

**Министерство образования Московской области  
Государственное образовательное учреждение  
высшего образования Московской области  
«Государственный гуманитарно-технологический университет»**



**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ,  
СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

Материалы III международной научно-практической конференции  
28-29 апреля 2017 года

Орехово-Зуево  
Факультет биологии, химии и экологии ГГТУ  
2017

Министерство образования Московской области  
Государственное образовательное учреждение  
высшего образования Московской области  
«Государственный гуманитарно-технологический университет»

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ,  
СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

Материалы III международной научно-практической конференции  
28-29 апреля 2017 года

Орехово-Зуево  
Факультет биологии, химии и экологии ГГТУ  
2017

## ДИНАМИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РОМУАЛЬДА КЛИМА В ОЛИМПИЙСКИЕ ГОДЫ

*А.А. Зданевич, Л.В. Шужевич, Ю.Э. Котович*

Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина, г. Брест

**Аннотация.** В статье проведен анализ результатов соревнований за два Олимпийских года (1964 и 1968) в метании молота чемпиона и серебряного призера Олимпийских игр Ромуальда Клима. Рассмотрена динамика роста его спортивных результатов в год Олимпиады в Токио (Япония, 1964 г.) и Мехико, 1968 (Мексика). Представлена количественная и качественная стороны соревновательной деятельности, сопоставлены лучшие достижения двух Олимпиад.

**Ключевые слова:** молот, соревнования, Олимпийские игры, результат.

**Постановка проблемы.** Олимпийские игры – крупнейшие спортивные соревнования нашего времени. Олимпийских вершин достиг и Ромуальд Клим, который в годы бурного развития метания молота успешно выступал на крупнейших соревнованиях.

Ромуальд Иосифович Клим – Заслуженный мастер спорта, чемпион Игр XVIII Олимпиады в Токио (Япония), 1964 г. и серебряный призер Вгр XIX Олимпиады в Мехико (Мексика), 1968 г. в метании молота, имеющий множество и других наград.

Аналізу соревновательной деятельности Ромуальда Клима, его достижениям и победам посвящена эта статья.

Статья представляет интерес не только для молодых спортсменов, но и для опытных тренеров. Они найдут в ней сведения и статистические данные, которые до сих пор не были собраны воедино и систематизированы. Последовательно показана результативность и эффективность соревновательной деятельности Ромуальда Клима в олимпийские годы.

В данной статье приведена информация об известном чемпионе и призере Олимпийских игр Ромуальде Климе, богатый опыт которого стал той сокровищницей, из которой можно почерпнуть не только знания о соревновательной деятельности, но и способах удержания работоспособности в течение годичного цикла.

**Анализ последних публикаций по исследуемой проблеме.** Метание молота – сложная по структуре система целенаправленных движений. Она объединяет определенное количество составляющих ее простых и сложных элементов (предварительные размахивания, повороты, финальное усилие).

Эти элементы условно подразделяются на фазы. Так, повороты состоят из одноопорных и двухопорных фаз, а финальное усилие разделяется на фазу активных воздействий на снаряд верхними или нижними звеньями тела метателя. То есть финальное усилие должно вытекать из предшествующих ему поворотов.

В настоящее время большинство спортсменов метают молот с четырех поворотов, но ограниченный радиус круга не дает возможности сделать четыре поворота, с пятки на носок, поэтому первый поворот спортсмены выполняют на носке левой ноги без продвижения в круг в сторону метания. Ромуальд Клим метал с трех поворотов.

Результаты в метании молота сильнейших метателей мира очень высоки и продолжают непрерывно расти. Потенциальные возможности метателей молота еще не раскрыты полностью.

Рациональная система тренировочного процесса и ее дальнейшее совершенствование является одним из главных путей к раскрытию потенциальных возможностей метателей молота [1–4].

В современном спорте наиболее важная проблема – управление процессом тренировки. Значение соревнований в тренировочном процессе очень велико. Соревнования стимулируют, мобилизуют спортсмена к преодолению различных трудностей.

Как отмечают некоторые авторы [1, 4, 6, 7], что только на соревнованиях происходит совершенствование навыка броска молота в полную силу, при определенных нервно-мышечных напряжениях.

Только в соревнованиях проявляются максимальные показатели различных двигательных способностей и, в первую очередь, силовых, скоростных, скоростно-силовых, проявляется тактическое мастерство, проверяется психологическая подготовленность спортсмена [2, 3].

Л. П. Матвеев [5] указывал, что соревновательные упражнения позволяют совершенствовать силовые способности спортсмена в тех формах, в которых они отвечают специфическим требованиям вида спорта.

**Актуальность исследования.** В настоящее время, как и в ранее, придается большое значение календарю спортивных соревнований, а также этапности развития тренированности. В данной статье представлен материал, связанный с соревновательной деятельностью в метании молота Ромуальда Клина. В материалах подробно прослеживается результативность соревновательной деятельности высококвалифицированного метателя молота на протяжении двух олимпийских годов (1964 и 1968 гг.). Это позволяет познать объективные закономерности соревновательной деятельности, приведшей к наивысшим достижениям того времени.

**Цель исследования** – изучение и анализ показателей соревновательной деятельности высококвалифицированного метателя молота Ромуальда Клима в годы проведения Олимпийских игр.

**Задачи исследования:**

- определить динамику соревнований высококвалифицированного метателя молота Ромуальда Клима в годы проведения Олимпийских игр;
- сопоставить лучшие результаты соревнований в течение двух годичного макроцикла олимпийских годов Ромуальда Клима.

**Таблица 1.** Результаты соревновательной деятельности Ромуальда Клима в 1964 Олимпийском году в метании молота

Месяцы, дата	Наименование соревнований	Результаты по попыткам
Январь	Не участвовал	-
Февраль	Не участвовал	-
Март 31.03.64	Зимнее первенство СССР	61,97 м
Апрель 24.04.64	Соревнования	67,73; 66,67 м; <u>68,50 м</u> ; 65,95 м; 67,55 м; 64,75 м
Май 1.05.64	Соревнования	<u>68,29 м</u> ; 0; 66,61 м; 66,51 м; 68,00 м; 67,88 м
Май 30.05.64	Соревнования	66,05 м; 67,51 м; 66,30 м; 66,70 м; <u>67,60 м</u> ; 66,40 м
Июнь 12.06.64	Кубок Риги	0; 64,23 м; 65,47 м; 66,51 м; 66,28 м; <u>66,64 м</u>
Июнь 27.06.64	Мемориал М. Рошицкого	Один бросок. 66,85 м.
Июнь 28.06.64	Соревнования в г. Кутка Гора	0; 66,51 м; 66,78 м; 66,11 м; 64,30 м; <u>66,95 м</u>
Июль 4.07.64	Мемориал братьев Знаменских	Квалификационные соревнования – 63,25 м. Основные: 66,37 м; 66,28 м; 64,99 м; 66,18 м; <u>66,58 м</u> ; 66,02 м
Июль 25.07.64	Матч СССР – США	67,74 м; 0; <u>68,81 м</u> ; 0; 68,65 м; <u>68,08 м</u>
Август 9.08.64	Чемпионат Вооруженных сил СССР	66,83 м; 66,87 м; 0; 67,64 м; 67,57 м; <u>68,60 м</u>
Август 27.08.64	Соревнования	65,41 м
Август 28.08.64	Соревнования	64,95 м
Сентябрь 12.09.64	Соревнования	66,52 м; 67,05 м; 65,42 м
Сентябрь 13.09.64	Соревнования	67,52 м; 69,50 м; 68,12 м; <u>69,67 м</u> ; 66,55 м; 66,80 м
Сентябрь 29.09.64	Соревнования	67,72 м; 0; 0; 0; <u>69,64 м</u> ; 0
Октябрь 17.10.64	Квалификационные соревнования (Олимпийские игры)	67,10 м
Октябрь 18.10.64	Олимпийские игры (золотая медаль)	67,19 м; 64,64 м; 68,59 м; <u>69,74 м</u> ; 68,81 м; 68,17 м,

Организация и методы исследования. Исследование проведено на основе:

- анализа дневников спортивной подготовки Заслуженного мастера спорта СССР, Чемпиона (1964 г. Токио) и серебряного призера Олимпийских игр (1968 г. Мехико) Ромуальда Клима;

- анализа дневников Заслуженного тренера СССР Е. М. Шукевича;
- анализа протоколов соревнований.

Результаты исследования. Как следует из таблицы 1, динамика роста результатов, показанных на соревнованиях в подготовительном периоде, повышающаяся и стабильная, за исключением июня. В соревновательном периоде отмечается стабильность результатов, достигая наивысшего на Олимпийских играх – 69,74 м.

**Таблица 2.** Результаты соревновательной деятельности Ромуальда Клима в 1968 олимпийском году в метании молота

Дата, месяц	Наименование соревнований	Результаты по попыткам
Январь	Не участвовал	-
Февраль	Соревнования	67,98 м
Март 04.03.68	Соревнования	0; 69,38 м; 70,22 м; 69,68 м; 69,88 м; <u>71,88 м</u> ; Рекорд СССР.
Апрель 05.04.68	Весеннее первенство Армении	70,10 м; 70,80 м; <u>71,84 м</u> ; 70,76 м; 71,08 м; 69,94 м
Апрель 27.04.68	Соревнования	70,48 м; <u>72,36 м</u> ; 69,66 м; 70,26 м; 68,88 м; 0. Рекорд СССР
Май 30.05.68	Матч Прибалтика – БССР	67,98 м; 69,90 м; 71,20 м; 72,24 м; <u>72,28 м</u> ; 70,20 м
Июнь 13.06.68	Соревнования	68,97 м; 69,20 м; 69,91 м; 69,10 м; 0; <u>70,36 м</u>
Июль 03.07.68	Соревнования	69,74 м; 0; 70,74; 70,58 м; 0; <u>71,04 м</u>
Июль 13.07.68	Матч ГДР – ПНР – СССР	70,88 м; 0; 69,74 м; 68,94 м; <u>71,32</u> ; 0
Июль 21.07.68	Мемориал братьев Знаменских	69,08 м; 70,70 м; 0; 70,70 м; <u>73,18 м</u> ; 70,88 м. Рекорд СССР.
Август 17.08.68	Чемпионат СССР	<u>72,62 м</u> ; 72,52 м; 72,10 м; 71,38 м; 70,50 м
Сентябрь 08.09.68	Соревнования	69,20 м; 72,30 м; 71,72 м; 71,76 м; <u>72,44 м</u> ; 0
Сентябрь 28.09.68	Соревнования	0; 70,78 м; 71,74 м; 72,78 м; <u>73,54 м</u> ; 71,10 м. Рекорд СССР.
Октябрь 05.10.68	Соревнования	71,92 м; 71,96 м; 0; 70,50 м; 0; 70,32 м
Октябрь 16–17.10.68	Олимпийские игры в Мехико	Квалификация – 66,82 м. Основные – 72,24 м; 68,96 м; 72,82 м; <u>73,28 м</u> ; 71,46 м; 71,86 м

Рассматривая помесечную динамику лучших результатов, показанных в 1964 году, можно констатировать, что в январе и феврале Ромуальд Клим не участвовал в соревнованиях. Первые соревнования были проведены в марте, в которых принял участие Ромуальд Клим и показал на этих соревнованиях результат, который равен 61,97 м. С марта по апрель происходит качественное улучшение результата на – 6,53 м. В мае и в последующих месяцах наблюдается стабильность показанных результатов.

Наивысшие результаты показаны в сентябре – 69,67 м и в октябре на Олимпийских играх – 69,74 м. Ромуальд Клим – чемпион Олимпийских игр.

В таблице 2 отображены все соревнования, в которых принимал участие Ромуальд Клим в Олимпийский год (Мехико, 1968).

Как следует из таблицы 2, соревновательная деятельность Ромуальда Клима началась с февраля 1968 года, где он выполнил одну попытку с результатом 67,98 м. Вероятно, это была проверка своей подготовки перед соревнованиями в марте, на которых он установил рекорд СССР с результатом 71,88 м.

В апреле Ромуальд Клим принимает участие в двух соревнованиях. На одном из них он подтверждает достигнутый результат в марте, а во-вторых он устанавливает новый рекорд СССР – 72,36 м.

В мае, июне он участвует по одному разу в соревнованиях, удерживая стабильно высокие результаты 70,36 – 71,04 м.

В июле – два ответственных соревнования, которые позволили ему установить новый рекорд СССР.

В августе на Чемпионате СССР Ромуальд Клим посылает молот на расстояние 72,62 м.

В сентябре результаты на соревнованиях удерживаются на отметке 72,44 м, и на других сентябрьских соревнованиях установил новый рекорд СССР – 73,54 м.

В начале октября на соревнованиях Ромуальд Клим показывает результат 71,96 м, а 16–17 октября на Олимпийских играх в Мехико его результат 73,28 м – серебряная медаль.

Борьба в метании молота шла буквально на сантиметры, как описывает журналист Е. Б. Чен [7].

В первом броске Д. Живоцки достиг 72,26 м, а Р. Клим проиграл ему всего 2,0 см. Во второй и третьей попытках Дьюла прибавляет – 72,46 м и 72,54 м. Но и Р. Клим не сдается: в третьем броске он наконец-то выходит вперед – 72,82 м. Никто из остальных метателей не сумел метнуть молот даже за 70 метров, так что олимпийские соревнования по сути дела превратились в дуэль.

Начинаются финальные соревнования. И тут Дьюлу подстерегает первая и, к счастью венгра, последняя неудача. Он нарушает правила, и его бросок не засчитан.

Опыт Р. Клима подсказывает: воспользуйся минутным замешательством соперника и нанеси удар! Ромуальд использует свой шанс и, так же, как и в Токио, устанавливает новый олимпийский и всесоюзный рекорд – 73,28 м.

В пятом броске оправившийся от растерянности Дьюла снова прибавляет 73,36 м.

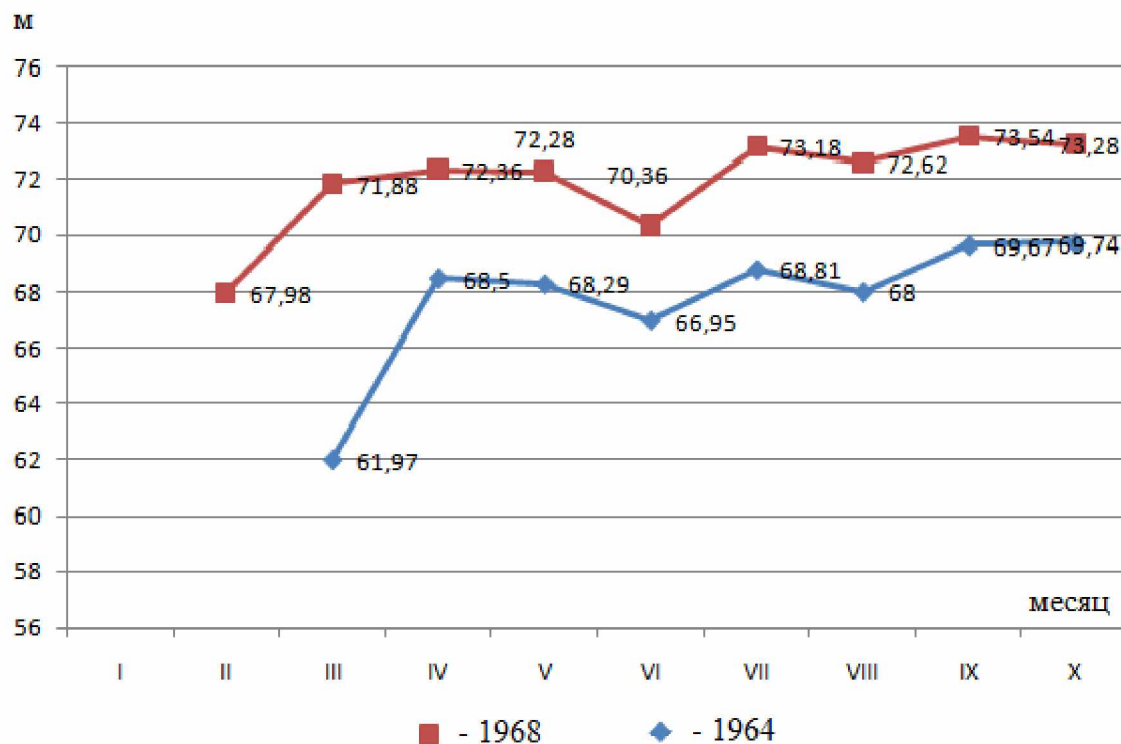
Ромуальд Клим проиграл всего 8,0 см Д. Живоцки, уступив ему золотую медаль.

В 1969 году Ромуальд Клим установил рекорд Мира с результатом – 74,52 м.

Сопоставляя лучшие результаты в метании молота за олимпийские 1964 и 1968 годы Ромуальда Клима можно констатировать, что в олимпийском 1968 году они значительно улучшились, по сравнению с олимпийским 1964 годом.

Так, в марте, показанный результат в 1968 году Ромуальдом Климом превосходит на – 9,91 м результат 1964 года.

В апреле на – 3,86 м; в мае – на 3,99 м; в июне – на 3,41 м; в июле – на 4,37 м; в августе – на 4,62 м; в сентябре – на 3,87 м; в октябре – на 3,54 м.



**Рис. 1.** Сопоставление лучших результатов в метании молота за Олимпийские годы (1964 и 1968) Ромульда Клима

Следует отметить, что в год соревнований Олимпийских игр в Токио (1964), показанные результаты Ромульда Клима имеют стабильную устойчивую положительную динамику на протяжении всего года. Спустя четыре года в 1968 олимпийском году результаты Ромульда Клима значительно увеличиваются и сохраняют так же стабильную положительную динамику.

Таким образом, следует отметить, что в год соревнований Олимпийских игр в Токио (1964), показанные результаты Ромульда Клима имеют стабильную устойчивую положительную динамику на протяжении всего года.

**Выводы.** Таким образом, в данной статье представлена информация о месте соревнований в тренировочном процессе высококвалифицированного метателя молота. Отражено не только количество официальных соревнований, в которых участвовал Ромульд Клим, но и все попытки выполненных бросков в метании молота на результат.



Показано количество соревнований, предшествующих установлению своего лучшего результата в годы двух Олимпиад.

Полученные данные являются хорошей иллюстрацией к положению о том, что прежде, чем реализовать свои возможности в рекордных достижениях (на Олимпийских играх) Ромуальд Клим проходил в каждом цикле тренировочной работы через серию соревнований различного уровня.

Перспективы дальнейших исследований. Планируется проведение дальнейших исследований по изучению тренировочной и соревновательной деятельности Ромуальда Клима на протяжении пяти годовых циклов с 1964 по 1968 годы.

### **Литература**

1. Бондарчук А. П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса / А. П. Бондарчук. – М. : Олимпия Пресс, 2007. – 272 с.

2. Верхошанский Ю. В. Основы специальной подготовки в спорте / Ю. В. Верхошанский. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с.

3. Жилкин А. И. Легкая атлетика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведения / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – 6-е изд., стр. – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 464 с.

4. Лутковский В. Е. Особенности управления технической подготовкой метателей молота различной квалификации : автореф. канд. пед. наук : 13.00.04 /

В. Е. Лутковский ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2011. – 24 с.

5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – 3-е изд. перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт; Спорт Академия Пресс, 2008. – 544 с.

6. Попов В. Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / В. Б. Попов. – М. : Олимпия Пресс, 2006. – 224 с.

7. Чен Е. Б. Молот на рекордной орбите / Е. Б. Чен. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – С. 90–100.

### ***Summary***

## **THE BEST RESULTS OF THE COMPETITIONS OF THE OLYMPIC YEARS OF ROMOULD KLIM**

*A.A. Zdanevich, L.V. Shukevich, Y.E. Kotovich*

Brest state university named after A.S. Pushkin, Brest

**Abstract.** The article analyzes the results of the competitions for the two Olympic years 1964 and 1968 in the throwing hammer of the Olympic champion and silver medalist Romuald Klim. The dynamics of the growth of sports results in the year of the Olympics in Tokyo in 1964 (Japan) and Mexico City, 1968 (Mexico) is considered. The quantitative and qualitative competitive activity is shown, the best achievements of two Olympiads are compared.

**Keywords:** hammer, competition, Olympic Games, result, champion.

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

**Зданевич Александр Александрович** – канд. пед. наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры, Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина, Республика Беларусь, г. Брест. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)

**Zdanevich Alexander** – candidate ped. d., associate professor, department of theory and methods of physical culture, Brest state university named after A. S. Pushkin, Republic of Belarus, Brest. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)

**Шукевич Лидия Васильевна** – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры, Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина, Республика Беларусь, г. Брест. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)

**Shukevich Lydia** – candidate ped. d., associate professor, department of theory and Methods of Physical Culture, Brest State University named after A. S. Pushkin, Republic of Belarus. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)

**Котович Юлия Эдуардовна** – студентка 3 курса факультета физического воспитания Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)

**Kotovich Yulia** – 3-year student of the faculty of physical education of the Brest State University named after A. S. Pushkin. E-mail: [zdanevich@brsu.brest.by](mailto:zdanevich@brsu.brest.by)