის „რუხთან", 19 ქულა მოაგროვა და კვლავ პირველ ადგილზეა. 18-18 ქულა აქვთ ვალბჟიხის „გურნიკს", ლოძის „ვიძევს" და ხოჟუვის „რუხს".

რუმინეთი

ბუქარესტის „დინამომ" IX ტურში სასტიკი მარცხი იგემა ამავე ქალაქის „სტიაუასგან" — 0:3. ბუქარესტის გუნდების „სპორტულისა" და „რაპიდის" შეხვედრა ანგარიშით 2:1 მოიგო „რაპიდმა".

13-13 ქულა მოაგროვეს „სტიაუამ", „სპორტულმა" და ორადეას „ბიხორმა".

გდრ

ჩემპიონატის ყველაზე დიდი მოულოდნელობა ისაა, რომ იენის „კარლ ცაისს" პირველი ლიგის დატოვება ემუქრება. VIII ტურში იგი ბერლინში დამარცხდა ადგილობრივ „დინამოსთან" ანგარიშით 0:5 და ახლა 3 ქულით ბოლოსწინა, მე-13 ადგილზეა.

8 ტურის შემდეგ 12 ქულით წინაა ბერლინის „დინამო", 11-11 ქულა მოაგროვეს „მაგდებურგმა", დრეზდენის „დინამომ", ლაიფციგის „ლოკომოტივმა" და აუეს „ვისმუტმა".

იუგოსლავია

ნათამაშევია 12 ტური. 17 ქულით წინაა „რიეკა", 16 ქულა მოაგროვა „პრიშტინამ", 15-15 — სპლიტის „ჰაიდუკმა" და ბელგრადის „პარტიზანმა".

უცხოელთა „შემოსევა"

გფრ-ის ბუნდესლიგაში და უფრო დაბალი კვალიფიკაციის გუნდებში, ადგილობრივ მიმომხილველთა მოწმობით, ბევრი უცხოელი ფეხბურთელი გამოდის. ახლა ამ გუნდებში 56 იუგოსლავიელია, 30 დანიელი, 27 ავსტრიელი, 20 შვედი, 12 პოლონელი, 11 ჰოლანდიელი, 8 თურქი და 7 უნგრელი.

მეკარეებს ავარჯიშებს

მიუნხენის „ბაიერნის" მწვრთნელმა უ. ლატეკმა კლუბში სამუშაოდ მიიწვია წარსულში განთქმული მეკარე მაიერი. მან უნდა ავარჯიშოს „ბაიერნის" მეკარეები პფაფი, მიულერი და აიმანი.

„ვინ მიგაჩნიათ ფავორიტად?"

ბევრი ცნობილი მწვრთნელი და ფეხბურთელი გამოეხმაურა ერთ-ერთი იტალიური სააგენტოს კითხვას: ვინ მიაჩნიათ ევროპის ქვეყნების ჩემპიონთა თასის ახლანდელი გათამაშების ფავორიტად?

ყველაზე მეტი ხმა მიიღო „ლივერპულმა"—9. კერძოდ, მის გამარჯვებას ელიან „ბარსელონას" ახლანდელი მწვრთნელი ლ. მენოტი და იტალიის „უდინეზეს" წევრი ზიკო. 8 ხმა მიიღო „რომამ", 7 — „ჰამბურგმა".

მასპინძლები ემზადებიან

ევროპის 1984 წლის საფეხბურთო ჩემპიონატის მასპინძელი — საფრანგეთის ნაკრები სერიოზულად ემზადება მომავალი შეჯიბრებისთვის. ეწყობა 2 სპეციალური შეკრება ფონტრომმოში (ესპანეთის საზღვართან ახლოს), ა. წ. 21 დეკემბრიდან 1984 წლის 2 იანვრამდე და მეორე — მაისში. 28 მარტს ფრანგები ნანტში შეხვდებიან ავსტრიელებს, 18 აპრილს სტრასბურგში — გფრ-ის ნაკრებს. ფრანგი ფეხბურთელები 10 მაისს ლანში და 1 ივნისს მარსელში კიდევ 2 საერთაშორისო მატჩს გაიმართავენ.

● ძიუდო

მალხაზ ბერუაშვილის წარმატება

გერმანიის დემოკრატიული რესპუბლიკის დედაქალაქში დასრულდა საერთაშორისო ტურნირი ძიუდოში, რომელშიც მონაწილეობდნენ ექვსი ქვეყნის — უნგრეთის, კუბის, პოლონეთის, რუმინეთის, სსრ კავშირისა და გდრ-ს ძიუდოისტები. ჩვენი ქვეყნის ნაკრები დაკომპლექტებული იყო დინამოელი სპორტსმენებით. შეჯიბრების პირველ დღეს საბჭოთა კავშირის ნაკრებმა დამაჯერებლად გაიმარჯვა გუნდურ ტურნირში — ფინალურ შეხვედრაში ანგარიშით 5:2 დაამარცხა მასპინძლები.

პირად ტურნირში ჩვენმა ძიუდოისტებმა მოიპოვეს 4 ოქროს, თითო ვერცხლისა და ბრინჯაოს მედალი. გამარჯვებულთა შორის არიან კურსკელი ა. შუროვი (მძიმე), თბილისელი მ. ბერუაშვილი (95), პერმელი ვ. შესტაკოვი (78), ოდესელი თ. მარგიანი (65), ამავე წონით კატეგორიაში „ვერცხლი“ ხვდა წილად ლენინგრადელ მ. ნაცარაშვილს, ხოლო 86 კგ წონაში III ადგილი მოიპოვა კურსკელმა ა. სივცევმა.

● ჭადრაკი

ორივე მატჩი — ლონდონში

ლიუცერნში (შვეიცარია) ჭადრაკის საერთაშორისო ასოციაციამ (ფიდე) გამოაცხადა, რომ მსოფლიო ჩემპიონობის პრეტენდენტთა ორივე მატჩი ჩატარდება ლონდონში. გახსნის საზეიმო ცერემონიალი გაიმართება 20 ნოემბერს, მომდევნო დღეს კი პირველ პარტიას გაითამაშებენ გ. კასპაროვი და ვ. კორჩნოი. მეორე ნახევარფინალური მატჩი ვ. სმისლოვ — ზ. რიბლის შორის დაიწყება 22 ნოემბერს.

პირველი მატჩის მთავარი მსაჯი იქნება ს. გლიგორიჩი (იუგოსლავია), მეორისა — ესპანელი ა. მედინა.

ახალი საცურაო კომპლექსი... პრობლემები და იმედები

დასასრული

ცურვა რომ დღესდღეობით თანამედროვე მიღწევებს ჩამორჩენილ სახეობად ითვლება ჩვენს რესპუბლიკაში, ამაზე ორი აზრი არ არსებობს. ვისაც სპორტის ამ სახეობის ბედი აწუხებს, ის გულმოდგინედ ეძებს ჩამორჩენის დაძლევის გზებს. ყოველ სიახლეს, რაც უთუოდ მისასალმებელია, აქტიურად უჭერენ მხარს ხელმძღვანელ ინსტანციებში, განსაკუთრებით რესპუბლიკის სპორტკომიტეტში. ამიტომ გასაკვირი არ არის, რომ ნოვატორული წინადადების მქონე სპეციალისტები მთელს იმედებს ამ ბაზაზე ამყარებენ. საკითხი ასე დგას: რა უნდა იყოს წინა პლანზე წამოწეული — ცურვის მასობრივი შესწავლა, მშთ კომპლექსის ნიშნოსანთა მომზადება, დაწყებით კლასებში ცურვის სავალდებულო სწავლების 26-საათიანი პროგრამის ათვისება და გამაჯანსაღებელი ჯგუფების გახსნა, თუ ყოველივე ამის მინიმუმამდე შეკვეცა და მხოლოდ დიდი სპორტზე ზრუნვა?

ჩვეულებრივ, საკითხს ამგვარად არ სვამენ ხოლმე, ვინაიდან იგულისხმება: სპორტული ბაზა ყველაფერს უნდა გასწვდეს. მაგრამ ამჯერად სპეციალისტები სხვაგვარად მსჯელობენ. მათი აზრით, ეს აუზი მხოლოდ დიდი სპორტის ინტერესებს უნდა დაექვემდებაროს და, ამიტომ, სასურველია, დიდი სპორტისთვის გამიზნული ჯგუფები, მასობრიობის გვერდის ავლით ცურვის უცოდინარი, მაგრამ საგანგებო მონაცემების მქონე ბავშვებით დაკომპლექტდეს. ამთავითვე ვიტყვით, რომ ჩანაფიქრი არ არის ურიგო და არც ამ საქმის თაოსნების კეთილ სურვილებში შეიძლება ეჭვის შეტანა. პირიქით, ეს ალბათ ერთადერთი სწორი გზაა საიმისოდ, რომ დრო მოვიგოთ, რაც შეიძლება მალე დავძლიოთ საერთო ჩამორჩენა ცურვაში. ამ პრინციპით მუშაობა ნიჭიერთა არჩევის მეტ შესაძლებლობას იძლევა, მწვრთნელთა შრომით ეფექტიანობის კოეფიციენტიც საგრძნობლად აიწევს. ამ აზრის სასარგებლოდ სხვა მაგალითსაც მოვიშველიებთ. ცურვის მასობრივად შემსწავლელი ჯგუფებიდან, აგრეთვე დაწყებით კლასებში ცურვის სწავლების შედეგად ყოველი 100 მოზარდიდან სპორტული სექციებისთვის შეიძლება შეირჩეს საშუალოდ 10-15 ბავშვი. მეორე ვარიანტით კი, როგორც ზემოთ შევნიშნეთ, სექციაში ყველა მომეცადინე ჩაირიცხება მხოლოდ სპორტის ამ სახეობისთვის საჭირო საგანგებო მონაცემების გათვალისწინებით. ასეთია ახლადგახსნილი აუზის მუშაობის მთლიანად სპორტული პროფილით წარმართვის იდეა და აქედან გამომდინარე რესპუბლიკაში ცურვაში ჩამორჩენის დაძლევის სამომავლო იმედები.

მაგრამ ცხადია, არც მოსახლეობისათვის, განსაკუთრებით მოზარდი თაობისათვის ცურვის მასობრივი სწავლების ამოცანაა ერთი ხელის დაკვრით უარსაყოფი. იტყვით მასობრიობაც და დიდი სპორტიც. დიახ, მათი ურთიერთშეხამება ფიზკულტურულ-სპორტული მოძრაობის საფუძველთა საფუძველია და, ამდენად, თითქოს სადავოც არაფერი უნდა იყოს. მაგრამ, თუ მთელ ყურადღებას დიდ სპორტზე გადავიტანთ, ასე აღარ გამოვა. იმიტომ, რომ დიდი სპორტის საკეთილდღეოდ ეფექტური გზით თუ გვინდა ვიაროთ, ახალი აუზის გამტარუნარიანობა, ე. ი. სამეცადინოდ საუკეთესო დრო ძირითადად სპორტულ ჯგუფებს უნდა დავუთმოთ. ცხადია, თავისებურად ესეც მასობრიობას უზრუნველყოფს. თუმცა გარკვეულ ეტაპზე ვიდრე ყველა, 1200-მდე მოზარდი, რომელთა მომსახურეობა აუზს ორ დღეში შეუძლია (ჯგუფები დღეგამოშვებით იმეცადინებენ), ცურვას შეისწავლის. საბოლოოდ კი, ე.ი. წლის განმავლობაში, მათი რაოდენობა, ვინც ცურვა შეისწავლა, ნაკლები იქნება. რა თქმა უნდა, დარჩება თავისუფალი დროც, ეგრეთ წოდებული „ფანჯარა“, მაგრამ საქმეში ჩახედულმა კაცმა კარგად იცის, რომ ეს „ფანჯარა“ არამც და არამც არ გამოადგებათ ბავშვებს. არც ის უნდა დაგვავიწყდეს, რომ აუზის გახსნას დიდი სიხარულით ელოდა დიღმის მასივის მოსახლეობა, რაიონის ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლები, ბავშვთა და მოზარდთა კომპლექსური სპორტული სკოლა. თბილისში ახლა უკვე რამდენიმე კეთილმოწყობილი საცურაო აუზი გვაქვს. იქნებ ახლებურად მუშაობის პრინციპი სხვაგანაც დაგვენერგა, რათა მთელი სიმძიმე ერთ სპორტულ ბაზას არ დასწოლოდა. მით უმეტეს, რომ ახალ კომპლექსში, აუზის დირექტორის ო. ურუშაძის ხელმძღვანელობით შეიკრიბნენ თავისი საქმის მცოდნე ახალგაზრდა სპეციალისტები. მათაც აქვთ თავიანთი ჩანაფიქრი — ცურვის მასობრივი სწავლების გზით ტალანტები მისცენ დიდ სპორტს.

თ. ბარჩილაძე.

• • •

სურათზე: ახალ საცურაო აუზზე გულდაგულ „თევზობენ“ ნორჩი მოცურავეები.

თ. ქიქავას ფოტო.

მეგობრის მოსაგონარი

თენგიზ ომიაძეს საკალათბურთო წრეებში იცნობდნენ და დიდ პატივსაც სცემდნენ, როგორც ორმოცდაათიანი წლების დასასრულს დიდი კალათბურთის სარბიელზე გამოსული თაობის ერთ-ერთ საინტერესო წარმომადგენელს. სამწუხაროდ, თენგიზმა კალათბურთს მაშინ დაანება თავი, როცა მისი თვითმყოფადი ნიჭის სრულ გაფურჩქვნას ველოდით. მიუხედავად ამისა, მან მაინც მოასწრო გამხდარიყო სსრ კავშირის სპარტაკიადის ჩემპიონი ჭაბუკთა შორის: თენგიზ ომიაძე გახლდათ კაპიტანი თბილისის „ბურევესტნიკისა“ და წამყვანი მოთამაშე საქართველოს ახალგაზრდული ნაკრებისა, რომელიც საკავშირო ასპარეზზე დიდი წარმატებით გამოდიოდა. თენგიზმა წარჩინებით დაამთავრა საშუალო სკოლა, ამიტომაც სასაყვედუროდ ენა ვერ მოგვიბრუნდა, როცა მან კალათბურთი ინჟინრის პროფესიის სასარგებლოდ დათმო. ინჟინერი მართლაც ჩინებული დადგა — წლების მანძილზე ხელმძღვანელობდა „საქსამთოქიმიის“ ირის ბარიტის გამამდიდრებელ ფაბრიკას, იყო საწარმოო გაერთიანების მთავარი გამამდიდრებელი. მაღალკვალიფიციურ სპეციალისტს, დიდი ოჯახის მამას, გული მაინც სპორტული მოედნისკენ მიუწევდა — კალათბურთს ვერ შეველიე, ბოლოსდაბოლოს, ერთი გუნდი მარტო ჩემი შვილებისგან შემიძლია დავაკომპლექტოო; ის-ის იყო, თენგიზ ომიაძე სათავეში უნდა ჩასდგომოდა ბავშვთა საკალათბურთო კლასს, რომ მძიმე ტრავმამ სარეცელს მიაჯაჭვა. როგორც მოედანზე სჩვეოდა, ისევე ვაჟკაცურად და ბოლომდე ებრძოლა უკურნებელ სენს ექვს წელიწადს. თამაშშიც და საქმეშიც მთელ გულს სდებდა და, რაოდენ გულდასაწყვეტია, რომ ეს სიკეთითა და სიყვარულით სავსე გული დღეს უკვე აღარ ძგერს.

თანაგუნდელების სახელით:

ლევან მოსეშვილი, ვლადიმერ უგრეხელიძე, ალექსანდრე გლურჯიძე, ვალერი ალთაბაევი, ანტონ კაზანჯიანი, ბაადურ ჭანტურიშვილი, რომან ხუნდაძე, გიგა თამლიანი, კობა ჯიჯიხია.

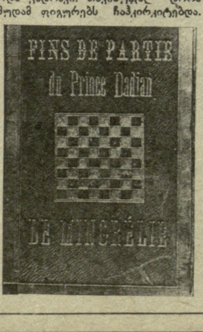
წიგნის იუბილე

● ქართული ჭადრაკის მატიანე

80 წლის წინათ, 1903 წლის ნოემბერში, კიევში, ა. ვინეციანოვსკის სტამბაში, ფრანგულ ენაზე დაიბეჭდა კრებული „სამეგრელოს პრინცის დადიანის პარტიების დაბოლოებები“. ეს გახლდათ პირველი წიგნი, რომელიც საერთოდ ქართველი მოჭადრაკის შემოქმედებას მიეძღვნა.

ანდრია დადიანმა (1850-1910) რუსეთის არმიის გენერალ-ლეიტენანტმა, ცნობილმა მოჭადრაკემ და მეცენატმა უმაღლესი იურიდიული განათლება გერმანიაში, ჰეიდელბერგის უნივერსიტეტში მიიღო, ერთხანს დიპლომატიურ სამსახურშიც იყო.

დადიანს თავდავიწყებამდე უყვარდა ჭადრაკი. თავისუფალ დროს მუდამ ფიგურებს ჩაჰკირკიტებდა.



ზუგდიდის მხარეთმცოდნეობის მუზეუმში დაცული დადიანის 700-მდე ხელნაწერი საჭადრაკო ფურცელი მისი გატაცების სერიოზულობაზე მეტყველებს.

მაღალი თანამდებობა დადიანს ტურნირებში მონაწილეობის საშუალებას არ აძლევდა, თუმცა ბევრ შეჯიბრებაში იწვევდნენ. სამაგიეროდ, პატარა მატჩებს მართავდა იმდროინდელი ევროპისა და რუსეთის ცნობილ მოჭადრაკეებთან, მეცენატობდა საერთაშორისო ტურნირებს, ლამაზი პარტიისთვის სპეციალურ პრიზებს აწესებდა.

სახელგანთქმული ქართველი მოჭადრაკე მეგობრობდა პირველ მსოფლიო ჩემპიონთან ვ. სტეინიცთან (მას შრომების გამოცემაში ეხმარებოდა), რუს მაესტროებთან ე. შიფერსთან, კონტრ-ადმირალ ი. შუმოვთან, ჭადრაკის ტრფიალ, დიდ მწერალთან ი. ტურგენევთან და ბევრ სხვა გამოჩენილ მოჭადრაკესთან და მოღვაწესთან.

დადიანს, კომბინაციური თამაშის მოყვარულს, მოულოდნელი შეწირვა, სხარტი იერიში ხიბლავდა. მისი პარტიები ხშირად იბეჭდებოდა ფრანგულ საჭადრაკო ჟურნალ „სტრატეჟიეში“, რომლის რედაქტორი ჟ. პრიტი მისი მეგობარი იყო. ინგლისურმა ჟურნალმა „ჩესს მონსლიმ“ 1892 წლის ერთ-ერთი ნომერი მთლიანად დადიანის შემოქმედებას მიუძღვნა.

მეგობრებს მოსწონდათ ქართველი მოჭადრაკის მახვილი აზროვნება, კომბინაციები. პეტერბურგელმა მაესტრომ ე. შიფერსმა შეკრიბა და გამოსაცემად მოამზადა მისი პარტიების საინტერესო, გონებამახვილი დაბოლოებები.

კრებულის შესავალში ე. შიფერსი რწმენას გამოთქვამს, ჭადრაკის მოყვარულები მადლობას მეტყვიან ამ გამოცემისთვისო. წიგნში დასტამბულია 100 პარტიის ფინალი. ყველა გვერდზე მოთავსებულია ოქროს ჩარჩოში ჩასმული წითელი და ლურჯი ფიგურებით დამშვენებული თითო დიაგრამა.

საერთოდ, წიგნი მდიდრულადაა გამოცემული. წითელი ლაიკის გარეკანზე წარწერები ოქროთია ამოტვიფრული. 50 ეგზემპლარად გამოცემული ეს წიგნი თავიდანვე ბიბლიოგრაფიულ იშვიათობად იქცა, დღეისთვის საქართველოში ათამდე თუ იქნება შემორჩენილი.

კრებულს თან ერთვის ზეთის საღებავით შესრულებული ჰუსართა პოლკის ოფიცრის ფორმაში გამოწყობილი დადიანის პორტრეტის ფერადი რეპროდუქცია, მისდამი მიძღვნილი რუსი ოსტატი ს. ალაპინისა და ინგლისელი პრობლემისტის კ. ბაურის ამოცანები, აგრეთვე გამოჩენილი მოჭადრაკეების აზრები დადიანის თამაშის შესახებ.

ქართველ კაცს სიხარულის გრძნობა გეუფლება, როცა მაესტრო ე. შიფერსის მიერ შედგენილ კრებულს ეცნობი.

თ. გიორგაძე.

• • •

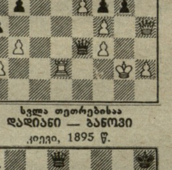
სურათზე: ა. დადიანის პარტიების დაბოლოებათა კრებულის გარეკანის რეპროდუქცია.

• • •

გთავაზობთ ამ კრებულიდან ა. დადიანის რამდენიმე პარტიის დაბოლოებას. შეეცადეთ კომბინაციური იერიშის სწორ გაგრძელებას მიაგნოთ.

დადიანი — სმიტენი

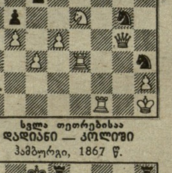
თბილისი, 1886 წ.



სვლა თეთრებისაა

დადიანი — განოვი

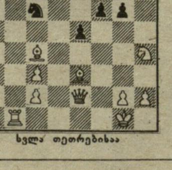
კიევი, 1895 წ.



სვლა თეთრებისაა

დადიანი — კოლიში

ჰამბურგი, 1867 წ.



სვლა თეთრებისაა

„ჯესი ოუენსის ჯილდო“ — დეკერს

აშშ-ს მძლეოსნობის ფედერაციამ ტრადიციული ჯილდო, რომელიც ჯესი ოუენსის სახელს ატარებს, 1500 და 3000 მეტრზე რბენაში მსოფლიოს რეკორდსმენ მარი დეკერს (აშშ) მიანიჭა.

ადრე ეს ჯილდო მიეკუთვნათ მძლეოსნებს ედვინ მოზესს (1981) და კარლ ლევისს (1982).

„სპორტლოტო“

სპორტული ლატარიების მთავარმა სამმართველომ შეაჯამა შედეგები „სპორტლოტოს“ მორიგი, 44-ე ტირაჟებისა.

„სპორტლოტო 6 49“-დან: ექვსი ციფრი ვერავინ გამოიცნო. ხუთი ციფრის გამოცნობისთვის (28 ბარათი) მოგება 1828 მანეთია, ოთხისთვის (1239 ბარათი) — 38, სამისთვის (20278 ბარათი) — 3.

„სპორტლოტო 5 36“-დან: ხუთი ციფრის გამოცნობისთვის (8 ბარათი) მოგება 10000 მანეთია, ოთხისთვის (2029 ბარათი) — 166, სამისთვის (76522 ბარათი) — 8.

მოგებული თანხის განაღდება — 9 ნოემბრიდან 9 დეკემბრის ჩათვლით.

რედაქტორი ა. ბასილაია.

საქართველოს კპ ცკ-ის გამომცემლობის შრომის წითელი დროშის ორდენოსანი სტამბა, 380096, თბილისი — 96, ლენინის ქ. № 14. იბეჭდება ოფსეტური წესით საგაზეთო კორპუსში, ხოშარაულის, 29. ИНДЕКС 66435
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 ~~12~~ 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
უე — 07919