

Учреждение образования  
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

**В.Г. Ярошевич**

**ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ И  
СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
УЧАСТНИКОВ ОЛИМПИАД**

Методические рекомендации  
для студентов факультета физического воспитания,  
обучающихся по специальности 1-01 02 03 Физическая культура

Брест  
БрГУ имени А.С. Пушкина  
2010

УДК 372.016:796  
ББК 74.267.5  
Я 76

*Рекомендовано редакционно-издательским советом учреждения образования  
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»*

*Рецензент*  
кандидат педагогических наук, доцент  
А.С. Голенко

Я 76 Ярошевич, В.Г.  
Олимпийское движение и соревновательная деятельность  
участников Олимпиад / метод. рекомендации / В.Г. Ярошевич; Брест.  
гос. ун-т имени А.С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2010. – 74 с.  
ISBN 978-985-473-595-5.

Методические рекомендации содержат качественную оценку технологий тренировки победителей летних Олимпийских игр в контексте отличающихся новыми инновационных направлений, тренирующих воздействий, неповторимых уникальными личностями в процессе многовековой истории Олимпийских игр. Представлены инновационная сущность технологий 4-летних циклов тренировки, их преемственность, отличительные особенности, влияние уровня развития общества на спортивные достижения атлетов.

Адресованы студентам дневной и заочной форм обучения факультета физического воспитания, а также преподавателям и тренерам по различным спортивным дисциплинам. Предложенный материал может использоваться для самообразования специалистов в области спорта.

УДК 372.016:796  
ББК 74.267.5

ISBN 978-985-473-595-5

© УО «Брестский государственный»  
университет имени А.С. Пушкина, 2010

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение</b> .....	4
<b>Глава 1</b> Программа античных, современных Олимпийских и Паралимпийских игр.....	6
1.1 Программа античных Олимпийских игр.....	6
1.2 Программа современных летних Олимпийских игр.....	6
1.3 Программа летних Паралимпийских игр.....	7
1.4 Хронология летних Олимпийских игр.....	7
1.5 Нововведения в программах летних Олимпийских игр.....	8
1.6 Расширенная информация о проведении XXIX летних Олимпийских игр.....	10
1.7 Статистика участия атлетов в 33 видах спорта.....	14
1.8 Итоги Олимпиады 2008 г. в Пекине (таблица медалей, список медалистов Республики Беларусь).....	28
1.9 Таблица медалей XXIX Олимпиады и ее анализ.....	29
1.10 Программа подготовки Республики Беларусь к XXX летним Олимпийским играм 2012 года в Лондоне.....	32
<b>Глава 2</b> Античные Олимпийские игры (776 г. до н.э.) и их возрождение в современной истории (1896–1924 гг.).....	41
<b>Глава 3</b> Довоенные Олимпиады. Выдающиеся атлеты XIX века: пловец Джонни Весмюллер (Тарзан) и легкоатлет Джесси Оуэнс.....	50
<b>Глава 4</b> Послевоенные Олимпиады (1948–1976 гг.).....	52
<b>Глава 5</b> Олимпийские игры восьмидесятых–девяностых годов двадцатого века (1980–1996 гг.).....	59
<b>Глава 6</b> Олимпийские игры в новом тысячелетии (2000–2008 гг.).....	61
<b>Литература</b> .....	74

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время методика изучения студентами вузов физкультурного профиля спортивных дисциплин строится, как правило, на основе теоретических концепций обучения и тренировки, практического опыта ведущих специалистов в области спорта, получивших признание в нашей стране и за рубежом. Не последнюю роль в подготовке будущих специалистов играет олимпийское образование. Педагогическая наука привнесла в эту сферу новые идеи и взгляды, так как олимпийское образование выполняет поистине уникальную социально-педагогическую функцию, рассматриваемую, прежде всего, как средство формирования здорового образа жизни и как основу профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту. Сегодня в Республике Беларусь завершается работа над созданием комплексных программ олимпийского образования, обеспеченных олимпийскими учебниками и разнообразными учебными и наглядными пособиями. Знаковым событием для популяризации данного направления в нашей стране стал выпуск в 2005 году первого белорусского учебного издания: «Белорусский олимпийский учебник» (авторы – М.Е. Кобринский, Л.Г. Тригубович).

И немаловажны сведения об олимпийских медалях, завоеванных белорусскими спортсменами, истории развития видов спорта в контексте хронологии Олимпийских игр, отражены общемировые аспекты олимпийской истории и факты возникновения и развития национального олимпийского движения.

Границы педагогического воздействия олимпийского образования на качество подготовки специалистов включают в себя еще не использованные резервы познания, прежде всего по линии самостоятельного образования.

В процессе прохождения дисциплины «Теория спорта» в формате «Олимпийского образования», к сожалению, отсутствуют уникальные данные о формировании инновационных технологий тренировки победителей летних Олимпийских игр всех времен, история их зарождения, периодов расцвета, замедления и поистине «ВЗРЫВОВ», достойных преклонения и признательности современников. В истории Олимпийских игр были непосредственные участники, которые осуществляли эти «ВЗРЫВЫ» и поднимали вершину олимпийских и мировых достижений на фантастическую высоту. Пример тому – прыжок в длину Б. Бимова на 8,90 см на Олимпиаде в Мехико и бег на 100 метров У. Болта на Олимпиаде в Пекине – 9,69. Эти результаты были достигнуты не только благодаря феноменальным физическим данным выдающихся спортсменов, но, прежде всего, благодаря соревнованию передовых систем тренировки в этой дисциплине, творческому всплеску новых идей в

формате «НОУ-ХАУ», содружеству тренера и спортсмена. Поэтому студенты обязаны знать факты возникновения, развития, соперничества и преемственности передовых на тот период технологий тренировки по отдельным спортивным дисциплинам и реальных авторов, разрабатывающих и реализующих их в условиях Олимпийских игр. Методические рекомендации сконструированы по хронологическим блокам Олимпиад, отражающих на тот период развитие общества в целом и, Олимпийских игр, в частности.

## ГЛАВА 1 ПРОГРАММА АНТИЧНЫХ, СОВРЕМЕННЫХ ОЛИМПИЙСКИХ И ПАРАЛИМПИЙСКИХ ИГР

### 1.1 Программа античных Олимпийских игр

<p><b>Гимнастические состязания</b></p> <p>Общественные состязания (агонес гимнаика)</p> <p>Состязания представителей элейских фил (эллагодика).</p> <p><b>Паикратион гибрида борьбы и кулачного боя</b></p> <p><b>Кулачный бой (пикс, нигмахиа)</b></p> <p><b>Конно-беговые состязания</b></p> <p><b>Гонки на колесницах</b></p> <p><b>Скачки (агон ниппикос) на ипподроме</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по четверкам (тетрип пон) взрослых коней</li> <li>- пароконные упряжки (синорис)</li> <li>- упряжки жеребят (полы)</li> </ul> <p><b>Скачки (ипподромии)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на взрослых конях (иппоскелес)</li> <li>- на козлячьих конях (келес полос)</li> </ul>	<p><b>Пятиборье (пентатлон)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки (галма)</li> <li>- Бег (подокейен)</li> <li>- Метание диска (дискон)</li> <li>- Метания копья (гаконта)</li> <li>- Борьба (пален)</li> </ul> <p><b>Борьба палестра (пала)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Борьба</li> <li>- Борьба стоя (орга)</li> </ul> <p><b>Бег</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег (подокейен)</li> <li>- двойной бег (диавлос),</li> <li>- вооруженный бег (оплитес дромос)</li> </ul>
---	--

### 1.2 Программа современных летних Олимпийских игр

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гребля на байдарках и каноэ</li> <li>2. Каное-слалом</li> <li>3. Гребной слалом</li> <li>4. Академическая гребля</li> <li>5. Борьба классическая</li> <li>6. Греко-римская борьба</li> <li>7. Вольная борьба</li> <li>8. Бокс</li> <li>9. Дзюдо</li> <li>10. Таэквондо</li> <li>11. Велоспорт</li> <li>12. Маунтинбайк</li> <li>13. BMX (байкисл мото экстрим)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>22. Бейсбол</li> <li>23. Футбол</li> <li>24. Хоккей на траве</li> <li>25. Фехтование</li> <li>26. Теннис</li> <li>27. Настольный теннис</li> <li>28. Прыжки на батуте</li> <li>29. Конный спорт</li> <li>30. Современное пятиборье</li> <li>31. Марафон</li> <li>32. Парусный спорт</li> <li>33. Плавание</li> <li>34. Прыжки в воду</li> </ol> |
|---|--|

- |                      |                               |
|----------------------|-------------------------------|
| 14. Водное поло      | 35. Синхронное плавание       |
| 15. Волейбол         | 36. Стендовая стрельба        |
| 16. Гандбол          | 37. Стрельба из лука          |
| 17. пляжный волейбол | 38. Легкая атлетика           |
| 18. Софтбол          | 39. Тяжелая атлетика          |
| 19. Триатлон         | 40. Спортивная гимнастика     |
| 20. Бадминтон        | 41. Художественная гимнастика |
| 21. Баскетбол        |                               |

### 1.3 Программа летних Паралимпийских игр

- |                                    |                           |
|------------------------------------|---------------------------|
| 1. Тяжелая атлетика (пауэрлифтинг) | 11. Баскетбол на колясках |
| 2. Легкая атлетика                 | 12. Выездка               |
| 3. Стрельба из лука                | 13. Стрельба              |
| 4. Плавание                        | 14. Волейбол              |
| 5. Дзюдо                           | 15. Регби на колясках     |
| 6. Велосипедный спорт              | 16. Танцы на колясках     |
| 7. Теннис на колясках              | 17. Голбол                |
| 8. Фехтование                      | 18. Настольный теннис     |
| 9. Футбол 7×7                      | 19. Гребля                |
| 10. Футбол 5×5                     | 20. Парусный спорт        |

### 1.4 Хронология летних Олимпийских игр

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
I	1896	Афины	Греция
II	1900	Париж	Франция
III	1904	Сент-Луис	США
IV	1908	Лондон	Великобритания
V	1912	Стокгольм	Швеция
VI	1916	Берлин	Германия
VII	1920	Антверпен	Бельгия
VIII	1924	Париж	Франция
IX	1928	Амстердам	Нидерланды.
X	1932	Лос-Анджелес	США
XI	1936	Берлин	Третий рейх
XII <sup>1</sup>	1940	Токио (Хельсинки)	Япония (Финляндия)
XIII <sup>1</sup>	1944	Лондон	Великобритания

XIV	1948	Лондон	Великобритания
XV	1952	Хельсинки	Финляндия
XVI	1956	Мельбурн	Австралия
XVII	1960	Рим	Италия
XVIII	1964	Токио	Япония
XIX	1968	Мехико	Мексика
XX	1972	Мюнхен	ФРГ
XXI	1976	Монреаль	Канада
XXII	1980	Москва	СССР
XXIII	1984	Лос-Анджелес	США
XXIV	1988	Сеул	Респуб. Корея
XXV	1992	Барселона	Испания
XXVI	1996	Атланта	США
XXVII	2000	Сидней	Австралия
XXVIII	2004	Афины	Греция
XXIX	2008	Пекин	КНР
XXX <sup>1</sup>	2012	Лондон	Великобритания
XXXI <sup>2</sup>	2016	Рио-де-Жанейро	Бразилия

<sup>1</sup> – В связи с войной Игры проведены не были

<sup>2</sup> – Проведение Игр планируется в 2012 и в 2016 гг.

### 1.5 Нововведения в программах летних Олимпийских игр

Олимпийские игры представляют собой международное спортивное соревнование по многим видам спорта, которое проходит каждые четыре года, и организуется Международным олимпийским комитетом. Игры выросли из соревнования, состоящего из 41 события, в котором принимало участие менее 250 человек, в состязания более десяти тысяч спортсменов обоих полов 202 стран-участниц. Организаторы летних олимпийских игр 2008 года в Пекине ожидали 10 500 атлетов, которые приняли бы участие в 302 соревнованиях этой программы игр. Летняя Олимпиада 2004 года, на которой организаторы также ожидали увидеть десять с половиной тысяч человек, собрала 11,099 спортсменов, участвовавших в 301 состязании. В программу Игр входили стрельба из лука, современное пятиборье, легкая атлетика, поло, бадминтон, бейсбол, баскетбол, гребля, бокс, плавание под парусом, гребля на каноэ, стрельба, софтбол, плавание, велоспорт, синхронное плавание, настольный теннис, конный спорт, таэквондо, дзюдо, фехтование, борьба, теннис, дайвинг, футбол, триатлон, гольф,



перетягивание каната, спортивная и художественная гимнастика, волейбол, гандбол, водный мотоспорт, хоккей на траве, водное поло, игра в мяч с ракеткой, тяжелая атлетика, лакросс.

Соревнования по лакроссу проходили на двух летних Олимпийских играх в 1904 и 1908 году. Оба раза они были открыты только для мужчин, и оба раза канадская команда победила. В первый раз за победу боролись три команды. Второй раз участвовало уже две команды от двух Национальных олимпийских комитетов.

Игра в мяч с ракеткой была представлена в виде состязания на летних играх 1908 года. Это была единственная летняя Олимпиада, где за этот вид спорта давали медаль. Версия этой игры на свежем воздухе называется игра в мяч на неогороженном поле – она была представлена как демонстрационный вид спорта на летней Олимпиаде 1900 года.

Теннис на закрытом корте, был представлен в качестве соревнования в 1924 году. На летних играх 1904 года был представлен турнир по рокки. Участвовали в нем только атлеты из Соединенных Штатов. Это был единственный случай, когда рокки был включен в олимпийскую программу. На летних играх 1900 года было представлено состязание по баскской игре в мяч. Соревновались там только две команды. Это было единственное соревнование, где целота выступал в качестве официального вида спорта, хотя он и сохранился, в качестве демонстрационной дисциплины на Олимпиадах 1924, 1968 и 1992 годов. А вот из демонстрационного спорта, коим он был в 1988 и 1992 году, в официальный перебрался такой вид, как таэквондо, который стал частью программы после игр 2000 года.

Софтбол был представлен как олимпийский вид спорта только для женщин в 1996 году. Однако по предписанию Международного комитета, он будет удален из программы уже после летних игр 2008 года.

В 1908 году было три соревнования на моторных лодках. Многочисленные источники называли этот вид спорта водным мотоспортом, моторными лодками и плаванием на лодках с двигателями. Эти игры были первыми и единственными, где использовалось плавание на моторных лодках, хотя в качестве демонстрационного вида спорта он присутствовал на Играх 1900 года. Все три соревнования подразумевали одинаковую дистанцию, пять витков по восемь морских миль, то есть сорок морских миль в общем и целом. В каждом из соревнований стартовало множество лодок, но финишировала только одна – зависело это в основном от ветра, который дул в течение соревнования. Соревнования проходили 28–29 августа 1908 года.

На Олимпийских играх 1900 года было представлено соревнование по крикету. Независимо от того, что в оригинале предполагалось четыре команды, Бельгия и Нидерланды не смогли участвовать, так что Англии

пришлось играть с Францией в одиночку. По капитанскому соглашению игра проходила в два дня. В результате общих усилий Британия вышла победительницей. В дальнейшем соревнования по этому виду спорта не проводились.

Олимпийские игры 1992 года в Барселоне стали первыми, где появился бадминтон. Тогда прошло четыре состязания: в парном и одиночном разряде для женщин и мужчин. На следующей Олимпиаде в Атланте в 1996 году было уже пять состязаний – добавилось соревнование для смешанных пар. Был также плей-офф между двумя проигравшими полуфинал, чтобы определить единственного обладателя бронзовой медали. Такой же формат использовался для Олимпиад 2000 и 2004 года.

### 1.6 Расширенная информация о проведении XXIX летних Олимпийских игр

Город-организатор	Пекин, Китай
Страны-участницы	204
Количество атлетов	11 099
Разыгрывалось медалей	302 комплекта наград в 28 видах спорта
Церемония открытия	8 августа
Открывал	Ху Цзиньтао
Церемония закрытия	24 августа
Олимпийский огонь	Ли Нин
Олимпийская клятва	Чжан Инин
Стадион	Пекинский национальный стадион

#### *Выбор города*

Пекин был избран столицей XXIX Олимпиады 13 июля 2001 года на 112-й сессии МОК в Москве, опередив по результатам голосования Торонто, Париж, Стамбул и Осаку. После первого тура голосования Пекин значительно опережал других кандидатов. Осака набрала всего 6 голосов и была исключена из списка кандидатов. Во втором туре Пекин был поддержан подавляющим большинством голосов, поэтому необходимость в последующих турах отпала. В окончательный список кандидатов, составленный в 2000 году, не вошли другие 5 городов, подававшие заявку: Бангкок (Таиланд), Каир (Египет), Гавана (Куба), Куала-Лумпур (Малайзия) и Севилья (Испания).

После победы в голосовании вице-премьер Госсовета Китая, Ли Ланьцин, заявил, что «победа Пекина в конкуренции за приобретение

права организации Олимпиады 2008 – это признание международным сообществом общественной стабильности, социального прогресса и экономического процветания Китая». Прежде Пекин подавал заявку на проведение летних Олимпийских игр 2000 года. Голосование проходило 23 сентября 1993 года в Монте-Карло. Пекин лидировал в голосовании в первых трёх турах, но затем проиграл Сиднею в финале.

## **Символы Олимпийских игр**

### *Эмблема*

Из 1985 присланных (из них 222 предложения были внесены из зарубежных стран) в Китайский Олимпийский комитет эскизов, комиссия отобрала 30 проектов эмблемы, из которых в марте 2003 года Международный олимпийский комитет утвердил одну. Торжественная презентация эмблемы XXIX Олимпиады состоялась 3 августа 2003 года в Пекине в храме Неба столичного парка «Тяньтань» на площади перед храмом Циняньдянь (храм моления об урожайном годе). Эмблема получила название «Ганцующий Пекин». Она состоит из трёх частей: олимпийских колец, надписи «Пекин 2008» и каллиграфически написанного иероглифа «цзин».

Эмблема Олимпиады-2008 в Пекине сочетает в себе форму искусств, имеющих 5000-летнюю историю, особенности спорта, умело показывая силуэт бегуна, стремящегося к победе. Проект эмблемы, изображающий название места проведения Олимпиады-2008 в Пекине, отличается выразительностью лучшей традиционной культуры китайской нации, отражает олимпийский дух 1,3-миллиардного китайского народа, его сердечность и искренность приветствия гостей и друзей из разных уголков мира.

### *Талисманы*

11 ноября 2005 года, за 1000 дней до открытия игр, было решено, что талисманами игр станут Дети удачи (кит. [фу ва]). Согласно китайской философии, Детей удачи пятеро: Бэй-Бэй, Цзин-Цзин, Хуань-Хуань, Ин-Ин и Ни-Ни. Они изображают соответственно рыбу, большую панду, олимпийский огонь, тибетскую антилопу и ласточку. Если произнести по порядку первые слога имени каждого из них, то получится фраза «Бэй цзин хуань ин ни», перевод которой означает «Пекин приветствует вас».

### *Девиз*

Олимпийский комитет Пекина объявил, что девизом Олимпийских игр станет фраза «Один мир – одна мечта» (англ. One World – One Dream). Девиз был выбран из 210 000 вариантов, присланных из различных стран мира. Первым объявил девиз Олимпиады Член Постоянного комитета Политбюро ЦК КПК Ли Чанчунь.

Член Политбюро ЦК КПК, секретарь Пекинского горкома, председатель Пекинского оргкомитета Олимпиады-2008 Лю Ци возглавил церемонию и выступил с приветственной речью. Он сказал, что этот девиз выражает высокий идеал китайского народа, стремящегося к строительству общих прекрасных домашних очагов народов мира, использованию вместе с ними плодов цивилизации и совместному созданию будущего; выражает твердую решимость великой нации с 5000-летней историей цивилизации, широкой поступью шагающей к модернизации, прилагать усилия к мирному развитию, социальному согласию и счастью народа. Девиз выражает волю 1,3-миллиардного китайского народа, который отдает свои силы во имя создания мирного и прекрасного мира. Этот девиз воплощает в себе концепцию «гуманитарной Олимпиады», представляет собой руководящий принцип подготовительной работы к Олимпийским играм.

Президент Международного Олимпийского комитета (МОК) Жак Рогге направил Пекинскому оргкомитету Олимпиады-2008 поздравления в связи с обнародованием девиза Олимпийских игр 2008 года в Пекине, считая, что девиз захватил дух Олимпизма. Стало известно, что с санкции заинтересованной стороны Пекинский оргкомитет Олимпиады решил, что «Один мир – одна мечта» стал девизом и 29-х летних Олимпийских игр, и летних Паралимпийских игр 2008 года. На церемонии присутствовали первый заместитель председателя Оргкомитета Олимпиады-2008 в Пекине Чэнь Чжили, руководители центральных учреждений и города Пекина и Пекинского оргкомитета Олимпиады, дипломатические представители некоторых стран, аккредитованные в Китае, а также более 4000 представителей различных кругов общественности столицы. Одновременно открылся также 3-й фестиваль культуры, посвященный Олимпиаде-2008 в Пекине.

### *Эстафета Олимпийского огня*

26 апреля 2007 года в Пекине МОК объявил программу проведения Эстафеты олимпийского огня. Девиз эстафеты – «Путешествие Гармонии».

Эстафета, которая началась за 137 дней до открытия Олимпийских игр, была самой длинной за всю историю олимпийских эстафет (137 000 км).

Олимпийский огонь был зажжён в греческом городе Олимпия 24 марта 2008 года. Церемонию пытались сорвать журналисты, считающие, что Китай не может принять у себя Олимпиаду.

Из Олимпии Огонь прошёл вдоль территории Греции и 31 марта прибыл в Пекин. Из столицы Китая Огонь отправился в путь по всем континентам, за исключением Антарктиды. Эстафета также прошла по городам Великого шёлкового пути, символизируя древние связи Китая с остальным миром. Огонь прошёл через многие города мира и через множество городов Китая. Эстафета сопровождалась протестами со стороны сторонников независимости Тибета, которые пытались потушить огонь в Лондоне, Париже и Сан-Франциско.

Организаторы Эстафеты также планировали вознести Огонь на вершину горы Эверест. В июне 2007 года начал возводиться 108-километровый подъёмник на вершину горы. Стоимость этого проекта – 19,7 млн долларов. Проект был реализован.

Олимпийский факел имел стандартные размеры (72 сантиметра в высоту и весом 985 граммов) и был сделан в традиционном китайском стиле. Факел был сконструирован так, чтобы он не гас при ветре в 65 км/ч и ливне в 50 мм/ч.

### *Церемония открытия*

Церемония открытия игр прошла на Пекинском национальном стадионе 8 августа 2008 года. Она началась в 8 часов вечера по местному времени (число 8 считается в Китае счастливым). Организаторами церемонии открытия стали кинорежиссёр Чжан Имоу и хореограф Чжан Циган. В шоу приняли участие 15 тыс. человек. Гимн Олимпиады-2008 на церемонии открытия исполнили английская певица Сара Брайтман и китайский певец Лю Хуань. Церемония открытия игр началась с театрализованного представления, посвящённого развитию китайской цивилизации от древних времён до наших дней. В шоу приняли участие 2008 музыкантов, играющих на национальных китайских барабанах, 32 ребёнка в национальных костюмах. Церемонию открытия смотрели 91 тысяча зрителей на трибунах стадиона и около 4 млрд. человек по всему миру. После представления прошло традиционное шествие олимпийских сборных. Порядок следования команд определялся количеством черт в иероглифе из иероглифов, образующих название страны в китайском языке (в порядке возрастания). В результате, сборная Австралии, которая обычно помещается на стадионе одной из первых, в этот раз шествовала в конце, так как первый иероглиф в её китайском названии имеет 16 черт. По



олимпийской традиции, сборная Греции возглавила шествие, а сборная команда страны-хозяйки, Китая, шла в конце колонны. На Пекинском национальном стадионе во время церемонии открытия присутствовало 80 глав государств и правительств (из 100 приглашённых). Церемония длилась более четырёх часов.

### *Соревнования*

Программа Олимпийских игр в Пекине очень схожа с программой Афинских игр 2004. На Олимпиаде-2008 было разыграно 302 комплекта медалей (165 мужских, 127 женских и 10 смешанных) в 28 видах, на один комплект больше, чем 4 года назад.

В велоспорте исключены гит на 1 км у мужчин и на 500 м у женщин. Женщины впервые разыграли медали в беге на 3000 метров с препятствиями. Также, в плавательную программу игр добавился марафон протяжённостью в 10 километров, в котором медали разыграли мужчины и женщины. Парные соревнования по настольному теннису (мужские и женские) заменены командными соревнованиями. В фехтовальных командных соревнованиях женщины соревновались на рапирах вместо соревновавшихся в этом виде программы четыре года назад мужчин, и вместо шпаг командные соревнования среди женщин прошли на саблях. В парусном спорте женский класс «Европа» был заменён на «Лазер Радиал», а вместо класса парусных досок «Мистраль» и мужчины, и женщины соревновались на типе Neil Pryde RS:X. В стрельбе были отменены две дисциплины – дубль-трап у женщин и стрельба из винтовки по движущейся мишени у мужчин.

### **1.7 Статистика участия атлетов в 33 видах программы**

В программу Игр вошли следующие виды спорта: академическая гребля, бадминтон, баскетбол, бейсбол, бокс, борьба, велоспорт, водное поло, плавание, прыжки в воду, синхронное плавание, волейбол, гандбол, спортивная гимнастика, художественная гимнастика, прыжки на батуте, гребля на байдарках и каноэ, дзюдо, конный спорт, лёгкая атлетика, настольный теннис, парусный спорт, современное пятиборье, софтбол, стрельба, стрельба из лука, теннис, триатлон, таэквондо, тяжёлая атлетика, фехтование, футбол, хоккей на траве.

Кроме того, прошли показательные соревнования по ушу, включавшие в себя 15 турниров. На них получили право отдельно выступать спортсмены из Макао, которые в основной программе участвовали в составе Китая. В рамках игр было установлено 43 мировых и 132 Олимпийских рекорда. Спортсмены 87 стран смогли выиграть на

играх медали разного достоинства. Среди выдающихся спортивных результатов и мировых рекордов, установленных в ходе проходящих в Пекине Олимпийских игр можно отметить:

– Беспрецедентное достижение американского пловца Майкла Фелпса, выигравшего 8 золотых олимпийских медалей, в финальных и предварительных заплывах он семь раз бил мировые рекорды и один раз – олимпийский.

– Достижение ямайского легкоатлета Усейна Болта. Сначала бегун установил новый мировой рекорд на стометровке, а затем, пробежав дистанцию 200 м за 19,30 сек, он на две сотые секунды превысил державшееся 12 лет мировое достижение американского спринтера Майкла Джонсона.

– Российская прыгунья с шестом, пятикратная чемпионка мира, двадцатичетырехкратная мировая рекордсменка, Олимпийская чемпионка 2004 и 2008 годов Елена Исинбаева уже в ранге двукратной олимпийской чемпионки установила мировой рекорд, взяв высоту в 5,05 м.

– Представительницы сборной Китая также внесли свой вклад в преодоление существующих мировых рекордов. Китайки Лю Цзыгэ и Цзяо Люян завоевали первые два места в финале на дистанции баттерфляем, где обе показали рекордное время – 2.04,18 и 2.04,72 соответственно.

### **Академическая гребля**

Соревнования по академической гребле прошли с 9 по 17 августа в специально возведенном Олимпийском аквапарке Шуньи. Всего было разыграно четырнадцать комплектов медалей, призерами соревнований стали представители 20 стран, по две золотые награды выиграли гребцы Великобритании и Австралии

### **Бадминтон**

Соревнования по бадминтону прошли с 9 по 17 августа во Дворце спорта Пекинского промышленного университета. Было разыграно пять комплектов наград, по две в мужском и женском одиночном и парном разрядах, а так же в миксте. Обладателями трех золотых комплектов наград стали бадминтонисты Китая, по одной золотой медали выиграли представители Индонезии и Южной Кореи. В соревнованиях приняли участие представители 45 стран.

### **Баскетбол**

Баскетбольный Олимпийский турнир прошёл с 9 по 24 августа в Олимпийском баскетбольном дворце Пекина. Обе золотые награды достались баскетбольным сборным США. Среди мужчин серебряными и

бронзовыми призерами стали соответственно баскетболисты Испании и Аргентины, среди женщин баскетболистки Австралии и России. Всего в турнире приняли участие 12 мужских и столько же женских сборных.

### **Бейсбол и софтбол**

Олимпийский турнир по бейсболу проводился с 13 по 23 августа с двумя однодневными перерывами. В турнире приняли участие 8 мужских сборных. Сильнейшими на играх стали спортсмены Южной Кореи победившие в финальном матче бейсболистов Кубы со счетом 3:2, третьими стали бейсболисты США. В Олимпийском турнире по софтболу, прошёл с 9 по 21 августа, приняли участие 8 женских сборных. Золотые медали выиграли представительницы Японии

### **Бокс**

С 9 по 24 августа в Пекинском дворце спорта рабочих соревновались боксеры. Всего было разыграно одиннадцать комплектов медалей. Накануне соревнований основными фаворитами игр признавались сборные России и Кубы. В итоге сборная России, завоевав три медали, в том числе две золотых, частично подтвердила свой статус одного из фаворитов турнира. Большим разочарованием турнира стала сборная Кубы, которая впервые с момента своего первого участия в Олимпийских играх осталась без золотых наград. Открытием турнира стала сборная Китая, которая не только впервые в своей истории завоевала золотые медали, но и заняла первое командное место в итоговом медальном зачёте. Многие специалисты объясняют этот успех нечестным судейством, в результате имевшего место быть скандала, некоторые судьи были дисквалифицированы. Украинец Василий Ломаченко, выступавший в весовой категории до 57 кг, получил Кубок Вэла Баркера как лучший боксер турнира.

### **Борьба**

Этот вид спорта, также как и бокс, прошел с 9 по 24 августа в Пекинском дворце спорта рабочих. 344 спортсменов из 58 стран разыграли восемнадцать комплектов медалей. Соревнования прошли по вольной и греко-римской борьбе. Мужчины участвовали в обеих дисциплинах, а женщины – только в вольной. Представители 26 стран стали призерами соревнований. Лучшего результата на играх добилась сборная России, выигравшая 11 медалей 6 из которых были золотыми. Героем игр стал российский борец Бувайсар Сайтиев, который после очередной победы стал трёхкратным Олимпийским чемпионом.



### **Велоспорт**

Состязания по велоспорту прошли с 9 по 23 августа. Трековые гонки и маунтинбайк прошли в велокомплексе Лаошань, а шоссейные гонки были проведены на различных улицах Пекина. В соревнованиях приняли участие спортсмены из 65 стран разыгравшие 18 комплектов наград. Лучшего результата добилась сборная Великобритании, представители которой 8 раз поднимались на высшую ступень пьедестала почёта, по две золотые медали были выиграны спортсменами Франции и Испании. Завершились соревнования церемонией награждения победителей в командной гонке преследования среди мужчин, которая состоялась 23 августа.

### **Водное поло**

Олимпийский турнир по водному поло прошёл с 10 по 24 августа во Дворце плавания Индун. На играх соревновались 12 мужских и 8 женских сборных. В турнире мужских сборных первенствовали ватерполисты Венгрии, для которых выигранный титул стал уже 9-м за историю выступления на Олимпиадах, среди женских сборных победы добились представительницы Нидерландов.

### **Волейбол**

Турнир по волейболу прошёл с 9 по 24 августа. В волейболе на паркетном покрытии приняли участие по 12 мужских и женских сборных, а в пляжном – по 24 пары обоих полов. Было разыграно 4 комплекта наград, три из которых достались сборным США, которые первенствовали в мужском и женском турнирах по пляжному волейболу, а также в соревнованиях среди мужчин на паркете. Сильнейшей женской сборной стала команда Бразилии.

### **Гандбол**

Соревнования по гандболу на летних Олимпийских играх 2008 проходили с 9 по 24 августа в дворце спорта Пекина и во Дворце спорта Олимпийского спорткомплекса. Было разыграно два комплекта медалей среди 12 мужских и 12 женских команд. Победителями мужского гандбольного турнира стала сборная Франции, серебро досталось сборной Нидландии, бронза – испанцам. В женском Олимпийском турнире первенствовали норвежки, переигравшие в финале россиянок, бронза досталась спортсменкам Южной Кореи.

### **Гимнастика**

Соревнования по гимнастике на играх прошли с 9 по 24 августа. Официально в этот вид спорта на Олимпийских играх были включены: прыжки на батуте, спортивная гимнастика и художественная гимнастика.

Всего было разыграно восемнадцать комплектов наград. Больше всех золотых медалей в этом виде программы выиграли гимнасты Китая (11), показавшие выдающийся результат в спортивной гимнастике и прыжках на батуте. Две золотые награды в художественной гимнастике завоевали российские спортсменки. Следует отметить, что соревнования были омрачены скандалом, три китайские гимнастки, завоевавшие золото в команде – Хэ Кэйсинь, Цзян Юйюань и Ян Илинь – были заподозрены в том, что им, на самом деле, не 16 лет, как указано во всех документах, а 14, что недопустимо и нарушает правила, введенные МОК еще в 1997 году. Однако позже после предоставления китайской стороной дополнительной информации, уже более скрупулезного характера, в частности семейных фотоальбомов, школьных тетрадей, журналов и детских вещей спортсменок, скандал был замят.

### **Гребля на байдарках и каноэ**

На территории Олимпийского аквапарка Шуньи с 10 по 23 августа прошли соревнования по гребле на байдарках и каноэ. Представители 57 стран разыграли 16 комплектов наград. В соревнованиях на гладкой воде было разыграно 12 комплектов наград. Лучшего результата добились спортсмены сборных Германии, Венгрии и Белоруссии. В соревнованиях по гребному слалому было разыграно четыре комплекта наград, три среди мужчин и один среди женщин. Здесь лучшего результата добилась сборная Словакии представители которой выиграли три золотые награды из четырёх. При этом слаломисты, братья Павел и Петер Гохшорнер, стали трехкратными Олимпийскими чемпионами.

### **Дзюдо**

Турнир дзюдоистов на Играх проходил с 9 по 15 августа во Дворце спорта Пекинского научно-технологического университета. 386 спортсменов из 91 страны разыграли четырнадцать комплектов медалей, восемь среди мужчин и столько же среди женщин. В медальном зачёте первенствовали представители Азии, больше всех золотых медалей выиграли дзюдоисты Японии и Китая. Можно отметить победу монгольского спортсмена Тувшинбаяра Найдана, который стал первым Олимпийским чемпионом в истории Монголии.

### **Конный спорт**

В соревнованиях по конному спорту участвовало 204 спортсмена из 45 стран, которые разыграли шесть комплектов медалей – в личных и командных соревнованиях по выездке, конкуру и троеборью. Соревнования прошли в те же сроки, что и соревнования по плаванию. Больше всех золотых наград выиграли конники сборной Германии – три.

По одной медали досталось представителям США, Канады и Нидерландов. Главной героиней соревнований стала нидерландская спортсменка Анке ван Грюнсвен, которая после победы в выездке стала трёхкратной Олимпийской чемпионкой.

### **Лёгкая атлетика**

Соревнования по лёгкой атлетике на Олимпиаде прошли с 15 по 24 августа 2008 года на Пекинском национальном стадионе. Мужчины разыграли 24 комплекта медалей, женщины – 23. Это связано с тем, у женщин отсутствовала дисциплина в спортивной ходьбе на 50 км. Таким образом, в лёгкой атлетике было разыграно 47 комплектов медалей – больше, чем в любом другом виде спорта на Олимпиаде. Впервые на Олимпиаде была представлена дисциплина 3000 метров с препятствиями у женщин. Лучшими на играх были атлеты сборных США и России, выигравшие соответственно 23 и 18 медалей разного достоинства. Хорошего результата добились спортсмены Ямайки, Кении и Эфиопии. Героями олимпиады стали ямайский бегун Усэйн Болт, который установил два мировых рекорда в забегах на 100 и 200 метров и третий в составе эстафетной команды 4×100 метров, а так же российская прыгунья с шестом Елена Исинбаева, которая уже в ранге двукратной олимпийской чемпионки установила мировой рекорд, взяв высоту в 5,05 метра. Не обошёлся легкоатлетический турнир и без скандалов: перед самым стартом Олимпийских игр 15 греческих легкоатлетов были отстранены от участия в играх по подозрению в применении допинга, такие же санкции были наложены и на 6 российских спортсменов по аналогичным причинам.

### **Настольный теннис**

Турнир по настольному теннису в рамках Олимпийских игр проходил с 13 по 23 августа на спортивной арене Пекинского университета. Представители 56 стран разыграли четыре комплекта медалей, причём впервые вместо парного разряда прошли командные состязания. Соревнования прошли при подавляющем преимуществе хозяев Олимпиады. Шестеро теннисистов из Китая выиграло всё, что было возможно – заняли весь пьедестал в мужском и женском одиночном разряде и победили в командных первенствах. При этом следует отметить что китаянка Чжан Инин, после выигрыша очередных двух золотых медалей стала четырёхкратной олимпийской чемпионкой.

### **Парусный спорт**

Олимпийская регата проводилась с 9 по 21 августа в Международном парусном центре в Циндао. Центр располагается на Жёлтом море, в 690 километрах юго-восточнее Пекина. В соревнованиях

приняли участие представители 53 национальных олимпийских комитетов. Олимпийские дисциплины включали в себя четыре класса для мужчин, четыре для женщин и три смешанных открытых класса для мужчин и для женщин. Было разыграно 11 комплектов наград в следующих классах: «RS:X» и «470» отдельно для мужчин и для женщин, «Звёздный» и «Лазер» для мужчин, «Инглинг» и «Лазер Радиал» для женщин, «Фини», «49er» и «Торнадо» одновременно для мужчин и женщин. Лучшего результата добились спортсмены сборной Великобритании, выигравшие четыре золотых комплекта наград, два комплекта выиграла Австралия.

### **Плавание**

Соревнования среди пловцов проходили с 9 по 21 августа в специально выстроенном к Олимпиаде Пекинском национальном плавательном комплексе, за исключением двух марафонских заплывов. Спортсмены разыгрывали 34 комплекта медалей: по 17 у мужчин и женщин. Больше всех наград в этом медалеёмком виде олимпийской программы выиграла сборная США, следом за ней расположилась сборная Австралии. Рекордсменом соревнований и всех Олимпийских игр в целом стал главный герой Олимпиады американский пловец Майкл Фелпс, который выиграл 8 золотых наград, установив при этом 7 мировых рекордов. Благодаря этому феноменальному результату он стал 14-ти кратным Олимпийским чемпионом обойдя по этому показателю 9-ти кратную Олимпийскую чемпионку советскую гимнастку Ларису Латынину. Также следует отметить, что четырёхкратным обладателем олимпийского золота по результатам игр стал японский пловец брассом Косукэ Китадзима.

### **Прыжки в воду**

Соревнования по прыжкам в воду на играх прошли с 10 по 23 августа в Пекинском Национальном Аквацентре. В соревнованиях приняли участие 150 спортсменов из 29 стран. В рамках соревнований было разыграно 8 комплектов наград, по четыре среди мужчин и женщин. В соревнованиях прыгунов с подавляющим преимуществом победы добились атлеты сборной Китая, выигравшие 7 золотых медалей. Восьмую в карьере Олимпийскую награду (серебряную) выиграл в Пекине выдающийся российский прыгун с трамплина Дмитрий Саутин.

### **Синхронное плавание**

Синхронное плавание прошло с 18 по 23 августа в Пекинском Национальном Аквацентре. 96 спортсменок из 24 стран разыграли два комплекта медалей. Оба золотых комплекта наград достались



спортсменкам из России, победившим за явным преимуществом. А российские синхронистки Анастасия Ермакова и Анастасия Давыдова, стали четырёхкратными Олимпийскими чемпионками. Сборная Испании выиграла две серебряные награды.

### **Современное пятиборье и триатлон**

Соревнования по современному пятиборью проходили 21 и 22 августа 2008 года в Олимпийском Спортцентре (бег, конкур), бассейне Ин Туныг (плавание) и Олимпийском Зелёном зале конференций (фехтование, плавание). Было разыграно два комплекта наград, по одному среди мужчин и женщин. В соревнованиях приняли участие 34 мужчины и 36 женщин. Победителем среди мужчин стал российский пятиборец Андрей Моисеев, среди женщин немка Лена Шёнеборн. Соревнования по триатлону прошли 18 и 19 августа в районе бассейна Минг. 55 мужчин и 55 женщин разыграли два комплекта наград. Первое место среди мужчин занял представитель Германии, среди женщин первенствовала австралийская спортсменка.

### **Стрельба**

Турнир по стрельбе проходил с 9 по 17 августа в Пекинском холле для стрельбы. Представители 100 стран разыграли 15 комплектов наград, в сравнении с прошлыми играми число дисциплин сократилось с 17 до 15. Были исключены стрельба по движущейся мишени у мужчин и дубль-трэп у женщин. Каждый Национальный олимпийский комитет мог выставить не более двух спортсменов в каждой дисциплине, кроме стендовой стрельбы у женщин. Лучшего результата в пекинском тире добилась сборная Китая, выигравшая восемь медалей, пять из которых – золотые. В некоторой степени турнир стрелков был омрачён допинговым скандалом, в результате которого северокорейский стрелок Ким Чон Су был лишён двух медалей в пулевой стрельбе.

### **Стрельба из лука**

Состязания по стрельбе из лука проходили с 9 по 15 августа на Поле для стрельбы из лука Олимпийского парка. 128 спортсменов из 49 стран разыграли четыре комплекта медалей, по две среди мужчин и женщин. Успешнее других выступили стрелки Южной Кореи выигравшие командные соревнования, как среди мужчин, так и среди женщин. При этом кореянка Пак Сун Хюн стала трехкратной Олимпийской чемпионкой.

### **Тэквондо**

Соревнования по тэквондо на играх проходили с 20 по 23 августа во Дворце спорта Пекинского научно-технологического университета. 128

спортсменов из 64 стран разыграли восемь комплектов медалей, по четыре среди мужчин и женщин. Лучшего результата добились спортсмены сборной Южной Кореи выигравшие четыре золотые награды, следом за ними расположились представители Мексики, завоевавшие две золотые медали. Следует отметить, что турнир таэквондистов был омрачён скандалом. В поединке за третье место между кубинцем Анхелеа Матосом и казахским спортсменом Арманом Чилмановым при счете 3:2 в свою пользу кубинец получил травму и попросил медицинской помощи. По правилам таэквондо, спортсмены могут брать минутный перерыв, и когда через 60 секунд Матос не возобновил поединок, шведский рефери Шакир Шелбат объявил победителем Чилманова. После этого кубинец сначала толкнул одного из боковых судей, а затем нанес удар ногой в голову Шелбагу, разбив рефери губу. Затем Матос плюнул на ковер и был выдворен из зала. Всемирная федерация таэквондо (WTF) приняла решение о пожизненной дисквалификации спортсмена.

#### **Тяжёлая атлетика**

Состязания по тяжёлой атлетике проходили с 9 по 19 августа во Дворце спорта Пекинского авиационно-космического университета. Было разыграно 15 комплектов наград. Восемь комплектов было разыграно среди мужчин и семь среди женщин. Больше всех золотых наград выиграла тяжёлоатлетка Китая. В ходе соревнований было установлено пять мировых рекордов, три из которых установила южнокорейская спортсменка Чан Миран.

#### **Фехтование**

Соревнования по фехтованию прошли с 9 по 17 августа во Дворце фехтования Государственного конференц-центра. 212 спортсменов из 45 стран разыграли десять комплектов медалей. Пять среди мужчин и ровно столько же среди женщин. Каждый Национальный олимпийский комитет мог представить до трёх спортсменов для каждого вида оружия, если для него устраиваются командные соревнования, и до двух, если только индивидуальные. Лучшие других в фехтовальном турнире выступили сборные Франции, Италии и Германии, выигравшие по две золотые награды. Следует отметить успех итальянской фехтовальщицы Валентины Веццали, которая, выиграв золотую медаль среди рапиристок, стала пятикратной Олимпийской чемпионкой.

#### **Футбол**

Матчем открытия олимпийского футбольного турнира стала игра между сборными Гондураса и Кореи в Шанхае. Олимпийский футбольный турнир прошёл с 6 по 23 августа на стадионах Пекина и ряде других городов Китая. Участие в футбольном турнире приняли мужские и

женские сборные стран-членов ФИФА, прошедшие отборочные состязания. У мужчин приняли участие 16 команд, а у женщин их количество по сравнению с прошлыми Играми увеличилось до 12. Соревнования в групповом этапе начались 6 августа, за два дня до официального открытия Олимпийских игр, а финалы прошли 21 августа у женщин и 23 у мужчин. Олимпийскими чемпионами среди мужских сборных, как и четыре года назад, стала сборная Аргентины, победившая в финальном матче со счетом 1:0 сборную Нигерии, победный гол забил полузащитник португальской Бенфики Анхель Ди Мария после паса Лионеля Месси, бронзовую медаль завоевали футболисты из Бразилии. Лучшим бомбардиром турнира с четырьмя голами стал итальянец Джузеппе Росси. Золото среди женских сборных выиграла команда США, обыгравшая в финале бразильянок с тем же счетом 1:0, бронза досталась сборной Германии.

### Хоккей на траве

Соревнования по хоккею на траве проходили с 10 по 23 августа 2008 года, разыграно два комплекта медалей – в соревнованиях мужских и женских сборных. В турнире приняли участие 12 мужских и 12 женских сборных (количество участниц женского турнира было увеличено на 2 сборные в сравнении с играми четырёхлетней давности). В соревновании мужчин лучшими стали хоккеисты Германии, переигравшие в финальном поединке сборную Испании, Австралийцы остались на третьем месте. В женской части турнира победительницами стали хоккеистки Нидерландов, сборная Китая на втором месте, Аргентина третья.

### Теннис

Турнир по теннису проводился с 10 по 17 августа в Олимпийском велбюм теннисном центре. 176 спортсменов из 49 стран разыграли четыре комплекта наград, по два среди мужчин и женщин. Каждая страна имела право заявить 6 женщин и 6 мужчин, с учетом того, что в одиночном разряде каждая страна должна иметь не больше 4 спортсменов, а в парном разряде не больше 2 пар. Больше всех медалей выиграли представители сборной России, благодаря выигрышу всех трех медалей в женском одиночном разряде. Следует отметить, что после выигранной золотой медали в женском парном разряде американка Винус Уильямс стала трехкратной Олимпийской чемпионкой. В одиночном разряде среди мужчин первенствовал испанец Рафаэль Надаль.

### *Страны-участницы*

В играх принимали участие 204 страны из 205 участвовавших в церемонии открытия. 8 августа Международный олимпийский комитет снял с Олимпиады сборную команду Брунея, национальный олимпийский комитет которого не зарегистрировал своих спортсменов для участия в соревнованиях. Общее количество участвующих атлетов – 11 028. Самой многочисленной командой являлась сборная Китая (639 человек). Сборные некоторых стран состояли только из одного спортсмена.

В соревнованиях впервые принимали участие сборные трёх стран: Маршалловых Островов, Черногории и Тувалу. В феврале 2006 года Международный олимпийский комитет официально утвердил членство Маршалловых Островов, в МОК 6 июля 2007 года были приняты Тувалу, а также Черногория, получившая независимость от Сербии.

Правительствами Северной и Южной Кореи обсуждалась возможность формирования объединённой команды, но из-за разногласий по поводу формирования состава команд (Южная Корея предлагала отбирать спортсменов в процентном соотношении, а Северная настаивала на равном количестве атлетов от обеих стран) стороны не смогли прийти к соглашению. 24 июля 2008 года МОК объявил о запрете на участие в Олимпиаде сборной Ирака в связи со вмешательством властей страны в работу национального олимпийского комитета. Однако 29 июля было решено, что четверо спортсменов смогут всё-таки принять участие при условии, что после игр будет сформирован новый олимпийский комитет.

9 августа олимпийская сборная Грузии, после встречи с женой президента Грузии (Михаила Саакашвили) Сандрой Рулофс, решила покинуть Олимпиаду в Пекине из-за начавшейся в их стране Осетинской войны. НОК Грузии, в соответствии с Олимпийским уставом, мог быть дисквалифицирован на восемь лет. Однако, по просьбе Саакашвили, сборная всё-таки осталась на соревнованиях.

#### Список стран-участниц Летних Олимпийских игр 2008

Австралия	Ирландия	Парагвай
Австрия	Исландия	Перу
Азербайджан	Испания	Польша
Албания	Италия	Португалия
Алжир	Йемен	Пуэрто-Рико
Американские	Кабо-Верде	Россия
Виргинские острова	Казахстан	Руанда
Американское Самоа	Каймановы острова	Румыния



Ангола	Камбоджа	Сальвадор
Андорра	Камерун	Самоа
Антигуа и Барбуда	Канада	Сан-Марино
Аргентина	Катар	Сан-Томе и Принсипи
Армения	Кения	Саудовская Аравия
Аруба	Кипр	Свазиленд
Афганистан	Киргизия	Сейшелы
Багамские Острова	Кирибати	Сенегал
Бангладеш	Китай	Сент-Винсент и
Барбадос	КНДР	Гренадины
Бахрейн	Колумбия	Сент-Китс и Невис
Белиз	Коморы	Сент-Люсия
Белоруссия	Конго	Сербия
Бельгия	Коста-Рика	Сингапур
Бенин	Кот-д'Ивуар	Сирия
Бермуды	Куба	Словакия
Болгария	Кувейт	Словения
Боливия	Лаос	Соломоновы Острова
Босния и Герцеговина	Латвия	Сомали
Ботсвана	Лесото	Судан
Бразилия	Либерия	Суринам
Британские	Ливан	США
Виргинские острова	Ливия	Сьерра-Леоне
Буркина Фасо	Литва	Таджикистан
Бурунди	Лихтенштейн	Таиланд
Бутан	Люксембург	Тайвань
Вануату	Маврикий	Танзания
Великобритания	Мавритания	Того
Венгрия	Мадагаскар	Тонга
Венесуэла	Македония	Тринидад и Тобаго
Восточный Тимор	Малави	Тувалу
Вьетнам	Малайзия	Тунис
Габон	Мали	Туркменистан
Гаяна	Мальдивы	Турция
Гайана	Мальта	Уганда
Гамбия	Марокко	Узбекистан
Гана	Маршалловы	Украина
Гватемала	Острова	Уругвай
Гвинея	Мексика	Федеративные Штаты
Гвинея-Бисау	Мозамбик	Микронезии
Германия	Молдавия	Фиджи

Гондурас	Монако	Филиппины
Гонконг	Монголия	Финляндия
Гренада	Мьянма	Франция
Греция	Намибия	Хорватия
Грузия	Науру	Центральноафриканская
Гуам	Непал	Республика
Дания	Нигер	Чад
Джибути	Нигерия	Черногория
Доминика	Нидерландские	Чехия
Доминиканская	Антильские острова	Чили
Республика	Нидерланды	Швейцария
Демократическая	Никарагуа	Швеция
Республика Конго	Новая Зеландия	Шри-Ланка
Египет	Норвегия	Эквадор
Замбия	ОАЭ	Экваториальная Гвинея
Зимбабве	Оман	Эритрея
Израиль	Острова Кука	Эстония
Индия	Пакистан	Эфиопия
Индонезия	Палау	ЮАР
Иордания	Палестина	Южная Корея
Ирак	Панама	Ямайка
Иран	Папуа-Новая Гвинея	Япония

### *Церемония закрытия*

Торжественная церемония закрытия XXIX летних Олимпийских игр проходила на главном Пекинском стадионе – «Птичье гнездо», в присутствии 100 000 человек. Президент Международного олимпийского комитета (МОК) Жак Рогге объявил Олимпиаду-2008 закрытой. После чего на стадионе начался торжественный парад сборных участниц игр, первыми на дорожки вышли спортсмены Греции, страны-родоначальницы игр. После завершения парада, на стадионе был спущен олимпийский флаг, действие сопровождалось фейерверком в виде пяти олимпийских колец. Далее флаг был передан мэру Лондона Борису Джонсону, как представителю города, в котором пройдут следующие летние Олимпийские игры. На Олимпийскую арену выехал традиционный лондонский двухэтажный автобус. Певица Леона Льюис исполнила композицию *Whole Lotta Love* с альбома *Led Zeppelin II* 1969 года. Вместе с Льюис на сцене появились легендарный участник *Led Zeppelin* – музыкант Джимми Пэйдж и футболист Дэвид Бекхэм. Далее 7000 китайских актеров показали костюмированное представление.

Украшением церемонии стал дуэт испанского тенора Пласидо Доминго и китайской певицы Сун Цзуин. Вместе они исполнили песню «Пламя любви». Закончилась торжественная церемония продолжительным фейерверком.

### *Борьба с допингом*

Новые правила Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) вступили в действие с момента открытия в китайской столице Олимпийской деревни. На играх тесты на наличие в организме спортсмена запрещённых препаратов могли проводиться несколько раз в день. Нарушителями правил ВАДА считались атлеты, которые дважды пропустили тестирование во время Олимпиады, а также все те, кто игнорировал сдачу анализов в последние 18 месяцев.

### *Допинг-скандалы*

31 июля 2008 года, почти за неделю до открытия игр, Международная Ассоциация легкоатлетических федераций отстранила от участия на Олимпиаде и во всех других спортивных соревнованиях пять российских легкоатлетов – членов олимпийской сборной России. Это Елена Соболева, Дарья Пищальникова, Гульфия Ханафеева, Татьяна Томашова и Юлия Фоменко. Указанная причина – несовпадение ДНК спортсменок в анализах допинг проб 2007 года. За использование допинга была снята с соревнований испанская велогонщица Мария Исабель Морено (положительный результат на эритропоэтин), а северокорейский стрелок Ким Чон Су, был лишён двух медалей в пулевой стрельбе. Украинская спортсменка Людмила Блонская за использование допинга лишена серебряной медали в легкоатлетическом семиборье и отстранена от участия в финале соревнований по прыжкам в длину.

## 1.8 Итоги Олимпиады 2008 г. в Пекине (таблица медалей, список медалистов Республики Беларусь)



Олимпийская сборная Беларуси стала 16-й в официальном общекомандном медальном зачете Игр XXIX летней Олимпиады. Всего в активе наших атлетов в Пекине 19 наград: 4 золотые, 5 серебряных и 10 бронзовых. До этого лучшим суверенным достижением был Сидней-2000: 17 = 3 + 3 + 11. В Атланте-1996 (1 + 6 + 8) и Афинах-2004 (2 + 6 + 7, 26-е место) завоевано по 15 олимпийских медалей. Таким образом, летние Игры-2008 для белорусского государства стали четвертыми и наиболее продуктивными в истории.

### МЕДАЛЬНЫЙ УРОЖАЙ (19) БЕЛОРУСОВ В ПЕКИНЕ

#### ЗОЛОТО

Андрей АРЯМНОВ тяжелая атлетика  
 Оксана МЕНЬКОВА легкая атлетика, молот  
 Андрей и Александр БОГДАНОВИЧИ гребля, каноэ-двойка  
 Ромап ПЕТРУШЕНКО, Алексей АБАЛМАСОВ, Артур ЛИТВИНЧУК,  
 Вадим МАХНЕВ гребля, байдарка-четверка

#### СЕРЕБРО

Андрей РЫБАКОВ тяжелая атлетика  
 Вадим ДЕВЯТОВСКИЙ легкая атлетика, молот  
 Наталья МИХНЕВИЧ легкая атлетика, ядро  
 Андрей КРАВЧЕНКО легкая атлетика, десятиборье  
 Инна ЖУКОВА художественная гимнастика

#### БРОНЗА

Анастасия НОВИКОВА тяжелая атлетика  
 Михаил СЕМЕНОВ борьба греко-римская  
 Екатерина КАРСТЕН гребля академическая  
 Наталья ГЕЛАХ, Юлия БИЧИК гребля академическая  
 Андрей МИХНЕВИЧ легкая атлетика, ядро  
 Иван ТИХОН легкая атлетика, молот  
 Надежда ОСТАПЧУК легкая атлетика, ядро

**Мурад ГАЙДАРОВ** борьба вольная  
**Роман ПЕТРУШЕНКО, Вадим МАХНЕВ** гребля, байдарка-двойка  
**Глафира МАРТИНОВИЧ, Алина ТУМИЛОВИЧ, Ксения**  
**САНКОВИЧ, Зинаида ЛУНИНА, Анастасия ИВАНЬКОВА**  
художественная гимнастика, групповые упражнения

Рекорд установил Китай, завоевавший больше всего медалей: золотых – 51, серебряных – 21, бронзовых – 28 (ровно 100 медалей). На втором месте США:  $110 = 36 + 38 + 36$ , третья Россия:  $72 = 23 + 21 + 28$ . На пьедестал поднимались представители 87 стран. Выступление стран бывшего СССР на XXIX летних Олимпийских играх в Пекине стало самым успешным за все время участия самостоятельными командами. Спортсмены из бывших советских республик завоевали 171 награду (17,8% от общего количества) – 43 золотых, 45 серебряных и 83 бронзовых. Медали завоевали все страны бывшего СССР, кроме Туркменистана.

В 2004 году в Греции на счету сборных стран бывшего СССР было 162 медали – 45 золотых, 52 серебряных и 65 бронзовых (завоевали 10 стран), в 2000 году в Австралии – 163 – 48 золотых, 48 серебряных и 67 бронзовых (13 стран), в 1996 году в США – 123 – 40 золотых, 38 серебряных и 45 бронзовых (11 стран).

### 1.9 Таблица медалей XXIX Олимпиады и ее анализ

#### Медальный зачет (полная таблица медалей Олимпиады в Пекине)

Страна	Золото	Серебро	Бронза	Всего
Китай	51	21	28	100
США	36	38	36	110
Россия	23	21	28	72
Великобритания	19	13	15	47
Германия	16	10	15	41
Австралия	14	15	17	46
Южная Корея	13	10	8	31
Япония	9	6	10	25
Италия	8	10	10	28
Франция	7	16	17	40
Украина	7	5	15	27
Нидерланды	7	5	4	16

Ямайка	6	3	2	11
Испания	5	10	3	18
Кения	5	5	4	14
Беларусь	4	5	10	19
Румыния	4	1	3	8
Эфиопия	4	1	2	7
Канада	3	9	6	18
Польша	3	6	1	10
Венгрия	3	5	2	10
Норвегия	3	5	2	10
Бразилия	3	4	8	15
Чехия	3	3	0	6
Словакия	3	2	1	6
Новая Зеландия	3	1	5	9
Грузия	3	0	3	6
Куба	2	11	11	24
Казахстан	2	4	7	13
Дания	2	2	3	7
Монголия	2	2	0	4
Таиланд	2	2	0	4
Северная Корея	2	1	3	6
Аргентина	2	0	4	6
Швейцария	2	0	4	6
Мексика	2	0	1	3
Турция	1	4	3	8
Зимбабве	1	3	0	4
Азербайджан	1	2	4	7
Узбекистан	1	2	3	6
Словения	1	2	2	5
Болгария	1	1	3	5
Индонезия	1	1	3	5
Финляндия	1	1	2	4
Латвия	1	1	1	3
Бельгия	1	1	0	2
Доминиканская	1	1	0	2

Республика				
Португалия	1	1	0	2
Эстония	1	1	0	2
Индия	1	0	2	3
Иран	1	0	1	2
Бахрейн	1	0	0	1
Камерун	1	0	0	1
Панама	1	0	0	1
Тунис	1	0	0	1
Швеция	0	4	1	5
Литва	0	2	3	5
Хорватия	0	2	3	5
Греция	0	2	2	4
Тринидад и Тобаго	0	2	0	2
Нигерия	0	1	3	4
Австрия	0	1	2	3
Ирландия	0	1	2	3
Сербия	0	1	2	3
Алжир	0	1	1	2
Багамские о-ва	0	1	1	2
Киргизия	0	1	1	2
Колумбия	0	1	1	2
Марокко	0	1	1	2
Таджикистан	0	1	1	2
Вьетнам	0	1	0	1
Исландия	0	1	0	1
Малайзия	0	1	0	1
Сингапур	0	1	0	1
Судан	0	1	0	1
Чили	0	1	0	1
Эквадор	0	1	0	1
ЮАР	0	1	0	1
Армения	0	0	6	6
Тайвань	0	0	4	4
Афганистан	0	0	1	1



Венесуэла	0	0	1	1
Египет	0	0	1	1
Израиль	0	0	1	1
Маврикий	0	0	1	1
Молдова	0	0	1	1
Того	0	0	1	1

Результаты выступлений команд бывших республик СССР в общем зачете (в скобках – место среди всех участников Олимпиады):

- 1 (3). Россия – 23, 21, 28 (72)
- 2 (11). Украина – 7, 5, 15 (27)
- 3 (16). **Беларусь** – 4, 5, 10 (19)
- 4 (27). Грузия – 3, 0, 3 (6)
- 5 (29). Казахстан – 2, 4, 7 (13)
- 6 (39). Азербайджан – 1, 2, 4 (7)
- 7 (40). Узбекистан – 1, 2, 3 (6)
- 8 (45). Латвия – 1, 1, 1 (3)
- 9 (46). Эстония – 1, 1, 0 (2)
- 10 (57). Литва – 0, 2, 3 (5)
- 11 (65). Кыргызстан, Таджикистан – по 0, 1, 1 (2)
- 13 (79). Армения – 0, 0, 6 (6)
- 14 (81). Молдова – 0, 0, 1 (1)

Лучше, чем в Афинах, выступили Украина (было 23 медали), **Беларусь** (15 медалей), Казахстан (8), Азербайджан (5), Узбекистан (5), Грузия (4), Литва (3), Армения (0), Кыргызстан (0), Таджикистан (1), Молдова (0). Меньше наград завоевали Россия (было 92), Латвия (4) и Эстония (3). Без медалей вновь остался Туркменистан.

Удельный вес России в общем количестве медалей, завоеванных странами бывшего СССР, снизился с 56,8% до 42,1%, Украины – вырос с 14,2% до 15,8%, **Беларуси** – с 9,3% до 11,1%, Казахстана – с 4,9% до 7,6%.

#### 1.10 Программа подготовки Республики Беларусь к XXX летним Олимпийским играм 2012 г. в Лондоне

Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 24.03.2009 № 350 «О Программе подготовки белорусских спортсменов к



XXX летним Олимпийским играм 2012 года в г. Лондоне (Великобритания)»

В целях дальнейшего развития летних видов спорта в Республике Беларусь, создания оптимальных условий для целенаправленной подготовки белорусских спортсменов Совет Министров Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить прилагаемую Программу подготовки белорусских спортсменов к XXX летним Олимпийским играм 2012 года в г. Лондоне (Великобритания) (далее – Программа). Министерству спорта и туризма довести Программу до заинтересованных.

2. Рекомендовать облисполкомам, Минскому горисполкому до 1 июля 2009 г. разработать и утвердить региональные планы подготовки белорусских спортсменов к XXX летним Олимпийским играм 2012 года в г. Лондоне (Великобритания).

3. Министерству финансов, Министерству спорта и туризма, облисполкомам и Минскому горисполкому при формировании проектов республиканского и местных бюджетов на очередной финансовый год, а также исполнителям Программы предусматривать выделение в установленном порядке средств на ее реализацию.

Премьер-министр Республики Беларусь С. СИДОРСКИЙ

УТВЕРЖДЕНО

Постановление Совета Министров Республики Беларусь 24.03.2009 № 350.

### **ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ БЕЛОРУССКИХ СПОРТСМЕНОВ К XXX ЛЕТНИМ ОЛИМПЕЙСКИМ ИГРАМ 2012 ГОДА В Г. ЛОНДОНЕ (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ)**

Итоги участия белорусских спортсменов в летних Олимпийских играх свидетельствуют о поступательном развитии спорта высших достижений в Республике Беларусь, укреплении позиций в международном олимпийском движении. Опыт Беларуси в организации подготовки спортсменов высокого класса на основе государственной поддержки используется во многих странах мира.

На современном этапе развития спорта высших достижений отмечается:

рост популярности и авторитета международных спортивных организаций, их влияние на формирование социальной политики в странах мирового сообщества;

обострение конкуренции, основанной на возрастании уровня развития видов спорта и увеличении числа стран-участниц, претендующих на завоевание лидирующих позиций в летних видах спорта;

проявление интереса крупнейших торговых и промышленных организаций, средств массовой информации к установлению партнерских отношений в сфере спорта, формированию инфраструктуры спорта и оказанию спонсорской помощи в подготовке спортсменов к Олимпийским играм, основанного на динамичном росте доходов от спортивных зрелищ и спортивной индустрии;

увеличение доли государственной поддержки в подготовке спортсменов высокого класса и спортивного резерва; принятие действенных мер социальной защищенности и поощрения спортсменов, тренеров и специалистов;

модернизация функционирующих и строительство новых современных спортивных сооружений; рост миграции спортсменов высокого класса в страны, не обладающие высокой конкуренцией в данном виде спорта, а также использование практики подготовки спортсменов в клубных командах стран, преуспевших в создании индустрии конкретного вида спорта; многообразие форм, методов и средств, предлагаемых на рынке спортивных услуг, при повышении значимости научных достижений в процессе подготовки спортсменов высокого класса;

интеграция профессионального спорта в олимпийское движение.

Мировое спортивное движение, составной частью которого является и белорусский спорт, стало одним из самых мощных и массовых международных движений. Олимпийское спортивное сообщество объединяет более 200 стран мира.

Разработка и принятие Программы подготовки белорусских спортсменов к XXX летним Олимпийским играм 2012 года в г. Лондоне (Великобритания) обусловлены: социальной и политической важностью участия белорусских спортсменов в XXX летних Олимпийских играх 2012 года в г. Лондоне (Великобритания), развития спорта высших достижений;

межведомственным характером назревших проблем, требующих неотложного разрешения с участием республиканских органов государственного управления, местных исполнительных и распорядительных органов государственного управления, организаций физической культуры и спорта;

необходимостью укрепления финансовыми ресурсами приоритетности спортивной отрасли. Реализация Программы рассчитана на 2009–2012 годы.

Программа сопряжена с Государственной программой развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2007–2010 годы и

ориентирована на повышение значимости спорта в системе ценностей современной белорусской культуры. В ней определена совокупность экономических, социальных, организационных и иных мер, направленных на развитие спорта высших достижений, сохранение места в числе 20 сильнейших в мировом спортивном сообществе стран.

### **ЦЕЛЬ И ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Цель Программы – обеспечение успешного выступления белорусских спортсменов на играх. Основными задачами Программы являются:

сохранение и развитие потенциала белорусского спорта, укрепление позиций в международном спортивном сообществе; дальнейшее развитие летних видов спорта в Республике Беларусь; повышение уровня научно-методического и медико-биологического обеспечения подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта к участию в играх, чемпионатах мира, Европы и других крупнейших международных соревнованиях;

достижение последовательного роста спортивных результатов членов национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта на основных международных соревнованиях 2009–2012 годов и Играх;

повышение роли и ответственности федераций (союзов, ассоциаций) по виду (видам) спорта за итоги их деятельности по развитию соответствующих видов спорта; совершенствование технологий, форм и методов подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров; превышение достигнутых результатов белорусской команды на XXIX летних Олимпийских играх 2008 года в г. Пекине (Китайская Народная Республика).

### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Для достижения поставленной цели и создания эффективной основы развития спорта в последующие годы необходимо усилия республиканских, местных исполнительных и распорядительных органов государственного управления, организаций физической культуры и спорта сосредоточить на:

интенсивном развитии стратегических «медалеемых» видов спорта (легкая атлетика, плавание, гребля академическая, гребля на байдарках и каноэ, единоборства, тяжелая атлетика, гимнастика спортивная), а также видов спорта, имеющих традиционно высокие достижения на мировой арене (гимнастика художественная, велоспорт, современное пятиборье, стрельба пулевая, теннис, теннис настольный); совершенствовании многоуровневой системы организационного и материально-технического обеспечения процесса подготовки к Играм путем включения в индивидуальный план подготовки и план ресурсного обеспечения

спортсмена позиций финансового, научного, медицинского и иного обеспечения с привлечением средств территориальных и ведомственных организаций физической культуры и спорта; создании единой государственной системы научно-методического и медико-биологического обеспечения национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта с реализацией на практике фундаментальных и прикладных научных исследований в области спорта высших достижений, направленных на всестороннее обеспечение подготовки к олимпийским играм, чемпионатам и кубкам мира и Европы;

постоянном повышении на основе принципов управления тренировочным процессом квалификации главных и старших тренеров, иных специалистов национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта, тренеров-преподавателей (учителей по спорту), работающих на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства; оснащении спортивных сооружений, являющихся основными базами подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта, необходимыми средствами, позволяющими применять современные технологии спортивной подготовки;

сохранении внутренней конкуренции путем поддержки перспективных молодых белорусских спортсменов на этапе их перехода во взрослый спорт, предоставления им равных возможностей использования современных средств подготовки, необходимого объема различных видов соревновательной практики, а также содействия в создании оптимальных социально-бытовых условий;

активизации международной деятельности федераций (союзов, ассоциаций) по виду (видам) спорта.

### **ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ И СБОРНЫХ КОМАНД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ВИДАМ СПОРТА К УЧАСТИЮ В ИГРАХ. КРИТЕРИИ ОТБОРА СПОРТСМЕНОВ ДЛЯ ВКЛЮЧЕНИЯ ИХ В СОСТАВ ДЕЛЕГАЦИИ**

Подготовка белорусских спортсменов к участию в Играх осуществляется в соответствии с моделями, индивидуальными планами подготовки и требованиями, определенными в программах развития видов спорта и подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта на 2009–2012 годы. Определяющим фактором в подготовке спортсменов высокого класса является использование современных научных технологий спортивной тренировки, а также постоянное их совершенствование. Подготовка национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта к участию в Играх включает четыре этапа. Первый этап (2009 год):

выявление по результатам сезона 2009 года наиболее вероятных кандидатов на участие в Играх; утверждение тренерского состава и иных специалистов для работы в олимпийском цикле 2009–2012 годов; согласование и утверждение планов подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта, индивидуальных планов белорусских спортсменов;

привлечение к централизованной подготовке и участию в международных соревнованиях белорусских спортсменов – кандидатов на участие в Играх.

Второй этап (2010 год):

создание в национальных и сборных командах Республики Беларусь по видам спорта трехкратного резерва спортсменов, способных претендовать на 1–8-е места на чемпионатах Европы, мира и Играх;

формирование, развитие и совершенствование специальной подготовленности спортсменов – физической, технико-тактической, психологической, функциональной, достижение индивидуальных прогнозных параметров;

поиск и «апробирование» оптимальных составов национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта.

Третий этап (2011 год):

формирование, развитие и совершенствование основных характеристик подготовленности белорусских спортсменов, реализация максимальных функциональных возможностей в соревновательной обстановке; моделирование соревнований с учетом временной и климатической адаптации; уточнение состава наиболее вероятных кандидатов на участие в Играх.

Четвертый этап (2012 год):

формирование уточненного плана подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта на заключительном этапе;

определение стартового состава спортсменов; сосредоточение материально-технических, медико-биологических и финансовых ресурсов на обеспечении подготовки и достижения максимально возможных спортивных результатов;

обеспечение олимпийской делегации; достижение высшего уровня соревновательной готовности на играх. Все этапы подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта включают следующие мероприятия: дифференцированное с учетом специфики вида спорта применение новейших прикладных методик научно-методического контроля за подготовкой спортсменов, повышение их работоспособности и восстановления;



участие спортсменов – кандидатов в олимпийскую команду в главных международных соревнованиях сезона, достижение прогнозных спортивных результатов;

выполнение индивидуальных контрольных нормативов; уточнение состава наиболее вероятных кандидатов в олимпийскую команду;

содействие в решении социальных и бытовых вопросов спортсменов, получивших допуск на право участия в Играх.

Основными критериями отбора белорусских спортсменов для включения в состав Олимпийской делегации являются выполнение олимпийского квалификационного норматива, установленного международными спортивными организациями, и достижение прогнозного уровня спортивной подготовленности. Отбор и формирование состава спортсменов для участия в играх реализуются на основе основополагающих принципов: равные для всех условия, объективность и гласность.

### **НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Основополагающей задачей подготовки спортсмена высокого класса является использование современных научных технологий спортивной тренировки, а также постоянное их совершенствование. Для достижения максимального эффекта в ходе решения основополагающей задачи необходимо:

разработать и реализовать на практике результаты фундаментальных и прикладных научных исследований в области физической культуры и спорта, направленных на всестороннее обеспечение подготовки к Играм, чемпионатам, кубкам мира и Европы; определить оптимальные пути, средства и методы раскрытия резервных возможностей организма спортсмена и внедрить их в практику подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта;

повысить результативность взаимодействия отраслевой и вузовской науки;

создать на базе высших учебных заведений региональные научные центры и (или) группы и сосредоточить их работу на научно-методическом обеспечении подготовки спортсменов, а также решении региональных проблем физической культуры и спорта; создать комплексные научные группы по видам спорта для эффективного научно-методического, медико-биологического и информационного обеспечения подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва;

обеспечить белорусских спортсменов – кандидатов на участие в Играх персонифицированной, научно обоснованной методикой подготовки для достижения пика спортивной формы на олимпийских стартах с учетом климатической и временной адаптации. Внедрение в практику подготовки

национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта современных научных технологий спортивной тренировки предполагается осуществить в форме постоянно действующего семинара, а также в ходе обучения в учебном центре подготовки, повышения квалификации и переподготовки кадров «Высшая школа тренеров» учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

### **ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ ПРОГРАММЫ**

Основными источниками финансирования мероприятий Программы являются средства республиканского бюджета.

Кроме того, на финансирование мероприятий Программы будут привлекаться средства местных бюджетов, внебюджетных и собственных средств организаций физической культуры и спорта, иных организаций, осуществляющих деятельность в сфере физической культуры и спорта, а также инновационных фондов, инвесторов, Белорусской республиканской национальной спортивной лотереи «Суперлото», фонда олимпийской солидарности и других международных спортивных организаций. Объемы капитальных вложений и перечень объектов, строительство или реконструкция которых финансируются из бюджета, уточняются ежегодно в соответствии с Государственной инвестиционной программой на соответствующие годы.

### **ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО И КОНТРОЛЬ ЗА ХОДОМ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Достижение целей и выполнение задач Программы обеспечивается путем реализации комплекса мероприятий согласно приложению 2, а также мероприятий, утвержденных в рамках областных и г. Минска планов подготовки белорусских спортсменов к Играм. Исполнителями Программы являются Министерство спорта и туризма, Министерство здравоохранения, Министерство иностранных дел, Министерство информации, Министерство образования, Министерство обороны, облисполкомы, Минский горисполком, Национальный олимпийский комитет, Федерация профсоюзов Беларуси, республиканское государственно-общественное объединение БФСО «Динамо», федерации (союзы, ассоциации) по виду (видам) спорта.

Региональные планы разрабатываются на основании Программы с учетом состояния развития спорта высших достижений и подготовки ближайшего спортивного резерва национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта и реализуются путем взаимодействия соответствующих управлений, комитетов, отделов облисполкомов и Минского горисполкома, районных и городских

исполнительных комитетов, организаций физической культуры и спорта, осуществляющих деятельность в пределах соответствующих административно-территориальных единиц. Региональные планы утверждаются облисполкомами и Минским горисполкомом по согласованию с Министерством спорта и туризма. Государственный заказчик Программы – Министерство спорта и туризма обеспечивает координацию деятельности исполнителей Программы, осуществляет контроль за ходом ее реализации и выполнением региональных планов. Исполнители Программы ежегодно до 15 февраля представляют Министерству спорта и туризма информацию о ходе ее выполнения а также региональных планов. Министерство спорта и туризма ежегодно до 1 марта представляет в Совет Министров Республики Беларусь отчет о ходе реализации Программы.



## ГЛАВА 2

### АНТИЧНЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (776 Г. ДО Н.Э.) И ИХ ВОЗРОЖДЕНИЕ В СОВРЕМЕННОЙ ИСТОРИИ (1896–1924 гг.)

Существует множество легенд о том, как начиналась история Олимпийских игр в глубокой древности. Одна из них заслуживает особого внимания, которая изложена в «Метаморфозах» Овидия.

Пелопс, после того, как царь Трои Ил завоевал его родной город Сипил, вынужден был покинуть свою родину, и отправился морем к берегам Греции. На южном побережье Греции он остановился на полуострове и остался на нем жить. С этих пор полуостров стал называться Пелопоннесом. В один прекрасный день увидел Пелопс невиданную красавицу Гиподамию, которая была дочерью Эномая, царя Писы, города, который располагался на северо-западе Пелопоннеса, в долине реки Алфей. Пелопс естественно влюбился в красавицу и решил просить у царя ее руки.

Однако возникли непредвиденные трудности – оракул предсказал Эномаю гибель от руки мужчины, который будет мужем дочери. Чтобы не допустить этого Эномай решил, что лучше его дочери вообще не иметь мужа. Однако как реализовать этот план? Трудно отказывать всем претендентам на ее руку, ведь его дочь – красавица. Очень много знатных и достойных женихов просило руки красавицы-царевны. Отказывать всем без причины Эномай не мог и придумал условие: он даст согласие на свадьбу Гиподамии в лишь в том случае, если жених победит его в состязании на колеснице, но если жених не победит – то заплатит своей жизнью. Во всей Греции не было равных Эномаю в искусстве управлять колесницей, да и кони его были быстрее ветра.

Много женихов приходило во дворец Эномая, не боясь за свою жизнь, лишь бы получить в жены прекрасную Гиподамию. И всех их убил Эномай, а чтоб неповадно другим было приходиться свататься, прибил головы погибших к дверям дворца. Но это не остановило Пелопса. Он решил быть хитрым и коварным, чтобы обмануть жестокого правителя Писы. Тайно договорился Пелопс с возничим Эномая Миртилом о том, чтобы тот не вставлял чеку, удерживающую колесо на оси колесницы.

Перед началом состязаний Эномай, уверенный, как всегда, в успехе, предложил Пелопсу начать гонку в одиночестве. Колесница жениха срывается с места, а Эномай не спеша приносит жертву великому громовержцу Зевсу, и только после этого бросается вдогонку.

Вот уже колесница Эномая достигла Пелопса, уже чувствует сын Гангила горячее дыхание коней царя Писы, он оборачивается и видит, как царь с торжествующим смехом замахивается копьём. Но в этот момент

колеса с осей колесницы Эномая соскакивают, колесница опрокидывается, и жестокий царь замертво падает на землю.

С торжеством возвратился Пелопс в Пису, взял в жены прекрасную Гиподамию, завладел всем царством Эномая и в честь своей победы устроил в Олимпии спортивный праздник, который решил повторять раз в четыре года. Такова легенда о зарождении Олимпийских игр, которая затем вошла в историю и навечно осталась в умах человечества всех времен.

Летописные страницы свидетельствовали о том, что даже непримиримые враги откладывали в сторону оружие и со всех концов Греции направлялись в Олимпию. Именно во время этих «длительных маршей» до места соревнований атлеты различных государств чувствовали общность одной идеи и к ним приходило сознание национального единства.

Участники Игр должны были не менее десяти месяцев готовиться, ежедневно упражняясь, и за месяц проходили испытания. Многие в Олимпию шли пешком или плыли морем. После 98-й Олимпиады утвердили девиз: «Победа в Олимпии добывается не деньгами, а быстротой ног и крепостью тела». В то же время победитель получал пожизненную пенсию, бронзовый щит и т.п.

Была проявлена забота и о будущем поколении. Четвертый день полностью отдавался в распоряжение детей, где дистанции были в два раза меньше, чем у взрослых. К сожалению, в наши дни эта традиция не была поддержана МОК.

Технологию тренировки и искусства соревнований во многом определяли народные пристрастия. Так, больше всего греки любили тех, кто побеждал не грубой силой, а мастерством, искусством. Примером в 1 веке н.э. был Меланком из Кари, боксер, у которого блестящей была защита. Он мог продержаться на ринге час, два и даже три, не позволяя сопернику наносить удары и изматывал его.

В 1889 г. Пьер де Кубертен выступает с предложением возродить Олимпийские игры древности и в этих целях рассылает во все страны вопросники (образовательная сторона идеи проведения Игр), в которых интересуется методикой преподавания спорта в университетах, колледжах и лицеях. В агитационной поездке по Европе он ратует за идею интернационального спорта, гармоничного развития человека. По его разумению недостатки считались столь же постыдными, как и изъяны в интеллектуальном образовании. Его идея – превратить первые Игры на родине Олимпиад 1886 г. в праздник мира, когда позорно не поражение от соперников, а не участие в Играх, к счастью в большинстве своем, превратилась в реальность.

Олимпиады – крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования современности, которые проводятся каждые четыре года.

Традиция, существовавшая в древней Греции, в конце XIX века были возрождена французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем. Олимпийские игры, известные также как Летние проводились каждые четыре года, начиная с 1896, за исключением лет, пришедших на мировые войны.

Античные Олимпийские игры Древней Греции представляли собой религиозный и спортивный праздник, проводившийся в Олимпии. Сведения о происхождении игр утеряны, но сохранилось несколько легенд, описывающих это событие. Первое документально подтверждённое празднование относится к 776 до н. э., хотя известно, что игры проводились и раньше. На время проведения игр объявлялось священное перемирие. В это время нельзя было вести войну, хотя это неоднократно нарушалось.

Олимпийские игры существенно потеряли своё значение с приходом римлян. После того, как христианство стало официальной религией, игры стали рассматриваться как проявление язычества и в 394 н. э. они были запрещены императором Феодосием I.

Возрождение Олимпийской идеи все же произошло.

Она и после запрета античных состязаний не исчезла совсем. Например, в Англии в течение XVII века неоднократно проводились «олимпийские» соревнования и состязания. Позже похожие соревнования организовывались во Франции и Греции. Тем не менее, это были небольшие мероприятия, носившие, в лучшем случае, региональный характер. Первыми настоящими предшественниками современных Олимпийских игр являются «Олимпии», которые проводились регулярно в период 1859–1888 годов. Идея возрождения Олимпийских игр в Греции принадлежала поэту Панайотису Суцосу, воплотил её в жизнь общественный деятель Евангелис Запас.

В 1766, в результате археологических раскопок в Олимпии, были обнаружены спортивные и храмовые сооружения. В 1875 археологические исследования и раскопки продолжились под немецким руководством. В то время в Европе были в моде романтически-идеалистические представления об античности. Желание возродить олимпийское мышление и культуру распространилось довольно быстро по всей Европе. Французский барон Пьер де Кубертен (фр. Pierre de Coubertin) сказал тогда: «Германия раскопала то, что осталось от древней Олимпии. Почему Франция не может восстановить старое величие?».

По мнению барона Пьера Кубертена, именно слабое физическое состояние французских солдат стало одной из причин поражения французов в Франко-прусской войне 1870–1871. Он стремится изменить положение с помощью улучшения физической культуры французов. Одновременно с этим, он хотел преодолеть национальный эгоизм и

сделать вклад в борьбу за мир и международное взаимопонимание. «Молодежь мира» должна была мериться силами в спортивных состязаниях, а не на полях битв. Возрождение Олимпийских игр казалось в его глазах лучшим решением, чтобы достичь обеих целей.

На конгрессе, проведённом 16–23 июня 1894 в Сорбонне (Парижский университет), он представил свои мысли и идеи международной публике. В последний день конгресса (23 июня) было принято решение о том, что первые Олимпийские Игры современности должны состояться в 1896 году в Афинах, в стране – родоначальнице Игр – Греции. Чтобы организовать проведение Игр, был основан Международный олимпийский комитет (МОК). Первым президентом Комитета стал грек Деметриус Викелас, который был президентом до окончания I Олимпийских Игр 1896 года. Генеральным секретарём стал барон Пьер де Кубертен.

Первые Игры современности прошли действительно с большим успехом. Несмотря на то, что участие в Играх принял всего 241 атлет (14 стран), Игры стали крупнейшим спортивным событием, прошедшим когда-либо со времён Древней Греции. Греческие официальные лица были так довольны, что выдвинули предложение о «вечном» проведении Игр Олимпиады на их родине, в Греции. Но МОК ввёл ротацию между разными государствами, чтобы каждые 4 года Игры меняли место проведения.

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
I	1896	Афины	Греция
II	1900	Париж	Франция
III	1904	Сент-Луис	США
IV	1908	Лондон	Великобритания
V	1912	Стокгольм	Швеция
VI	1916	Берлин	Германия
VII	1920	Антверпен	Бельгия
VIII	1924	Париж	Франция

После первого успеха, олимпийское движение испытало первый в своей истории кризис. Игры 1900 в Париже (Франция) и Игры 1904 в Сент-Луисе (штат Миссури, США) были совмещены со Всемирными выставками. Спортивные соревнования тянулись месяцами и почти не пользовались интересом у зрителей. В Играх в Сент-Луисе участвовали почти только американские спортсмены, так как из Европы добраться через океан в те годы было очень сложно по техническим причинам.



На Олимпийских играх 1906 в Афинах (Греция) вновь вышли на первое место спортивные соревнования и результаты. Хотя МОК первоначально признавал и поддерживал проведение этих «промежуточных игр» (всего через два года после предыдущих), сейчас эти игры не признаются олимпийскими. Некоторые спортивные историки считают игры 1906 спасением олимпийской идеи, так как они не дали играм стать «бессмысленными и ненужными».

Принципы, правила и положения Олимпийских игр определены Олимпийской хартией, основы которой утверждены Международным спортивным конгрессом в Париже в 1894, принявшим по предложению французского педагога и общественного деятеля Пьера де Кубертена решение об организации игр по образцу античных и о создании Международного олимпийского комитета (МОК).

Согласно хартии игр Олимпиады «объединяют спортсменов-любителей всех стран в честных и равноправных соревнованиях. По отношению к странам и отдельным лицам не допускается никакой дискриминации по расовым, религиозным или политическим мотивам» игры проводятся в первый год олимпиады (4-летнего периода между играми). Счёт олимпиадам ведётся с 1896, когда состоялись первые Олимпийские игры (I Олимпиада – 1896–1899). Олимпиада получает свой номер и в тех случаях, когда игры не проводятся (например, VI – в 1916–1919, XII – 1940–1943, XIII – 1944–1947). Символ Олимпийских игр – пять скреплённых колец, символизирующих объединение пяти частей света в олимпийском движении, т. е. олимпийские кольца. Цвет колец в верхнем ряду – голубой для Европы, чёрный для Африки, красный для Америки, в нижнем ряду – жёлтый для Азии, зелёный для Австралии. Помимо олимпийских видов спорта, организационный комитет имеет право по своему выбору включить в программу показательные соревнования по 1–2 видам спорта, не признанным МОК. Место проведения Олимпиады выбирает МОК, право их организации предоставляется городу, а не стране. Продолжительность не больше 15 дней (зимних игр – не больше 10).

Олимпийское движение имеет свои эмблему и флаг, утвержденные МОК по предложению Кубертена в 1913. Эмблема – олимпийские кольца. Девиз – *Citius, Altius, Fortius* (быстрее, выше, сильнее). Флаг – белое полотнище с олимпийскими кольцами, с 1920 поднимается на всех Играх.

Теперь расскажем о непосредственных участниках Олимпийских игр, которые вошли в историю как настоящие Герои. Ими гордятся соотечественники за их великие спортивные достижения на заре возрождения Олимпиад. Ими гордится все человечество, так как они оставили в наследство последующим поколениям лучшие черты, присущие Человеку. Это умение побеждать не только за счет феноменальных

физических способностей, спортивного мастерства и огромной воли к победе, но и за счет их умения выстроить более совершенную систему тренировки, которая на один-два уровня качественно выше предыдущих технологий, обеспечивших успех победителям прежних Олимпиад.

Среди победителей первых Олимпиад по праву следует выделить венгра Альфреда Хайоша, который в холодной ледяной воде в борьбе с 4-х метровыми волнами в открытом море, выиграл соревнования по плаванию. Он устоял и среди оковеневших пловцов опередил всех. Эта победа вдохновила его на разработку и постройку доселе невиданного крытого бассейна у себя на родине. Будучи редактором первой в Венгрии спортивной газеты, он постоянно пропагандировал олимпийское образование и спорт и с недоброжелателями спорта вел бескомпромиссную борьбу. На следующей Олимпиаде в 1900 г. произвел «переворот» в технике барьерного бега американец Алвин Кренцлейн (четыре золотые медали), когда стал «перешагивать» барьеры. Эта техника мало чем изменилась впоследствии, выросла лишь скорость преодоления барьеров.

Забавен случай с американским дискоболом Робертом Гэрретом. Задолго до Олимпиады в книжке он увидел нарисованный диск, которым пользовались античные метатели. Он изготовил его по собственным чертежам и стал тренироваться. Приехав на Олимпиаду, он обнаружил, что «его» диск намного тяжелее стандартного. Однако это как раз и помогло ему стать чемпионом. Таким образом, был впервые применен так называемый метод сопряженного воздействия – работа с утяжеленными снарядами.

Успех у публики вызвали соревнования в необычных видах водных состязаний: заплыв на 60 метров под водой и на 200 м с препятствиями – преодоление сцепленных бочек на отметках 50, 100 и 150 м. Однако эти виды не прижились впоследствии. В настоящее время это больше похоже на прикладное плавание среди военнослужащих.

Неизмеримо много сделал для своей страны Кубы фехтовальщик Ромон Фост. В его активе звание олимпийского чемпиона по шпаге, рапире, в командных соревнованиях. Он выступал успешно до 56 лет. Разносторонность его спортивных увлечений удивляла: 44 медали за победы по стрельбе, боксу, велогонкам. Он был активным пропагандистом среди молодежи. По его стопам пошло огромное количество одаренных молодых людей.

Удивительную семейственность продемонстрировали в 1908 году в Лондоне отец и сын Сваны из Швеции, став чемпионами в стрельбе в составе одной команды. Николай Панин более чем убедительно обыграл всех в фигурном катании, в дальнейшем до 56 лет успешно выступал и побеждал на многих международных турнирах по стрельбе. Свои взгляды

на тренировку он изложил в диссертации в 1938 году. Он в совершенстве владел немецким, французским и английским языками. Перевел много научных трудов по спортивным наукам. Он был настоящим пропагандистом олимпийского образования и спорта для России.

Поучительная история произошла с американской командой, которая добиралась до столицы Олимпийских игр (Лондон) на пароходе в 1912 году. Так, метатели на каждой стоянке загружались снарядами-камнями в полном объеме, а в процессе плавания на пароходе метали их прямо в океан. Не случаен был их успех на Олимпиаде. Особенно отличился Ральф Роуз, завоевавший в разное время три золотые награды в толкании ядра. Его мировой рекорд продержался 19 лет. Спортсмен много времени уделял физической подготовке и как гимнаст работал легко на перекладине (вес свыше 100 кг), он делал упор на одновременную выработку быстроты, резкости движений, ловкости в благоприятных эмоциональных ситуациях. Чего стоят только броски снарядов в океан. Роуз значительно опередил своими современными взглядами на спортивную технологию, которая еще была в «зародыше».

Величайший десятиборец своего времени Джим Торп, набравший больше очков чем победители последующих Олимпиад вплоть до 1924 года, был необычайно разносторонен в своих спортивных и бытовых увлечениях. Очень любил футбол, баскетбол, бейсбол, лякросс, плавание, легкую атлетику. Но больше всего – объезжать диких пони и бегать с ними наперегонки. В наши времена такой методический прием называют бег за лидером.

Буквально случай привел юношу с Гавайских островов Дока Кахакамаду в мир плавания. Офицеры ВМС США, расквартированные на острове, привезли его в Америку. В дальнейшем он покорила плавательный мир такой отточенной техникой кроля, которая до него не существовала. Он стал легендарным пловцом: выиграл Олимпиаду и до 1920 года был вне конкуренции. Было такое впечатление, что этот юноша родился в воде.

К Олимпийским играм в Берлине (1916 г.) основательно готовилась Россия. Известного пропагандиста олимпийских идей А.Д. Макферсона пожаловали орденом Святого Станислава 3-й степени. Это была первая в России награда за спортивные успехи и пропаганду олимпийского образования. Популяризации Олимпийских игр в России послужил выпуск серебряного значка с изображением бегуна с оливковой ветвью и надписью: Олимпийские игры 1916 г.

Знаменательное событие произошло и в мире – на пост президента вновь вернулся Пьер де Кубертен. Он переехал в Лозанну (Швейцария) до конца своих дней.



В Антверпене (1920 г.), где советские спортсмены не участвовали, впервые была произнесена олимпийская клятва и над стадионом реял флаг с пятью переплетенными кольцами – как символ пяти континентов.

Среди олимпийцев заметно выделялись здоровяки финны. Их отбор в метания проходил целенаправленно среди преимущественно дровосеков, которые отличались физическими качествами и крупным телосложением. Поэтому, не случайно финны завоевали три золотые награды в легкоатлетических метаниях. Почти научный отбор в сборную команду. Однако он не был замечен специалистами и принят на вооружение. Вообще финны подошли к Олимпийским играм избирательно. Упор ставился на инициативные группы, которые пропагандировали отдельные виды спорта. Так, выбор пал и на бегунов на длинные дистанции. Среди них оказался и прославивший Финляндию на весь мир бегун Пааво Нурми и четырехкратный олимпийский чемпион Ханнес Колехмайнен. Последнему на родине поставили отлитый из бронзы памятник. Они были достойны подражания для молодежи во многих поколениях. В этом как раз и состоит суть и содержание олимпийского образования. Когда великие спортсмены и правительство, народ едины в своих стремления возвеличить родину спортивными успехами и обеспечить преемственность.

Впоследствии пять золотых медалей завоевал Пааво Нурми в 1924 г. в Париже. Его соотечественник Вилле Ритола выиграл 4 золотые и две серебряные медали. Он также жил и трудился в сельской местности вблизи леса. Будучи мальчишкой, развил до совершенства физическую выносливость. Чего стоят его ежедневные переходы с дровами из леса на ферму. Затем соревновался с лошадьми наперегонки и после этого плавал в озере. Расслаблялся и чувствовал себя вновь свежим и бодрым. Переехав в Америку, он не изменил своей традиции и после беговой нагрузки заканчивал тренировку в бассейне. Сейчас также популяризируют плавание после физической нагрузки, тем самым выгоняя шлаки и совершенствуя произвольное расслабление скелетных мышц. Но первопроходцем оказался финн Вилле Ритола. Его спортивные увлечения в таком неординарном сочетании явились прорывом в технологии спортивной тренировки и поддержали его здоровьесберегающие кондиции.

В своем послании к олимпийцам (ввиду болезни) в 1928 г. Пьер де Кубертен призвал, чтобы все, от юноши до зрелого человека, культивировали и доносили до других истинный спортивный дух и общности рыцарского беспристрастия.

Американка Элизабет Робинсон выиграла бег на 100 м. Эту 16-летнюю школьницу заметил учитель, когда она догоняла автобус. Ее талант был настолько очевиден, что буквально несколько месяцев хватило до установления мирового рекорда. Такие таланты появляются крайне редко. Обычно до олимпийских вершин проходят годы.

Кстати, именно на этой Олимпиаде ученые искали «критерии талантов» среди участников. Измерялись длина рук и ног, размеры груди, талии, бицепсов, а также использовались специальные тесты. В обследовании участвовало около трех тысяч спортсменов. Самым «идеальным» по этим критериям оказался канадец Перси Уильямс – победитель в беге на 100 и 200 м.

### ГЛАВА 3

## ДОВОЕННЫЕ ОЛИМПИАДЫ. ВЫДАЮЩИЕСЯ АТЛЕТЫ XIX ВЕКА: ПЛОВЕЦ ДЖОННИ ВЕСМЮЛЛЕР (ТАРЗАН) И ЛЕГКОАТЛЕТ ДЖЕССИ ОУЭНС

Перечислим время и место проведения довоенных Олимпиад:

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
IX	1928	Амстердам	Нидерланды
X	1932	Лос-Анджелес	США
XI	1936	Берлин	Третий рейх

С Амстердамской Олимпиады (1928 год) начинается новая церемония – зажжение огня в Олимпии от солнца. Она никогда не нарушалась.

Интересна биография легендарного пловца американца Джонни Весмюллера (Тарзана). На его счету 5 золотых олимпийских наград. Он установил 24 мировых рекорда, которые были побиты через 17 лет. В детстве он был хилым, болезненным мальчиком и до 11 лет не умел плавать, а затем очень быстро превратился в настоящего физически окрепшего гиганта. Спортсмен придерживался доселе не применяемой никем методики. Он тренировал только «ноги», держась руками за доску с такой целью, чтобы освоить великолепный стиль работы ног чемпиона V и VI Олимпиад Дока Кахакамаду. Добившись успеха, он в дальнейшем совмещал работу ног с руками и в течение следующего часа тренировки только руки. Для этого помещал ноги в резиновую трубку. А затем приспособили этот стиль к его индивидуальным особенностям. В 1950 году 250 спортивных журналистов мира назвали его «лучшим пловцом полувека». К феноменальным успехам привело его постоянное творчество в методике тренировки и эксперимента. Прекрасные физические данные, выносливость и большая работоспособность помогли этому.

На Олимпиаде 1932 г. в спринте первенствовали американцы. Все же полячка Станислава Волосевич выиграла 100 м с новым мировым рекордом. Интересно, что ей в возрасте 37 лет удалось выиграть чемпионат США в трех дисциплинах, через пять лет победила в пятиборье.

Триумфом закончился бег на 10 000 м ее земляка Януша Кусочиньского, он стал чемпионом Олимпиады. Он мог бы выиграть и две следующие Олимпиады, но помешала война. В 1940 году он был расстрелян фашистами.

В 1936 году в Берлине в спринте и в прыжках в длину негритянский спортсмен Джесси Оуэнс был на голову сильнее всех. Всю свою жизнь

Джесси все выполнял легко и играючи, казалось, что он ничего не делает в полную силу. И это при наличии великолепной мускулатуры и удивительном самообладании. Заметим, что в методике тренировки великих спринтеров всегда присутствовал фактор «стимуляции» в виде соревнований с лошастью. Для Оуэнса это было любимым занятием. После завершения Олимпиады он заработал 2000 долларов, соревнуясь в показательном беге с лошастью. Это принцип «плей-оффа», когда подбирается противник посильнее.

В параде искусств на Олимпиаде бронзовой медали по литературе был удостоен известный польский писатель Ян Парандовски за книгу «Олимпийский диск», где герои – участники Олимпиад в Древней Греции.

Международный олимпийский комитет планировал провести XII Олимпиаду в 1940 г. в Токио (Япония) или в Хельсинки (Финляндия). В связи с этим решением было начато строительство Олимпийского стадиона. Началом строительства стадиона принято считать 11 декабря 1927 года, когда под эгидой городских властей Токио был основан фонд, призванный собрать средства для строительства спортивной арены, способной принять Летние Олимпийские игры. Строительство стадиона было продолжено с 12 февраля 1934 года по 12 июня 1938 года. Стадион готовился принять XII Олимпийские игры 1940 года, от проведения которых Токио отказался из-за участия Японии во Второй японско-китайской войне. Однако, Игры были окончательно отменены МОК по причине начала Второй мировой войны.

## ГЛАВА 4 ПОСЛЕВОЕННЫЕ ОЛИМПИАДЫ (1948–1976 гг.)

Перечислим время и место проведения послевоенных Олимпиад:

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
XIV	1948	Лондон	Великобритания
XV	1952	Хельсинки	Финляндия
XVI(5)	1956	Мельбурн	Австралия
XVII	1960	Рим	Италия
XVIII	1964	Токио	Япония
XIX	1968	Мехико	Мексика
XX	1972	Мюнхен	ФРГ
XXI	1976	Монреаль	Канада

На Олимпиаде в Лондоне в 1948 году лучшей спортсменкой признана голландка Фани Бланкерс Кун, завоевавшая четыре золотые награды в беговых видах. Это поистине уникальная спортсменка. Таких рождаются единицы. Их талант лежит за пределами человеческих возможностей. В эти годы еще существовала возможность побеждать за счет уникальных физических способностей. Сейчас это большая редкость. К примеру, в Лондоне француженка Мишлин Остер Майер завоевала четыре медали: метание, длина, толкание ядра и прыжки в высоту. Любопытное сочетание. На современном этапе развития спорта такое практически невозможно. Поэтому в те годы технологии спортивной тренировки в большинстве своем строились на принципе комплексного развития двигательных способностей. К этому были все основания. Так, например, стадион «Уэмбли» был тогда стадионом для собачьих бегов и футбола. Поэтому техника бега должна была быть приспособленной к тяжелому грунту, что возможно лишь физически одаренным атлетам. Более технически подготовленные спортсмены, но уступающие им физически, как правило проигрывали.

В Хельсинки в 1952 году дебютировали советские спортсмены. Особенно их успехи были впечатляющими в легкоатлетических метаниях. Это заслуга отечественной школы метания.

Потрясающая история у Виктора Чукарина. После войны он не мог ни разу подняться на турнике. Это было той мотивацией, что заставило его трудиться не жалея себя. Кроме того, он оказался мудрым, расчетливым стратегом. Он добился безупречной техники исполнения



комбинаций за счет большого количества их повторений. Поэтому и стал абсолютным чемпионом Олимпиады в гимнастике.

Прыжки в длину выиграла полька Эльжбета Кшесиньска с новым мировым рекордом.

Школа метания в СССР по-прежнему не давала сбоев, так как шла по пути совершенствования индивидуальных особенностей и приспособления их к технике метаний. Особенно у женщин. Наивысшего успеха достигли женщины по метанию диска: золото – Нина Ромашкова, серебро – Елизавета Багрянцева, бронза – Нина Думбадзе. Соревнования по метанию копья также подтвердили прекрасную подготовку спортсменов СССР, занявших со второго по четвертое места.

В боксе в сборной команде СССР были выделены такие приоритеты в методике тренировки, как скорость, маневр, изучение сильных и слабых сторон соперников. Результат – три золотые медали (Сафронов, Енгибарян, Шатков).

1965 год олицетворяет собой новый этап в развитии международных Олимпийских соревнований. Игры впервые в истории были организованы в южном полушарии на Австралийском континенте. В 17 видах спорта было разыграно 145 комплектов медалей. Было установлено 77 олимпийских рекордов. Владимир Куц (СССР) улучшил олимпийский рекорд на 10000 метров, кроме того он завоевал золотую медаль в беге на 5000 метров. Тамара Тышкевич улучшила Олимпийский рекорд в толкании ядра. Успех советской команды закрепили футболисты, которые в последний день Олимпиады в финале обыграли сборную Югославии.

В Риме в 1960 году лучшим спортсменом планеты признан Юрий Власов (штанга). Он отличался гармоническим развитием и присутствием разносторонних талантов: мыслитель, философ, с мощным интеллектом. Он добился невозможного – его отполированная техника венчает феноменальную силу. Пять золотых наград – это прорыв в технологии тренировки и физического совершенствования.

«Черная газель» Вильма Рудольф выиграла три золотые медали в спринте. Она родилась двадцатым ребенком в нищете. В детстве ее левая нога оказалась парализованной и до 6 лет она не ходила. На обе ноги она встала в 11 лет. Любимым упражнением для нее был «баскетбол» с мяшечиками. Причем на равных. А по координации она их даже превосходила. А по скорости перемещений по площадке это был мистеркласс. С такой базовой подготовкой можно было выходить и на бетонную дорожку.

Игры Олимпиады в Токио 1964 года подтвердили одну из ведущих ролей боксеров Польши, завоевавших три золотые, одну серебряную и три бронзовые медали. Особенно выделился мастерством Юзеф Грудзень. Его



труду и неиссякаемой энергии удивлялся сам «папа Штамм», легендарный тренер по боксу.

Новыми звездами Олимпиады стали тяжелоатлет Леонид Жаботинский (штанга) и Валерий Попенченко (бокс), великолепные тактики с хитроумными замыслами.

Первая в истории золотая медаль 16-летней Галины Прозуменщиковой в брасе послужила своеобразным толчком для массового развития плавания в СССР.

Следует выделить знаковую победу в марафоне Абебе Бикила из Эфиопии. Сочетание гор и долин на практике определили его «философию» беговой подготовки. Иногда он забегал выше облаков вместе с овцами, которых пас. Бегал от одного пастбища к другому на огромных предгорных пространствах в поисках свежей травы для овечьей отары. Значительно позже этот эффект стал традиционным элементом подготовки будущих олимпийцев на выносливость. Его стали планировать с целью раскрытия резервных возможностей человеческого организма.

Третью Олимпиаду подряд выиграл в метании диска Альфред Ортэр, который вошел в историю как атлет только «Олимпийских игр», к которым разрабатывал специальные программы подготовки, существенно отличавшиеся друг от друга.

Метание молота убедительно выиграл белорус Ромуальд Клим. Он не отличался телосложением метателя, но техника его была просто совершенна. Его «точечные» далекие броски свидетельствовали о его собранности на результат.

Показательно, что с 1960 года заявила о себе школа прыгунов в высоту с тренером-экспериментатором В.М. Дьячковым. Новая технология подготовки отличалась от традиционной американской тем, что силовой подготовке было уделено приоритетное внимание. Вся ее суть сводилась к тому, что она осуществлялась сопряженно с технической.

С Токийской Олимпиады начался «взлет» минчанина Александра Медведя. Это было характерно для всей школы борцов-вольников. Их достижение – 14 медалей. В команде также успешно внедрялся опыт сопряженного воздействия. Борьба становилась массовым видом спорта в СССР. На героев Олимпиады равнялась молодежь. У нее были свои кумиры. В плане разработок новых более совершенных технологий выигрышно выглядит абсолютная чемпионка Олимпиады по гимнастике Вера Чаславская из Чехословакии. В ее программе было много сверхсложных элементов.

Были по достоинству оценены усилия правительства Японии в подготовке и проведении Игр. Ему было вручено два кубка: 1) за заслуги в успешной подготовке Игр»; 2) за усилия, прилагаемые в течение пяти лет до начала Игр.

Игры в Мехико 1968 года в условиях 2240 м над уровнем моря называли состязанием физиологов и спортивных врачей. Это было то, что каждый день делал легендарный Абебе Бикила, когда пас овечьи отары. Не подготовленные к новым условиям спортсмены потерпели фиаско. Зато те, кто заранее изучил «предгорный» механизм воздействия на человеческий организм, успешно спланировали период акклиматизации и обеспечили наивысшую готовность к показу высоких результатов.

Румынская дискоболка Лия Манолиу участвовала пять раз на Олимпиадах. Это был «мировой» рекорд с начала современных Игр по количеству участия в Олимпиадах на уровне олимпийских наград. Ее творческая заслуга состояла в том, что к каждой Олимпиаде в методику тренировки вносились коррективы с учетом возраста, состава соперников и новых современных требований. Технология тренировки по своей сути была всегда «ресурсной». В итоге в Мехико она завоевала золотую медаль.

Выше человеческих возможностей следует признать феноменальный прыжок в длину на 8 м 90 см Боба Бимона (США). Этот результат воистину пример удивительного сочетания спортивного дарования, идеальных условий соревнований, наивысшей спортивной формы, везения и «вдохновения».

Новую страницу в технике прыжков в высоту приоткрыл чемпион Олимпиады Ричард Фосбюри (США), избравший новый стиль прыжка — спиной через планку. В настоящее время иного способа практически не существует. Таким образом, в этом виде стали господствовать скорость, быстрая сила в отталкивании и ловкость в полетной фазе. Естественно, в методику тренировки были внесены существенные изменения.

Несомненно героем Олимпиады стал американский дискобол Алфред Ортэр, завоевавший на Играх четвертую золотую медаль. Новая технология — в длительном марафоне участия в Играх на протяжении 20 лет. Как правило, после каждой Олимпиады он прекращал активно заниматься метаниями, а соревновался в бейсболе и американском футболе. За два года до Игр он применял свою систему подготовки как «страус в песке», ожидая своего часа. На Олимпиадах он также в первых попытках показывал довольно скромные результаты, а в последних двух «собирался» и «выстреливал» как правило лучшим результатом среди участников. Это вносило панику в их ряды и они не находили достойного ответа дерзкому противнику.

Следует отметить вторую золотую медаль подряд белорусского борца-вольника Александра Медведя. В бойцовском стиле с поломанным шипцем не дал никаких шансов соперникам.

Новую схему тренировки придумал чемпион Олимпиады Иштван Козла (Венгрия) в классической борьбе. Будучи тяжеловесом он тренировался в основном с полутяжеловесами (облегченный вариант).

Причем, они постоянно менялись. Сам четыре периода подряд, а партнеры – по одному. Система тренировки была направлена на ведение преимущественно быстрого темпа схватки и на скоростно-силовую выносливость. Потрясающе его антропометрические данные для борца: рост – 198 см., вес – 140 кг и обувь – 50 размера.

Поляк Ежи Кулей выиграл Олимпийские игры по боксу. В тяжелом весе победил Джорд Формен (США). Через три года он стал абсолютным чемпионом среди профессионалов и победил самого Мохаммеда Али. Его история – рекорд спортивного долголетия в одном из тяжелейших видов спорта. Через 20 лет он нашел в себе силы вернуться на ринг и стать самым сильным боксером планеты.

Чемпионом в личном первенстве по фехтованию на саблях стал польский ветеран Ежи Павловский, уникальный спортсмен, участник пяти Олимпиад. Он сочетал в себе интеллект и бойцовский характер, тонкую стратегию ведения поединка. По профессии был юристом.

Для Вольдемара Башановского (Польша) Олимпиада в Мехико была третьей подряд. Несмотря на то, что он с семьей попал в автомобильную катастрофу (погибла жена, а он с сыном получил тяжелые увечья), она нашел в себе силы вернуться на тяжелоатлетический помост и стать победителем Олимпиады. Велика была его сила духа и несгибаемая воля. Впоследствии легенда тяжелой атлетики Василий Алексеев назвал его лучшим штангистом мира и «профессором» штанги. Отметим его склонность к научному анализу. Его знания всегда воплощались в спортивную практику и приносили успех, особенно на Олимпийских играх.

В гимнастике не было равных китайцам. Введя в свои программы «ультрагимнастику» со сложнейшими элементами (Аникори, Накаяма, Савао Като) они были не достигаемы для соперников. Тем буквально нечем было ответить на их дерзкий вызов в стиле «цирковой» гимнастики. Зато это прекрасно заметили судьи.

Отметим пловца из ГДР Роланда Маттеса (спина). Еще в школе на уроках по плаванию он «скользил по воде словно перышко». Этот стиль он сохранил и в дальнейшем. Добавилась физическая мощь, а воли ему было не занимать. Это был яркий пример генетической предрасположенности к плаванию. Здесь он получал все эмоции, которых ему не хватало в повседневной жизни. Он плавал естественно, так же естественно, как другие ходят по земле.

В Мюнхене в 1972 году была впервые нарушена монополия на победу американских спринтеров. Валерий Борзов дважды отпраздновал победу в беге на 100 и 200 м. Его неспециализированная тренировка до 15 лет проходила в основном вне стадиона в различных условиях местности. Поэтому без специальной подготовки он показал в беге на 100 м 10,5 с. Единство его взглядов на тренировки с новым тренером, специалистом-

биологом, позволили оптимизировать тренировочные нагрузки с учетом особенностей его организма. Борзов – спринтер новой формации. Его девиз – не бегать бесцельно. Он вечно был в поиске. В содружестве с тренером В.В. Петровским он впервые научно обосновал модель мастерпринта по параметрам тренировочных нагрузок (с использованием математических расчетов).

Следует особо выделить земляка В. Борзова метателя молота Анатолия Бондарчука, который завоевал золотую награду. Разработанный им метод оптимального регулирования сильных, средних и слабых раздражителей (применительно к броскам молота) стал темой его кандидатской диссертации и обеспечил ему «прорыв» в технологии тренировки на долгие годы. По своей сути это был экспериментатор экстракласса. Впоследствии свои научные «открытия» он представил в докторской диссертации. Следует говорить о школе метателей молота А. Бондарчука, через которую прошло не одно поколение его учеников и последователей (в том числе в Белоруссии и Польше).

Крупного успеха добилась женская легкоатлетическая команда ГДР, выигравшая в 14 видах, особенно в спринте. Такое могло случиться лишь на основе разработки и внедрения в тренировочный процесс инновационных технологий. В ее сути лежит принцип постепенного освоения соревновательного темпа бега. Главное, этот темп не снизить ни при каких обстоятельствах тренировочного бега. Конечно, за счет пробегания дистанции несколько короче основной. С тренированностью длина ее доводится (например, в беге на 400 м) до 350 м., а последующие 50 м не осваиваются – делается акцент на мобилизацию волевых качеств в условиях естественной спортивной борьбы с соперницами.

С большим преимуществом были завоеваны олимпийские золотые медали в толкании ядра и метни диска представительницами СССР Н. Чижовой и Ф. Мельник. Они заметно выделялись быстротой движений и отточенностью техники, хотя и по силе не уступали соперницам. Это была школа известного в мире тренера В.И. Алексева.

В боксе законодателями моды стали кубинские спортсмены, среди которых выделялся фаворит-тяжеловес Теофило Стивенсон. В основе его победных боев изящная игровая манера ведения боя, его скорость передвижения и скорость удара были похожи на атаку «змеи». Да и от природы он был физически одарен. По праву он стал обладателем кубка Пила Баркера.

Александр Медведь завоевал третью подряд золотую медаль в тяжелой борьбе. Он всегда верил в себя и свою победу, умел бороться до конца. Для этого у него было все: природная координация движения, высокий рост, поистине бойцовский характер, мгновенная реакция, поджкость легковеса, удивительная выносливость и «железная хватка».



В штанге выделим победы советского богатыря Василия Алексева и поляка Зигмунда Смальцежа в наилегчайшем весе, продолжателя «чемпиона всех чемпионов» профессора штанги Вольдемара Башановского.

Лучшим саблистом стал белорус Виктор Сидяк. Елена Белова завоевала третью золотую медаль.

В плавании 17 золотых медалей из 29 возможных завоевали пловцы США. Среди них Марк Спитц – 7 золотых медалей. Это рекорд всех Олимпиад. Однако репутация сильнейшего пловца мира была серьезно подмочена его стремлением заработать «коммерческим плаванием» и рекламным бизнесом. То, что он действительно фантастический пловец 20-го века, Спитц подтвердил в 42 года, когда «чуть-чуть» не попал в олимпийскую команду через двадцать лет – на Игры 1992 года.

В Монреале (1976 г.) Виктор Санеев выиграл свою третью подряд Олимпиаду в тройном прыжке.

Новые нетрадиционные подходы к управлению тренировочным процессом в период подготовки к Олимпийским играм были взяты на вооружение сборной командой СССР по метанию молота. Автор этих идей А. Бондарчук завоевал бронзовую медаль, а его ученик Ю. Седых занял первое место на пьедестале почета.

В беге на 400 м с новым мировым рекордом победила Ирена Шевиньская из Польши. На четырех Олимпиадах выдающаяся польская спортсменка, ставшая впоследствии магистром экономики, завоевала 3 золотые, 3 серебряные и 2 бронзовые награды. С 1998 года она является членом МОК и неустанно пропагандирует олимпийские принципы у себя на родине. Благодаря ее непреклонному авторитету многие молодые люди потянулись к спорту, загорелись олимпийскими идеями и получили олимпийское образование.

Семь штангистов из сборной СССР во главе с Василием Алексевым завоевали золотые медали. Среди них белорус Валерий Шарий.

Новый «силовой» стиль исполнения комбинаций в гимнастике принес лавры румынской гимнастке Наде Команеч. В ее известной композиции были три ударных элемента «ультраси». Она сделала вызов законодателям мод – гимнастам-мужчинам из Китая по количеству сверхсложных элементов. И это при ее прекрасной психологической устойчивости. У мужчин китайские гимнасты вынуждены были пропустить советского лидера Николая Андрианова. Его кредо: непринужденный, играющий стиль с чисто артистической легкостью. Пик его спортивной формы пришелся как раз на июль в Монреале и свидетельствовал о готовности номер один.

**ГЛАВА 5**  
**ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ВОСЬМИДЕСЯТЫХ–ДЕВЯНОСТЫХ**  
**ГОДОВ ДВАДЦАТОГО ВЕКА**  
**(1980–1996 гг.)**

Перечислим время и место проведения Олимпиад 80–90 годов:

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
XXII	1980	Москва	СССР
XXIII	1984	Лос-Анджелес	США
XXIV	1988	Сеул	Респуб. Корея
XXV	1992	Барселона	Испания
XXVI	1996	Атланта	США

В Москве на Олимпиаде 1980 года кубинцы в боксе вновь продемонстрировали свое абсолютное преимущество – 6 золотых медалей. Во главе с Теофило Стивенсоном. Это была его третья подряд победа. Поражал его бешеный ураганный стиль в завершающих стадиях. Да и все кубинцы отличались напористостью и типично силовым стилем ведения поединка. В их методике много чего было нового, а именно: боксирование с гантелями в руках, поддержание бешеного темпа, увеличение раундов в тренировках – от трех до семи. Опять выделим преимущество метода сопряженного воздействия, но с «кубинской изюминкой» – в бешеном темпе и в конце раундов.

12 золотых, 3 серебряных и 2 бронзовые медали получили советские борцы. Именно на этот период отметим всплеск научных исследований в стране по видам борьбы вслед за легкоатлетами. И опять достойное место в них заняла теория и практика сопряженной тренировки.

Преимущество успехов в гимнастике в победах над китайцами успешно продемонстрировал россиянин Александр Дитятин.

Минчанин Владимир Парфенович в гребле на байдарках выиграл три золотые награды.

Прыгун с шестом из Польши Владислав Козакевич установил мировой рекорд и завоевал золото.

В прыжках в высоту чемпион Монреаля поляк Яцек Вшола завоевал серебро, достойно проиграв новой звезде из ГДР мировому рекордсмену Герду Вессигу. Последний использовал методику тренировки десятиборцев в прямом и переносном смысле. Тем самым он устранил «слабые» места в физической и координационной подготовленности и



обеспечил надежный фундамент для развития необходимой ему прыжковой силы.

По-прежнему школа метателей молота в СССР была ведущей, а ее лидер Юрий Седых победил с новым мировым рекордом.

Отметим «взлет» советской школы плавания (7 золотых, 7 серебряных и 3 бронзовые медали) во главе с лучшим пловцом Олимпиады – Владимиром Сальниковым, который завоевал три золотые медали.

В Лос-Анджелесе (США) в 1984 году не приняли участия в Играх команды СССР, ГДР, Болгарии, Польши, Венгрии, Кубы, Чехословакии, Монголии, Вьетнама, КНДР, Лаоса, Афганистана и Эфиопии по политическим мотивам.

Среди достижений Олимпиады следует отметить выдающийся результат (четыре золотые медали) в спринте и в прыжках в длину Карла Льюиса (США). До 15 лет он не выделялся ростом, а затем стал быстро расти. Даже пришлось ходить с костылями, чтобы тело «не уставало».

По достижениям на одной Олимпиаде он сравнялся с легендарным Джесси Оуэнсом в 1936 году.

Значительный «скачок» в мировом рекорде в спринте обеспечила американка Эвелин Эшворд, доведя его до «мужских стандартов» – 10,76.

В Сеуле (Южная Корея) в 1988 году белорусский боксер Олег Янковский впервые в этом виде спорта завоевал золотую медаль.

Советские борцы вновь оказались сильнейшими. Это был результат хорошо отработанной и научно обоснованной технологии подготовки к Олимпийским играм. Среди них был поистине уникален Сергей Белоголов, завоевавший вторую золотую медаль.

Легендарный Александр Карелин только начинал свой длинный «золотой» путь в греко-римской борьбе. В этом виде борьбы золото завоевал белорус Камандар Манджидов и поляк Анджей Вроньский.

В гимнастике белорусские спортсменки также завоевали золото – Светлана Богинская (спортивная) и Марина Лобач (художественная).

В беге на 100 м, в прыжках в длину вновь лучшим стал Карл Льюис. Он смог довести мировой рекорд до 9,92.

Сказала свое веское слово советская школа прыгунов с шестом, остальные разделили серебро и бронзу. Сергей Бубка радикально изменил тактику выступления на мировых форумах. Двумя-тремя попытками он решал судьбу первого места, как правило, на уровне мировых рекордов, 35 раз он устанавливал мировые рекорды, 6 раз выигрывал чемпионат мира. В 1999 году он стал членом МОК.

В сверхтяжелом весе в соревнованиях штангистов победил Александр Курлович. Тем самым он начал достойный отсчет победителей-белорусов в виде спорта, который дает право выявлять самых сильных людей планеты.

## ГЛАВА 6 ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ В НОВОМ ТЫСЯЧЕЛЕТИИ (2000–2008 гг.)

Перечислим время и место проведения послевоенных Олимпиад:

<i>Игры</i>	<i>Год</i>	<i>Место</i>	<i>Страна</i>
XXVII	2000	Сидней	Австралия
XXVIII	2004	Афины	Греция
XXIX	2008	Пекин	КНР
XXX	2012	Лондон	Великобритания
XXXI	2016	Рио-де-Жанейро	Бразилия

В Австралии в 2000 году на Олимпиаде в качестве почетных гостей были приглашены 100-летний Чарльз Манс (ветеран-спортсмен, участник 1-й мировой войны) и 95-летняя Эдит Робинсон, участница Игр в 1928 г. Первый символизировал процесс перехода от войны к миру, а вторая – как свидетельница Олимпиады начала и конца 20-го века.

Вновь в боксе осталась незыблемой школа представителей Кубы (6 медалей), а Феликс Савон стал трехкратным победителем Игр. У России 5 медалей. Их атлет Олег Сaitов выиграл вторую золотую медаль и получил Кубок Вилла Баркера как самый техничный боксер.

В женской гимнастике произошел нелепый случай, когда для прыжков «коня» установили на 5 см ниже нормы. Из-за этого многие пострадали. Претендентка на золотую медаль в многоборье россиянка Светлана Хоркина также упала. Однако никто не понес наказания, списали на невезество организаторов.

Интересна информация о победителе в беге на 200 м греке Константиносе Кендерисе. У него одна нога значительно короче другой и он носит стельку.

Роберт Корженевский из Польши сделал дубль в спортивной ходьбе. Он победил на 20 и 50 км. Это невероятный случай на Олимпиадах, когда побеждают на длинных дистанциях спортивной ходьбы. Ведь «золотого» дубля пришлось ждать целых 80 лет.

Метание молота выиграл поляк Симон Циолковский. Сказались совместные тренировки белорусских и польских метателей, где поляки не только научились соперничать с более именитыми соперниками, но и побеждать.

Уникальным спортивным дарованием отличалась американка Мэрион Джонс, когда завоевала 3 золотые и 2 бронзовые награды в спринте, эстафете и в прыжках в длину.

Эллина Зверева (диск) и Янина Корольчик (ядро) из Белоруссии добились побед в этих сложных видах метаний. Тем самым подтвердилось мнение о том, что в Белоруссии сформировалась передовая школа метателей не только молота, но и метателей диска и толкателей ядра. Их появление на Олимпе не единичное явление. Буквально в спину им дышат землячки, попавшие в олимпийские финалы.

Карстен Екатерина Анатольевна – участница четырех подряд Олимпиад, двукратная олимпийская чемпионка (золото – 1996 и 2000 гг.; серебро – 2004; бронза – 1992 и 2008 гг.) в академической гребле (одиночка)

#### Академическая гребля

Бронза	Барселона 1992	Четвёрка парная
Золото	Атланта 1996	Одиночка
Золото	Сидней 2000	Одиночка
Серебро	Афины 2004	Одиночка
Бронза	Пекин 2008	Одиночка

Екатерина Анатольевна Карстен, урождённая Ходотович, родилась 2 июня 1972, деревня Осечино Крупского района Минской области. Первая и единственная двукратная олимпийская чемпионка (1996, 2000) в истории независимой Белоруссии; 6-кратная чемпионка мира (1997, 1999, 2005–2007, 2009) в гребле на одиночке. Заслуженный мастер спорта СССР (1992). С 1997 года живёт в Германии: в Потсдаме, в настоящее время – в Кёльне.

Тренеры: 1987–2003 – Анатолий Квятковский; с 2003 г. – Норберт Ладерманн (Германия)

Академической греблей занимается с 1987 года. Как вспоминал Анатолий Квятковский, он разослал приглашения в районные спорткомитеты Минской области с целью найти рослых школьников, желающих заниматься этим видом спорта – и из Крупского района получил ответ.

Первый крупный успех пришёл в 1990 году – тогда Екатерина стала чемпионкой мира среди юниорок, выполнив норматив мастера спорта. В финальном заезде победительницу определил фотофиниш – разрыв с болгаркой Румяны Нейковой составил 0,01 с. В том же году Екатерина заняла второе место на чемпионате СССР.

В 1991 году Ходотович стала 3-кратной чемпионкой СССР и бронзовым призёром чемпионата мира в двойке (с украинкой Сарией Закировой). В 1992 году четвёрка, составленная Квятковским – Екатерина Ходотович, Антонина Зеликович, Татьяна Устюжанина, Елена Хлопцева – завоевала бронзовую медаль Олимпийских игр, оказавшуюся единственной медалью Объединённой команды в академической гребле.

В независимой Белоруссии неудачи пары Ходотович – Хлопцева, дефицит сборов и инвентаря заставили Екатерину рассматривать предложение о переезде в Россию. После вмешательства гостренера Валерия Гайдук с Ходотович был заключён контракт, по которому ей были предоставлены условия для подготовки – в ответ ставилась задача попасть в шестёрку. 7-е место на чемпионате мира 1995 года.

Перед Олимпийскими играми 1996 года фаворитами считались канадка Силкен Лаумани и датчанка Трине Хансен. Выиграв предварительный заезд, Ходотович попала в один полуфинал с Лаумани. Как позже вспоминала Екатерина, по совету тренера она, когда канадка сделала финишное ускорение, пропустила ту вперёд, имитировав усталость. В финале же Ходотович за 250 м до финиша начала финишный спурт, оказавшийся для Лаумани полной неожиданностью, и выиграла больше корпуса лодки (2,94 с).

В 1997 году Ходотович была безоговорочным лидером – она выиграла все гонки, включая этапы Кубка мира и чемпионат мира.

В 1998 года она вышла замуж за немецкого бизнесмена Вильфрида Карстена, с которым познакомилась в 1995 году во время сборов в Бресте; 9 мая родила дочь Александру.

Получила награды: орден Отечества I степени, орден Отечества II степени, орден Отечества III степени, Орден Почета, медаль «За трудовые заслуги», почётная грамота Верховного Совета Республики Беларусь.

Дальше всех метнула молот (71,16 м) 17-летняя надежда Польши Камилла Сколимовская, поддержав золотой успех своего соотечественника Симона Цюлковского. Это тот случай, когда мужчины и женщины идут в одном направлении, перенимают лучшее друг от друга и не уступают в значимости завоеванных наград.

В плавании бесспорным фаворитом стал австралиец Иан Торп, завоевавший три золотые медали с новыми мировыми рекордами. Три золотые награды у Лени Крейзельбурга (США). Этот еврейский юноша из Одессы после приезда в США американизировался, но сохранил черты, присущие русской нации: трудоспособность (умение выкладываться на тренировках), «упертость».

В стрельбе из произвольной винтовки победила чемпионка Атланты Ренити Мауэр-Розанка из Польши.

В прыжках на батуте (новый вид программы) российские акробаты А. Москаленко и И. Караваева удивили ошеломляющими прыжковыми комбинациями со сверхсложностью упражнений и филигранной техникой и были вне конкуренции. Школа батутистов из России всегда была законодателем мод в мире. Белорусы завоевали в Сиднее 25 медалей, из них три золотые.

Олимпийские игры в Афинах в Греции (2004 г.) для Республики Беларусь знаменательны выдающимся историческим подвигом Юлии Нестеренко, которая в отличном стиле победила на самой престижной легкоатлетической дистанции – беге на 100 метров. Спортивный мир был в шоке после финиша на этой дистанции. Впереди чернокожих выдающихся легкоатлетов-спринтеров (Вильямс из США – 10,96 и Кэмпелл из Ямайки – 10,97), как правило, законодателей мод на быстротечных дистанциях, оказалась белокурая девушка из Белоруссии – 10,93.

Анализируя стремительный взлет на олимпийскую вершину Юлии Нестеренко следует отметить два момента. Первый – ее убедительная победа во всех предварительных и финальных стартах Олимпиады. Второй – она превосходила афроамериканских представительниц в мощности и элегантности бега – главных козырях сильнейших бегуний на 100 м. Почему такое могло случиться? Сплоченная команда ее методического обеспечения (сама Юлия, тренер, врач) своевременно поняли основную причину выдающихся достижений негритянских атлетов в спринте. Она была на виду у всех, так как все без исключения победители прежних Олимпиад (мужчины и женщины) отличались атлетическим телосложением и мощностью бега на дистанции. Это относилось и к победителям юношеских и юниорских мировых форумов, где также первенствовали представители американского континента и они также отличались безукоризненной атлетической подготовкой.

В процессе преолимпийской подготовки к Афинам в тренировочном процессе Юлии Нестеренко был сделан акцент на силовую подготовку. Спортсменка не стремилась к показу максимальных силовых достижений на тренировках. Большой объем силовой работы был направлен, прежде всего, на развитие силовой выносливости в структуре бегового шага. Одно из упражнений Юлии был бег с «колесом» на буксире, при выполнении которого никогда спортсменка не стремилась выполнять его на максимальной скорости. В арсенале силовых упражнений были упражнения, нацеленные на сбалансированное соотношение в развитии мышц-антагонистов разгибателей и сгибателей бедра, голени и туловища. К таковым были отнесены: глубокие приседания со штангой, тяга бедром отягощения вверх и на длину бегового шага, педалирование «стопами», выжимание штанги лежа на спине, тяговые, рывковые и собственно-силовые упражнения. Поэтому, к моменту основных стартов, в Афинах



Юлия практически не отличалась от чернокожих спортсменок – лидеров мирового спринта по типу телосложения. И что особенно важно, этот фактор положительно отразился на мощности ее беговых движений.

Вообще, в спринте в Афинах были показаны выдающиеся достижения, превзошедшие прежние олимпийские. Так, американцы Гэтлин и Крафорд показали результаты в беге на 100 и 200 метров соответственно 9,85 и 19,49 секунды. Это были типичные представители американской школы спринта.

К выдающимся достижениям следует отнести победы в 10-борье и 7-борье венгра Романа Себри и шведки Каролины Люфт (соответственно 8893 и 6952 очков), которые были лучшими олимпийскими достижениями за все времена.

В метании молота победила россиянка Ольга Кузенкова с мировым рекордом – 75,02, а в прыжках в высоту россиянка Елена Слесаренко покорила рубеж 2,06 м.

Вторую золотую медаль для команды Республики Беларусь завоевал Игорь Макаров (дзюдо, вес до 100 кг).

Олимпиада в Афинах для нашей команды сложилась не совсем удачно: 2 золотые медали; 6 серебряных и 7 бронзовых. На «пороге» к бронзовым наградам споткнулось 14 спортсменов – «клад» неиспользованных возможностей.

Олимпийские игры в Пекине (Китай) в 2008 году были самыми выдающимися по спортивным достижениям. В том числе и для белорусской команды.

К «феноменам Пекина» следует отнести:

1) Сборная команда Китая в итоге Олимпиады завоевала 50 золотых медалей;

2) «Юность» китайских спортсменок поразила любителей спорта. Как минимум двум олимпийским чемпионкам в гимнастике не более 14 лет;

3) Выдающийся пловец из США Майкл Фелпс завоевал 8 золотых наград на Играх. Он стал первым в истории 14-кратным олимпийским чемпионом с установлением семи мировых рекордов. Поразительно, что подвиг Майкла чем-то напоминают «плавники». Это факт свидетельствует о приспособлении мышечной системы опорно-двигательного аппарата спортсмена к водной среде;

4) Тому, что сделал Усейн Болт, аналогов нет. Будто играючи он внес коррективы в представления о возможностях человека. Усейн перед стартом в беге на 100 м забыл завязать шнурки на шиповках. Это не помешало ему играючи пробежать стометровку за 9,69, хотя на финише он сбавил темп бега, как-бы занимаясь «самолюбованием». Такие таланты как Усейн Болт и Майкл Фелпс рождаются один раз в столетие;



5) В прыжках с шестом Елена Исинбаева в 24-й раз взлетела над планкой с новым мировым рекордом (5,05) и доказала, что она остается непревзойденной королевой этого коварного вида. Секрет ее успеха заложен в классической формуле, на которую она ссылается: сила – скорость – техника. Только после ее отработки, начинается уровень реализации спортивного результата – с июня по август (вплоть до Олимпиады 2008);

6) Появление новых имен олимпийских чемпионов, добившихся выдающихся результатов на Играх. К таковым следует отнести также белорусских спортсменов. В тяжелой атлетике Андрей Арямнов потряс своим спокойствием и уверенностью. В результате – три мировых рекорда и долгожданное золото;

7) Броском молота на 76,34 Оксана Менькова завоевала олимпийское золото и попутно обновила рекорд Игр. Тем самым была продолжена «золотая традиция» белорусских молотобойцев – Ромуальда Клима и Василия Руденкова. Тренер Оксаны Валерий Воронцов своевременно напомнил ей, что ее земляк из Кричева серебряный призер Олимпийских игр Михаил Кривонос метал молот свободно, расслабленно, с большой амплитудой. Посмотрев старые кинокольцовки, убедившись в этом, Оксана Менькова осознанно перешла на перспективный стиль метания. В результате этого личный рекорд Оксаны вырос порядка двух метров. После своей победы она заявила журналистам, что ехала в Пекин за «золотом»;

8) Олимпийская регата на канале Шуньи вынесла белорусских гребцов на байдарке и каноэ на самый гребень пекинской волны. Выдающиеся выступления белорусской эскадры под предводительством Владимира Шантаровича принесла национальной команде 2 золотые и одну бронзовую медали. «Олимпиониками» стали: Андрей и Александр Богдановичи (каноэ-двойка на 1000 м); Роман Петрушенко, Алексей Абалмасов, Сергей Литвинчук и Вадим Махнем (байдарка-четверка на 1000 м). Петрушенко и Махнев на следующий день завоевали бронзовую медаль на 500-метровой трассе.

Следует отметить, что достижения белорусских гребцов в последние годы закономерно связывают с блестящим научно-методическим обеспечением (руководитель научной лаборатории д.п.н., профессор Гомельского государственного университета им.Ф. Скорины Г.И. Нарский) национальной команды по гребле. Успех заложен в тесном содружестве научного и тренерского коллективов единомышленников. Спортсмены на момент обследования получают полную информацию о состоянии их организма и научно обоснованные рекомендации по коррекции тренировочной нагрузки. Особенно перспективно выглядят

рекомендации по психологической подготовке и по физической нагрузке (биохимические методы исследования).

В аналогичном «ключе» работают специалисты по тяжелой атлетике. Их система подготовки общепризнанна в мире. Не случайно в национальной команде на смену выдающимся известным мастерам штанги приходят новые личности, достижения которых позволяют им претендовать на пьедестал самых престижных в мире соревнований (в том числе Олимпийских игр 2012 года).

В легкоатлетическом турнире отличился воспитанник гомельского наставника Ивана Гордеенко – Андрей Кравченко, ставший серебряным призером в десятиборье. Этот вид в Республике Беларусь имеет давние славные традиции, успешно функционирует национальная школа по легкоатлетическим многоборьям. На этот раз на горизонте появился новый молодой лидер десятиборья из «гомельской» школы, который реально претендует на олимпийское золото в Лондоне.

#### **Сведения о выдающемся атлете современности – восьмикратном чемпионе Олимпийских игр в плавании американце Майкле Фелпсе**

Майкл Фелпс (Michael Fred Phelps) родился в 1985 году в Балтиморе, штат Мериленд, в семье полицейского Фреда Фелпса и его супруги, учительницы Дебби Фелпс. Плаванием Майкл начал заниматься, последовав за своими старшими сестрами Уитни и Хилари. Со своим тренером Бобом Боумэном (Bob Bowman), приведшим его впоследствии к великим спортивным вершинам, будущий чемпион познакомился еще в детстве, и тот сумел увидеть в Майкле огромный потенциал.

На Олимпиаде в Сиднее в 2000 году Фелпс стал самым юным в истории членом американской олимпийской сборной, хотя тогда ему и не удалось поставить рекордов.

Первый мировой рекорд был поставлен Майклом Фелпсом в 2001 году – тогда он стал автором мирового рекорда на дистанции 200 метров баттерфляем. 2002 год принес новые рекорды – на дистанции 400 метров комплекс, на 100 метров баттерфляем и 200 метров смешанным стилем. Впрочем, все свои рекорды сам Фелпс успешно некорре и побивал.

Мир узнал о необыкновенном спортсмене в 2004 году – тогда он унес из бассейна олимпийских Афин 8 медалей, 6 из которых были золотыми. Помимо прочего, в Афинах Майкл установил 3 олимпийских рекорда и один мировой.

О феномене Майкла Фелпса заговорили – слишком уверенными выглядели успехи молодого пловца. Впрочем его главные достижения были еще впереди.

Майкл буквально потряс мир на Олимпиаде в Пекине, став безусловным королем бассейна со своими восемью золотыми медалями, почти за каждой из которых стоял и мировой рекорд. Итак, он не дал шанса соперникам на дистанциях 400 метров комплексным плаванием, 200 метров баттерфляем, 200 метров вольным стилем, 200 метров комплексным плаванием, 100 метров баттерфляем, а также в эстафетах 4×100 метров вольным стилем, 4×100 комплексом и 4×200 метров вольным стилем.

А когда смолкли звуки гимна и гром аплодисментов, отовсюду начали раздаваться вопросы: а как можно хотя бы приблизиться к тем результатам, которые показывает Фелпс? Естественно, активно ходили слухи о допинге, при этом достижения Майкла приписывали не собственно допингу, а фармакологическому триумфу – на тот момент, когда антидопинговые комиссии ищут в анализах спортсменов известные препараты, Майкл использует новые, которые еще не попали под микроскоп антидопинговых проб. Впрочем, талант спортсмена, признавали все.

Присмотревшись к пловцу попристальнее, была обнаружена непропорциональность спортсмена, что также пошло для объяснения спортивного феномена. Действительно, при росте 193 см Фелпс имеет размах рук в 201 см, его торс необычайно длинен и тонок для пловца, в то время как ноги очевидно коротковаты. А еще у Фелпса был обнаружен чрезвычайно эластичный голеностоп, позволяющий ему выгибать ступню круче, чем балерины. Говорят, что Майкл потребляет калорий в несколько раз больше, чем обычный человек его комплекции, а его детскими диагнозами были гиперактивность и импульсивность.

Впрочем, с чисто медицинской точки зрения, это, конечно же, не делает Майкла Фелпса мутантом, созданным для собирания золота в олимпийских бассейнах.

За пределами бассейна Фелпс ведет обычную жизнь – занимается с компьютером, играет в игры, смотрит ТВ, слушает музыку и любит проводить свободное время с друзьями.

### Сведения о главном фаворите Олимпиады–2008 Усейне Болте

Усэйн Сент-Лео Болт (Usain St. Leo Bolt) – родился 21 августа 1986 года, в приходе Трелони на Ямайке. Болт является выдающимся

ямайским спринтером, трёхкратным чемпионом мира, а также трёхкратным олимпийским чемпионом. Усейн Болт – действующий обладатель мировых рекордов в беге на 100 метров, с результатом в 9,58 секунд, показанном в Берлине в 2009 году, а также на 200 метров, с результатом в 19,19 секунд, также добытом в немецком городе летом 2009 года. Болт обладатель рекорда в эстафете 4×100 (четыре по сто) метров в составе сборной Ямайки (результат: 37,10 секунд, показанный на Олимпиаде в Пекине в 2008 году). Болт – первый человек в истории лёгкой атлетики, который смог установить мировые рекорды на этих трёх (100, 200, 4×100 метров) дистанциях на одной Олимпиаде. Также стоит отметить, что Усейн является первым человеком со времён Карла Льюиса, победившем на одной Олимпиаде на дистанциях 100 и 200 метров. К внушительному списку наград Болта можно добавить титулы Чемпиона мира 2009 года на дистанциях 100 метров, 200 метров и в эстафете 4×100 метров; звание двукратного серебряного призёра чемпионата мира 2007 года – эстафета 4×100 метров и 200 метров.

Усейн Болт является кавалером ямайского ордена Достоинства, который был вручён спортсмену в 2008 году. Болт был признан лучшим спортсменом и легкоатлетом мира по итогам 2008 года.

Усэйн Болт – анабаптист (анабаптисты – в далеком прошлом участники радикального сектантского движения, выступающие за повторное крещение в сознательном возрасте).

Прозвище спринтера – «молния», которое Усейн получил за своё имя и достижения на спортивном поприще.

Помимо вышеперечисленных спортивных достижений, можно записать в актив Усэйна ещё одну золотую медаль, выигранную в 2003 году на юниорском чемпионате мира по лёгкой атлетике, когда Болт пробежал 200 метров за 20,40 секунд.

В 2004 году Усейн пробежал 200 метров за 19,93 секунды, став первым среди юниоров, пробежавших 200 метров менее чем за 20 секунд. Этим Болт улучшил предыдущий мировой рекорд среди юниоров, который установил Даниэль Лоренцо.

Болт пробежал дистанцию в 200 метров за 19,75 секунды на чемпионате Ямайки 2007 года, превзойдя на 0,11 секунды национальный рекорд, установленный Доном Куорри и державшийся 36 лет. В том же 2007 году, на чемпионате мира по лёгкой атлетике, проходившем в японском городе Осака, Болт завоевал серебро в беге на 200 метров, уступив лишь американцу Тайсону Гейу.

Усейн Болт преодолел дистанцию в 100 метров за 9,76 секунды 3 мая 2008 года. Этот результат стал вторым достижением в истории обновлений. Первый результат был показан соотечественником Болта Алафой Пауэллом. 31 мая, спустя почти месяц, Болт пробежал 100 метров



за 9,72 секунды, установив новый мировой рекорд, побив достижение Асафы Пауэлла – 9,74 секунды. Это произошло на Гран-при Рибок (Reebok) в Нью-Йорке.

16 августа 2008 года Болт выиграл золотую медаль Олимпийских игр, проходивших в Пекине, пробежав 100 метров за 9,69 секунды. При этом, Усейн установил новый мировой рекорд.

20 августа 2008 года Болт выигрывает свою вторую золотую олимпийскую медаль пробежав дистанцию в 200 метров за 19,30 секунд, тем самым побив, казалось бы вечный, мировой рекорд Майкла Джонсона на 0,02 секунды.

22 августа 2008 года Усейн Болт выиграл свою третью золотую медаль на Олимпийских играх в Пекине в эстафете 4×100 метров в составе сборной Ямайки. При этом его команда установила новый мировой и олимпийский рекорды (37,10 секунд).

Болт занимает высшую строчку в рейтинге Международной Ассоциации Федераций Лёгкой Атлетики и дважды был удостоен награды «Восходящая звезда». Ассоциация характеризует его как «будущее бега на 200 метров». Тренером Усэйна является Гленн Миллз. Также, Усейн Болт учится в Технологическом Университете Ямайки.

17 мая 2009 года Усэйн Болт установил новый мировой рекорд на дистанции 150 метров в рамках уличного забега в Манчестере – 14,35 секунд. Предыдущее официально признанное достижение составляло 14,8, которое установил в 1983 году олимпийский чемпион Москвы-1980 итальянец Пьетро Меннеа. Заслуживает внимания тот факт, что забег проходил под проливным дождём. Болт признался, что в такую мокрую и холодную погоду он вынужден был слегка «сдерживать себя». По его словам, он предпочитает не бегать под дождем.

16 августа на чемпионате мира в Берлине на 11 сотых секунды улучшил свой же мировой рекорд в беге на 100 метров, а 20 августа улучшил свой мировой рекорд в беге на 200 метров также на 11 сотых секунды. Президент Международного Олимпийского Комитета (МОК) Жак Рогге назвал Болта феноменом в спорте. «Болт показывает такие результаты, потому что он феномен с точки зрения генетики и строения тела», – добавил Рогге.

16 августа 2008 года ямайский спринтер Усейн Болт побил мировой рекорд в беге на 100 метров (отныне он равняется 9,69 секунды), тем самым улучшив свое же достижение на 0,03 секунды. Это фантастический результат. Его забег стал грандиозным действием не только из-за нового мирового рекорда, но и из-за того, как бежал победитель. Дело в том, что на последних 20 метрах забега Усейн Болт значительно опережал своих ближайших преследователей и главного конкурента Ричарда Томпсона, а потому притормозил и начал празднование своей победы. По окончании

забега вся мировая спортивная общественность обсуждала вопрос: насколько меньше могло бы быть время Усейна Болта, если бы он «не валял дурака» остаток дистанции? Масла в огонь подлил тренер ямайского спортсмена, сообщив, что мировое достижение могло быть не 9,69 с, а 9,52 или даже еще лучше.

Этот вопрос не обошли вниманием и норвежские физики. В своей статье с остроумным названием *Velocity Dispersions in a Cluster of Stars: How Fast Could Usain Bolt Have Run?* («Дисперсия скоростей в звездном кластере: Насколько быстро мог бы пробежать Усейн Болт?») они попытались дать на него ответ. Физики решили выяснить, каким бы был мировой рекорд в беге на 100 м, если бы Усейн Болт не праздновал свой успех оставшиеся 20 метров, а «добросовестно» добежал дистанцию. Авторы изучили около 30 стоп-кадров забега в разные моменты времени ( $t$ ), начиная со старта и заканчивая финишем. Это позволило им определить зависимость положения ( $s$ ) Усейна Болта и Ричарда Томпсона, финишировавшего вторым, от времени, и далее, произведя дифференцирование, получить графики функций скорости  $v(t)$  и ускорения  $a(t)$  для обоих бегунов.

Изучив эти зависимости, можно сделать несколько интересных выводов: а) первые 4 секунды, что соответствует 35 метрам дистанции, показатели Усейна Болта и Ричарда Томпсона практически не отличаются; б) свою победу ямайский спринтер «обеспечил» примерно в интервале 4–8 секунд; в) после 8-й секунды наблюдается заметное уменьшение скорости и ускорения Усейна Болта; г) последние секунды забега Ричард Томпсон продел более мощно, чем победитель.

Таким образом, чтобы установить, каким должен быть гипотетический мировой рекорд, необходимо проанализировать кинематические характеристики бега Усейна Болта после 8-й секунды. Авторы статьи рассматривают два сценария: Усейн Болт на последних метрах своего забега бежал с такой же зависимостью  $a(t)$ , как Ричард Томпсон, либо же профиль графика ускорения от времени у Усейна Болта на  $0,5 \text{ м/с}^2$  выше, чем у Ричарда Томпсона. Почему именно  $0,5 \text{ м/с}^2$ ? Это гипотеза исследователей, которую они аргументирует тем, что Усейн Болт известен прекрасными результатами не только на стометровке, но и на более протяженной дистанции 200 м. Так что  $0,5 \text{ м/с}^2$  кажется реалистичным предположением. Выбрав в качестве начальных условий значения положения и скорости Усейна Болта на 8-й секунде, авторы заново просчитали зависимости  $s(t)$  и  $v(t)$  ямайского спортсмена на оставшемся перед финишем участке дистанции с учетом каждого из двух упомянутых выше возможных сценариев.

Полученные зависимости  $s(t)$  для первого и второго сценария



сравниваются с действительной зависимостью положения Усейна Болта на стометровке от времени. Также приводится аналогичная зависимость для Ричарда Томпсона

Итоговый результат таков. Учитывая погрешности расчета (они составили 5%), получаем, что мировой рекорд мог бы быть  $9,61 \pm 0,04$  с (сценарий 1) или  $9,55 \pm 0,04$  с (сценарий 2). Визуально это означает, что если бы Усейн Болт «уложился» во время около 9,5 секунд, то его преимущество перед соперниками могло бы быть еще более ощутимым.

Интересно, что, по мнению исследователей, мировой рекорд мог бы быть даже не 9,5 секунды, а еще меньше, если бы погода «помогала» ямайцу. Согласно нормам IAAF (легкоатлетической федерации), во время забега допускается скорость попутного ветра не более 2 м/с. А как показывают исследования, попутный ветер «силой» 1 м/с улучшает время пробега 100 метров дистанции на 0,05 с. К сожалению, во время бега Усейна Болта в Пекине наблюдался штиль, иначе мировой рекорд мог бы стать меньше 9,4 с. Так что утверждение тренера ямайского спринтера о возможности еще более впечатляющего мирового рекорда не такое уж и голословное.

Эти расчеты норвежских физиков оказались абсолютно правильными. Усейн Болт в 2009 году несколько раз устанавливал мировые рекорды в беге на 100 метров и в настоящий момент реально претендует на то, чтобы «разменять» 9,6 сек. на столь скоротечной дистанции. Новейшие технологии тренировки, которые в последние годы успешно освоили представители островного государства Ямайка (передовая школа спринта в мире), попали на благодатную почву — уникальное физическое совершенство телодвижений Усейна Болта, который умеет как никто другой «выключать» лишние (нерабочие) группы мышц, максимально расслабляться, используя в полной мере «даровые» (по определению великого советского биомеханика Н.А. Бернштейна) реактивные силы и силы инерции.

#### **Некоторые библиографические данные о Елене Исинбаевой**

Елена Исинбаева — обладательница 27 мировых рекордов! В 2005 году она покорила высоту в 5 метров, является Почётным гражданином Донецка и лучшей спортсменкой 2007 года.

Родилась 3 июня 1982 года в городе Волгограде (Россия). В 1989 году поступила и в 1997 году закончила инженерно-технический лицей. С 1998 по 2000 год училась в училище Олимпийского резерва (УОР), а с 2002 по 2005 — в Волгоградской Государственной Академии физической культуры и спорта, по окончании которого получила диплом преподавателя физической культуры.

Спортивная карьера началась в 1987 году с занятий художественной

гимнастикой у тренеров Александра Ивановича и Марины Михайловны Лизовых. В 1997 году ей было присвоено звание мастера спорта по художественной гимнастике. Многолетнее сотрудничество с тренером Евгением Васильевичем Трофимовым, с которым в ноябре 1997 она начала заниматься прыжками с шестом, продолжалось до ноября 2005 года, и позднее тренировочный процесс продолжился с Виталием Афинясовичем Петровым. С 2009 г. тренером спортсменки является выдающийся атлет современного олимпийского движения Сергей Бубка.

Спортивные награды: 27-кратная рекордсменка мира в прыжках с шестом (5,05 см).

Легкая атлетика. Олимпийские игры. Золото: Афины-2004, Пекин-2008 – шест.

Чемпионаты мира. Бронза: Париж-2003 – шест. Золото: Хельсинки-2005 – шест. Осака-2007 – шест.

Чемпионаты мира в помещении. Золото: Будапешт-2004 – шест. Москва-2006 – шест. Валенсия – 2008 – шест.

Чемпионаты Европы. Серебро: Мюнхен-2002 – шест. Золото: Гётеборг-2006 – шест.

Чемпионаты Европы в помещении. Золото: Мадрид-2005 – шест.

Елена Гаджиевна Исинбаева (3 июня 1982, Волгоград) – российская прыгунья с шестом, заслуженный мастер спорта России. Олимпийская чемпионка 2004 года, обладательница 23-х мировых рекордов в прыжках с шестом среди женщин. 22 июля 2005 года на соревнованиях в Лондоне впервые в истории покорила высоту 5 метров.

Отец Елены – Гаджи Гаджиевич Исинбаев, по национальности – табасаран, мать – русская. В 2006 году Елене Исинбаевой было присвоено звание «Почётный гражданин Донецка». 30 июля 2008 года на очередном этапе серии Супер Гран-при в Монако установила новый мировой рекорд – 5,04 метр.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Белова, Е.Д. Воспитание молодежи в духе олимпизма / Е.Д. Белова // Олимпийские идеалы в жизнь: матер. научн.-практ. конф., посвящ. 45-летию участия белор. спортсменов на Олимпийских играх и 60-летию БГАФК (Минск, 2 окт. 1997 г.). – Минск, 1997. – С.15–20.
2. Бокал, Д.С. Большая олимпийская энциклопедия / Д.С. Бокал. – М. : Эксмо, 2008. – 592 с.
3. Гулистова, И.И. Методология интегративного подхода к олимпийскому образованию / И.И. Гулистова // Мир спорта. – 2004. – № 4. – С. 82–84.
4. Гулистова, И.И. Предмастерская Белорусской Олимпийской Академии / И.И. Гулистова // Мир спорта. – 2003. – № 1–2. – С. 83.
5. Егоров, А.Г. Многообразие олимпизма и динамика олимпийского образования / А.Г. Егоров, К.Н. Ефременков, Г.Ф. Петлеваный // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 9. – С. 26, 39–54.
6. Егоров, А.Г. Философское значение современного олимпизма / А.Г. Егоров // Теория и практика физической культуры. – 2001. – С. 18–23.
7. Кобринский, М.Е. Белорусский олимпийский учебник : учебн. пособие / М.Е. Кобринский, Л.Г. Тригубович. – Минск : бел. олим. акад., 2005. – 240 с.: ил.
8. Концептуальные подходы к становлению и развитию олимпийского образования в Беларуси / М.Е. Кобринский // Мир спорта – 2002. – № 1. – С.3–9.
9. Кобринский, М.Е. Олимпийское образование / М.Е. Кобринский, А.А. Кокашинский // Мир спорта. – 2001. – № 6. – С. 36.
10. Нестеренко, Ю. Я вернусь! / Ю. Нестеренко // Прессбол. – № 40 (1798). – 8 апреля 2005. – С. 6–7.
11. Стуликов, В.Г. Роль олимпийского образования в формировании здорового образа жизни / В.Г. Стуликов, С.В. Кузнецов // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 12. – С. 62.
12. Трескин, А.В. История олимпийских игр. Медали. Значки. Плакаты / А.В. Трескин. – М. : АСТ: Олимп, 2008. – 208 с.: ил.
13. Черевач, И.В. Основные направления педагогической деятельности тренера в олимпийском движении / И.В.Черевач // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 11. – С. 19.
14. Ярошевич, В.Г. Сделанного не отнять / В.Г. Ярошевич // Легкая атлетика. – № 2005. – № 3–4. – С.14–15.

*Учебное издание*

**Ярошевич Виктор Григорьевич**

**ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧАСТНИКОВ ОЛИМПИАД**

Методические рекомендации

Подписано в печать 08.10.2010. Формат 60×84<sup>1/16</sup>. Бумага офсетная.  
Гарнитура Таймс. Ризография. Усл. печ. л. 4,42. Уч.-изд. л. 4,85.

Тираж 100 экз. Заказ № 636.

Издатель и полиграфическое исполнение  
учреждение образования

«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

ЛИ № 02330/277 от 08.04.2009

224016, Брест, ул. Мицкевича, 28