

**Міністерство освіти і науки України
Миколаївський національний університет
ім. В.О.Сухомлинського**

**ТУПЄЄВ
Юлай Вільович**

ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

**Конспект лекції для студентів
спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)**

Миколаїв -2018

Рецензенти: 1. Бірюк С.В., к.н.з ф.к.і.с., доцент кафедри спорту
2. Тіхоміров А.І., доцент кафедри спорту

Тупеєєв Юлай Вільович

Легка атлетика та методика викладання. Конспект лекції для студентів бакалаврату, спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Лекція є складовою теоретичного розділу нормативної дисципліни «Легка атлетика та методика викладання»; матеріал лекції передбачає ознайомлення студентів з історією виникнення та розвитку легкоатлетичного спорту, найзначнішими досягненнями вітчизняних спортсменів на протязі існування легкої атлетики як суспільного явища.

Матеріал лекції пов'язаний із всіма темами дисципліни «Легка атлетика та методика викладання», а також містить міждисциплінарні зв'язки із дисциплінами «Історія розвитку фізичної культури», «Олімпійський та професійний спорт».

На вивчення лекції відводиться 6 год. самостійної роботи студентів.

I СЕМЕСТР

Лекція 2

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ЛЕГКОАТЛЕТИЧНОГО СПОРТУ

Метою лекції є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти.

Завдання лекції:

1. Дати уявлення студентам про виникнення легкоатлетичного спорту.
2. Простежити розвиток легкоатлетичного спорту від стародавніх Олімпіад до наших днів.
3. Ознайомити студентів із найвидатнішими атлетами та результатами за всю історію легкої атлетики.
4. Дати уявлення про розвиток легкоатлетичного спорту в Україні та на Миколаївщині.

План

1. Виникнення легкої атлетики;
2. Легка атлетика у Стародавній Греції;
3. Відродження легкої атлетики у ХІХ сторіччі;
4. Розвиток легкоатлетичного спорту у ХХ сторіччі; еволюція техніки легкоатлетичних вправ та методики підготовки;
5. Українська легка атлетика у дореволюційній Росії та Радянському Союзі;
6. Здобутки українського легкоатлетичного спорту у незалежній Україні;
7. Перспективи розвитку легкої атлетики в світі та на Україні;
8. Легка атлетика на Миколаївщині;

Ключові слова: Олімпіада, стадій, біг, стрибки, метання, бар'єр, ядро, спис, диск, спринт, марафон, крос, рекорд.

Основні поняття лекції: легка атлетика, Олімпійські ігри, техніка легкоатлетичних вправ, легкоатлетичні змагання, світовий рекорд, методика тренування, досягнення українських легкоатлетів.

Легка атлетика - давній вид спорту, виникнення якого пов'язане з трудовою діяльністю людей. Умови життя і діяльності стародавніх людей залежали від уміння швидко бігати, далеко стрибати, якомога далі і точніше метати. Але минуло багато тисячоліть, перш ніж на межі переходу до рабовласницького суспільства ці навички стали культивуватися як засоби фізичного виховання та один з видів спорту. Є відомості про те, що за багато віків до нашої ери деякі народи Азії і Африки організовували змагання з бігу, стрибків і метань. Єгиптяни, ацтеки Мексики і деякі племена в Перу передавали термінові повідомлення естафетою.

Проте найбільшого розквіту легка атлетика набула у Стародавній Греції. Перші Олімпійські ігри древності, до програми яких входив біг на один стадій (192,27 м), відбулися у 776 р. до н. е. З 724 р. до н. е. до програми ігор включили біг на два стадії (384,54 м), а з 720 р. до н. е.- на довгу дистанцію (4614,48 м) (24 стадії). Популярним у стародавніх греків був естафетний біг із запаленими факелами («лампіодеріомас»).

До програми Олімпійських ігор 708 р. до н. е. вперше включили пентатлон, або п'ятиборство, що складався з бігу на один стадій, стрибків у довжину з розбігу, метання диска та списа і боротьби. Поряд з іншими видами фізичних вправ біг, стрибки і метання посідали значне місце у військово-фізичній підготовці рабовласників і становили важливу частину племінних і загально грецьких свят.

В епоху римського панування легка атлетика поступилася місцем боям гладіаторів. У середні віки спорт замінили військово мистецтво, рицарські турніри. У феодальному суспільстві фізичні вправи стали культивуватися також серед народних мас. Зокрема, відоме триборство, що включало метання каменя, стрибок у довжину з розбігу і біг на швидкість. Фізичні

вправи мали характер традиційних розваг народу і проводилися лише у святкові дні. Проте у військово-фізичній підготовці феодалів і городян бігові, стрибкам і метанням відводилося значне місце.

У буржуазних гімнастичних системах фізичного виховання біг, стрибки і метання хоч і застосовувалися досить широко, проте відігравали другорядну роль і тому істотно не впливали на становлення легкоатлетичного спорту.

У другій половині XIX ст. біг, стрибки і метання поступово перетворюються у самостійні фізичні вправи і важливі елементи легкоатлетичного спорту. Держави мали потребу у фізично розвинутих робітниках і солдатах, а старі гімнастичні системи не справлялися з цим завданням. Легкоатлетичні вправи стали популярними у фізичному вихованні молоді.

Історія сучасної легкої атлетики почалася на Британських островах. У манускриптах XII ст. згадуються легкоатлетичні змагання лондонців, до програми яких входили біг, стрибки у довжину, висоту, з жердиною і метання. Перше змагання з бігу на дистанцію близько 2 км відбулося в 1837 р. у коледжі м. Регбі, потім в Ітоні, Кембриджі, Лондоні та інших містах Англії. Програма змагань поступово розширювалася: до неї ввели біг на короткі дистанції, біг з перешкодами і метання ваги, стрибки у довжину і висоту з розбігу.

У 1864 р. відбулися змагання між командами студентів Оксфордського і Кембриджського університетів з 6 видів бігу і 2 видів стрибків. Саме ці змагання і вважаються першими офіційними в історії легкої атлетики сучасності. Пізніше в ці змагання, що почали проводитися щорічно, було включено метання молота і штовхання ядра. У 1866 р. відбулася перша національна першість Англії з легкої атлетики.

Слідом за Великобританією легкоатлетичний спорт здобув визнання і почав широко культивуватися у США. У 1868 р. був створений Нью-

йоркський атлетичний союз і проведені перші змагання з легкої атлетики. Центрами її розвитку в США стали університети.

У Франції легка атлетика починає розвиватися з 70-х років XIX ст. у ліцєях.

В Німеччині перші змагання з легкої атлетики відбулися у 1888 р.

З 90-х років XIX ст. легка атлетика почала розвиватися в Угорщині, Польщі, Чехословаччині, Югославії та інших країнах Центральної Європи. У Швеції цей вид спорту став утверджуватися з 1887 р., у Норвегії - з 1897 р., Фінляндії - з 1906 р. Таким чином, на кінець XIX ст. легка атлетика як вид спорту завоювала визнання у більшості країн світу.

Біг, стрибки і метання були улюбленими фізичними вправами молоді Росії, особливо під час народних свят. Довгий час змагання з цих видів не мали єдиних правил, умови для них створювались довільно і мали найрізноманітніший характер. Широко використовувались легкоатлетичні вправи й у військово-фізичній підготовці.

Початком розвитку легкої атлетики у Росії вважають 1888 р., коли з ініціативи П. П. Москвіна і його друзів у селищі Тярлево під Петербургом був створений перший у країні гурток легкої атлетики переважно з учнівської молоді і були проведені перші змагання. Спочатку тренувались і змагались з бігу на короткі і середні дистанції, а пізніше - і з інших видів легкої атлетики.

Але ж тут слід зауважити, що ще раніше, саме у нас, на Україні, в Миколаєві, 21 травня 1858 року були проведені змагання з бігу на півтори версти для солдат, матросів і всіх бажаючих. Ці змагання були організовані військово-морськими офіцерами. Всього на старт вийшло 52 учасники. Вони були розподілені по забігах і стартували. Того ж дня було проведено і фінальний забіг для визначення переможця. Звісно, офіційного статусу ці змагання не мали, бо розвиток легкої атлетики на той час в царській Росії був на нульовому рівні.

Нещодавно група Миколаївських ентузіастів легкої атлетики відродила ці змагання, організувавши в перших числах травня пробіг «Миколаївська миля», в якому можуть приймати участь всі бажаючі. Зараз ці змагання вже стали традиційними.

Повертаючись до часів царської Росії, слід відзначити, що велику роль у розвитку легкоатлетичного спорту відіграв створений у 1889 р. Петербурзький гурток любителів спорту. В 1897 р. він провів перше офіційне змагання з легкої атлетики з участю представників інших спортивних організацій Росії. Програма змагань поступово розширювалась і через рік включала ходьбу, біг, біг з бар'єрами, крос, біг з перешкодами, стрибки в довжину, висоту і потрійним з розбігу, штовхання ядра, метання диска і списа.

Поступово інтерес до легкої атлетики в Росії підвищується. З'являються любителі в Москві, Києві, Курську, Одесі, Ризі, Самарі та інших містах, проводяться змагання.

В 1906 р. у Росії з'явилися правила змагань з легкої атлетики, а в 1908 р. вперше було проведено Всеросійські змагання, присвячені двадцятиріччю створення гуртка любителів легкої атлетики. У змаганні взяло участь 50 чоловік від 6 спортивних клубів Петербурга і Риги. У 1910 р. в Москві були проведені перші відкриті змагання.

У розвитку легкої атлетики в Росії значну роль відіграла Військова фехтувально-гімнастична школа, слухачі якої брали активну участь у змаганнях з легкої атлетики. Військове відомство у Павловському манежі Петербурга провело змагання (1911 р.) учнів військових навчальних закладів, а в наступному році-деяких гвардійських і гренадерських полків і флотських екіпажів. Створений у 1911 р. Всеросійський союз любителів легкої атлетики об'єднав близько 20 легкоатлетичних ліг Києва, Москви, Петербурга та інших міст.

У 1912 р. 47 легкоатлетів Росії вперше взяли участь в V Олімпійських іграх у Стокгольмі. Виступ був невдалим через низький, порівняно з іншими

країнами, рівень розвитку легкої атлетики, до того ж відбір учасників був незадовільним.

Результати виступу російських легкоатлетів у Стокгольмі змусили Російський олімпійський комітет ухвалити рішення про проведення щорічних Всеросійських олімпіад. До першої світової війни було проведено дві такі олімпіади (1913 р. у Києві і 1914 р. у Ризі), в яких виступали і жінки. На олімпіадах з більшості видів були встановлені рекорди країни. На 1913 р. кількість легкоатлетичних клубів і гуртків збільшилась до 50.

Успіхи окремих легкоатлетів і загальне піднесення легкоатлетичного спорту в Росії напередодні першої світової війни не свідчили про те, що легка атлетика стала масовим видом. Нею займались в основному представники панівних класів у нечисленних гуртках, створених у великих містах. Широкі маси майже не мали уявлення про легку атлетику. Крім того, в країні не було спеціальних споруд і кваліфікованих тренерських кадрів. Рівень рекордів країни був низьким. Порівняно з сучасною класифікацією вони дорівнювали вимогам II-III розрядів, за винятком рекордів у бігу на 100 і 200 м.

Перші кроки радянської легкої атлетики пов'язані з діяльністю Головного управління загального військового навчання (Всевобучу), утвореного в 1918 р., на яке покладалось загальне керівництво фізкультурним рухом. Фізична підготовка стала складовою частиною програми військового навчання. Легка атлетика широко використовувалася в підготовці резервів для Червоної Армії.

Вже в 1918 р. Всевобуч проводить змагання з легкої атлетики у Москві і Петрограді. У 1920 р. відбулися перші олімпіади: сибірська (Омськ), приуральська (Єкатеринбург), середньоазіатська (Ташкент) і північнокавказька (Мінеральні Води). У багатьох містах було проведено губернські і міські першості.

Як тільки країна перейшла на мирну працю, перед радянською фізичною культурою було поставлено завдання - сприяти зміцненню здоров'я народу.

У 1922 р. в Москві відбулася першість РРФСР з участю 200 легкоатлетів від 16 міст і районів країни. Показані результати переважали досягнення попередніх років.

Починаючи з 1923 р. легкоатлетичні змагання стали проводити систематично. У цьому ж році відбулося Всеросійське свято фізичної культури з участю 236 легкоатлетів, на якому було встановлено 18 рекордів країни.

У 1923 р. наші легкоатлети зустрілися в Петрограді з робітниками-спортсменами Фінляндії, а в наступному році брали участь уже в чотирьох міжнародних змаганнях.

У 1923 році пройшла перша Всеукраїнська Спартакіада, в якій взяли участь понад 300 спортсменів.

А у 1924 таку Спартакіаду було проведено вдруге. Серед результатів, показаних на цих змаганнях, слід відмітити блискучий виступ полтавчанина Василя Калини. На той час він був володарем Всесоюзних рекордів в бігу на 100 та 200 м, тож не дивно, що на Спартакіаді він виборов «золото» на цих дистанціях, але крім того він спромігся стати переможцем ще й в бігу на 400 м, стрибках у довжину, метанні спису та диску! Всього за змагання спортсмену прийшлося стартувати 21 раз.

Активно готувалися легкоатлети до Всесоюзної спартакіади 1928 р., яка стала справжнім оглядом радянського легкоатлетичного спорту. У ній взяло участь майже 1300 легкоатлетів з команд всіх областей та республік, а також представники робітничих спортивних союзів кількох зарубіжних країн. Командні місця розподілилися в такому порядку: РРФСР, Україна, Білорусія, Узбекистан, Закавказька Федерація. Радянські легкоатлети встановили 38 всесоюзних рекордів.

У 1928-1930 рр. методика спортивного тренування радянських легкоатлетів набула свого дальшого розвитку; вони розпочали цілорічні тренування.

У 1930 р. комсомол виступив з пропозицією про створення комплексу «Готовий до праці і оборони СРСР» для поліпшення фізичного виховання молоді. Протягом 1931-1934 рр. комплекс ГПО було введено в дію як основу радянської системи фізичного виховання. В ньому було представлено п'ять видів легкої атлетики, внаслідок чого комплекс значно вплинув на розвиток легкоатлетичного спорту. Завдяки комплексу ГПО було виявлено багато талановитих спортсменів, що згодом стали відомими легкоатлетами.

Важливу роль у розвитку легкої атлетики відіграло створення (1934 р.) дитячих спортивних шкіл (ДСШ) і клубів.

ВЦРПС у травні 1936 р. прийняла постанову про організацію 64 добровільних спортивних товариств профспілок на зразок раніше створених спортивних товариств «Динамо» (1923 р.) і «Спартак» (1935 р.). У червні 1936 р. рішенням уряду було створено Всесоюзний комітет у справах фізичної культури і спорту при Раднаркомі СРСР.

Починаючи з 1936 р. публікуються праці з легкої атлетики, в яких науково обґрунтовується спортивне тренування і детально розробляється його періодизація. В період з 1935 по 1937 р. була створена Єдина спортивна класифікація, яка мала зв'язок з комплексом ГПО і логічно його продовжувала.

Для розвитку методики тренування велике значення мала перша Всесоюзна конференція тренерів з легкої атлетики 1938 р., на якій було зроблено спробу науково обґрунтувати тренування, його періодизацію, поділ тренувального циклу на підготовчий, основний і перехідний періоди.

У 1939 р. результати провідних радянських легкоатлетів значно наблизилися до результатів кращих зарубіжних спортсменів. До 1941 р. легкою атлетикою в країні займалось близько 600 тис. чоловік.

Велика Вітчизняна війна 1941-1945 рр. на 5 років вивела вітчизняних легкоатлетів з боротьби за медалі та рекорди, але відразу після її закінчення легкоатлети приступили до тренувань і почали наздоганяти та переганяти своїх суперників з інших країн.

Вдалим був дебют радянських спортсменів на першості Європи 1946 р. з легкої атлетики (Осло), де 19 легкоатлетів здобули 22 медалі: 6 золотих, 14 срібних і 2 бронзові.

У 1948 р. Всесоюзна секція легкої атлетики увійшла до складу Міжнародної любительської легкоатлетичної федерації, що значно сприяло подальшому розвитку легкоатлетичного спорту в країні.

Зростанню масовості і поліпшенню спортивних досягнень радянських легкоатлетів сприяли заочні змагання 1949 р. у 243 містах країни, в яких взяло участь 215 тис. легкоатлетів. На рівень досягнень легкоатлетів позитивно впливало подальше удосконалення методики спортивного тренування, над проблемами якого працювали О. М. Крестовников і В. С. Фарфель (фізіологія спорту), М. М. Яковлев (біохімія спорту), П. А. Рудик і А. Ц. Пуні (психологія спорту), С. П. Летунов (лікарський контроль) та ін. Особливу роль відіграла книга М. Г. Озоліна «Тренування легкоатлета» (1949 р.), у якій вперше були сформовані загальні основи системи тренування легкоатлета.

1950 р. приніс радянським легкоатлетам успіх на першості Європи у Брюсселі, де вони завоювали перше загальнокомандне місце.

Після того як у 1951 р. СРСР було прийнято у Міжнародний олімпійський комітет, радянські спортсмени дістали змогу брати участь в олімпійських іграх. Дебют відбувся на XV Олімпійських іграх у Хельсінкі. Радянська команда легкоатлетів у складі 78 чоловік (58 чоловіків і 20 жінок) завоювала 2 золоті, 8 срібних і 7 бронзових медалей. Одна з золотих медалей дісталася нашій співвітчизниці, Ніні Пономарьовій за перемогу в метанні диску. У неофіційному заліку радянські легкоатлети посіли друге місце після команди США.

Першість Європи 1954 р. у Берні закінчилась тріумфом радянських легкоатлетів: у 35 видах програми вони завоювали 16 золотих, 10 срібних і 8 бронзових медалей і в командному заліку завоювали перше місце з великою перевагою. Українець В. Куц (біг на 5000 м) і М. Кривоносов (метання молота) стали чемпіонами континенту з новими світовими рекордами. Такий виступ свідчив про неухильне зростання майстерності радянських легкоатлетів. У наступному році вони одержали командні перемоги в 9 міжнародних змаганнях; рекордсменами світу стали В. Голубничий (Україна), Г. Зибіна, А. Коняєва, М. Кривоносов, В. Куц (Україна) і Н. Откаленко.

На XVI Олімпійських іграх 1956 р. у Мельбурні радянські легкоатлети завоювали 5 золотих, 7 срібних і 10 бронзових медалей. З представників України двократним олімпійським чемпіоном став В. Куц (біг на 5000 і 10 000 м), який був визнаний кращим спортсменом року, а також В. Цибуленко в метанні спису. Срібну медаль в складі естафети 4 x 100 м завоював українець Л. Бартенєв, а ще одна наша співвітчизниця, Н. Каняєва, виборола «бронзу» в метанні диску. У неофіційному командному заліку радянські легкоатлети були на другому місці, поступившись команді США.

До 1958 р. кількість тих, хто займався легкою атлетикою в секціях, перевищила 3 млн. чоловік. З 1948 по 1958 р. у країні було підготовлено 642 майстри спорту, установлено 462 всесоюзних, 145 європейських і 127 світових рекордів.

В 1959 р. була створена Федерація легкої атлетики СРСР - громадська керівна організація з легкої атлетики.

Перший пленум Федерації затвердив план на семирічку (1959-1965 рр.), в якому велика увага приділялась розвитку дитячої легкої атлетики, аналізу і усуненню причин відставання наших легкоатлетів з деяких видів, удосконаленню наукових основ спортивного тренування.

На XVII Олімпійських іграх 1960 р. у Римі радянські легкоатлети перемогли в неофіційному командному заліку, завоювали 11 золотих, 5

срібних і 5 бронзових медалей, встановили 1 світовий і 9 олімпійських рекордів. Вагомим був внесок до копилки медалей українських легкоатлетів: олімпійськими чемпіонами стали В. Голубничий (спортивна ходьба на 20 км), В. Крепкіна (стрибки у довжину), Л. Лисенко (біг на 800 ж), Н. Пономарьова (метання диска), В. Цибуленко (метання списа). Срібні нагороди здобули Л.Бартенєв (естафета 4 x 100 м) та В.Брумель (висота), а стрибун у довжину І.Тер-Ованесян отримав бронзову медаль.

У 1961 р. радянські легкоатлети установили 6 світових рекордів, в тому числі український стрибун у висоту В. Брумель - двічі (2,24 м і 2,25 м).

Сезон 1963 р. у легкоатлетів країни проходив під знаком підготовки до III Спартакіади народів СРСР і XVIII Олімпійських ігор. У фінальних змаганнях спартакіади взяло участь понад 1500 легкоатлетів. Було поновлено понад 100 рекордів республік, встановлено 2 всесоюзних, 2 європейських і 2 світових рекорди.

Лозунгом 1964 р. було: «Олімпійський рік - не лише для олімпійців». Змагання з легкої атлетики набули надзвичайної масовості: змагання піонерських дружин, з піонерського чотириборства «Дружба», шкільні «Олімпійська весна» тощо, внаслідок чого значно поживавішала робота у низових колективах фізкультури. У цьому році молодь вийшла на міжнародну арену і досить вдало виступила на Європейських іграх юніорів у Варшаві, зайнявши 6 перших, 12 других і 3 третіх місця.

На XVIII Олімпійських іграх у Токіо радянські легкоатлети виступили гірше, ніж очікувалось: загальне друге місце, 5 золотих, 2 срібні і 11 бронзових медалей, але українці і тут зробили свій внесок: золоту медаль виборов В.Брумель, а бронзові нагороди - В.Голубничий (спортивна ходьба) та І.Біляєв (біг 3000 м з/п).

Результати виступів, а також організаційні, методичні і наукові проблеми, пов'язані з підготовкою легкоатлетів вищої кваліфікації для збірної команди країни, обговорювались на Всесоюзній конференції тренерів

з легкої атлетики. Рішення конференції стали методичною програмою роботи тренерів на наступне олімпійське чотириріччя 1965-1968 рр.

У цей період велика увага приділялась роботі дитячих і юнацьких спортивних шкіл, створенню груп олімпійської підготовки, проведенню масових змагань з легкої атлетики, удосконаленню календаря змагань. Здійснювались заходи по підвищенню кваліфікації тренерських кадрів і поглибленню досліджень у легкій атлетиці.

Проте на XIX Олімпійських іграх 1968 р. у Мехіко команда легкоатлетів СРСР виступила невдало. Було завойовано всього 3 золоті, 2 срібні і 8 бронзових медалей. Серед українських спортсменів чемпіоном став В. Голубничий (спортивна ходьба на 20 км).

Серед причин невдалого виступу можна вказати на недостатню кількість спортсменів міжнародного класу. Замість 117 у нашій команді було 72 спортсмени. Багато провідних спортсменів виступили нижче своїх можливостей, а майстерність легкоатлетів багатьох зарубіжних країн значно зросла, боротьба за призові місця була дуже напруженою і важкою.

Щоб подолати відставання, у 1970 р. було здійснено ряд заходів для поліпшення масової легкої атлетики і підвищення рівня спортивної майстерності. Федерація затвердила перспективний план розвитку легкої атлетики у країні, в якому велика увага приділялась пошукам талановитої молоді, поліпшенню системи тренування у масовій легкій атлетиці, удосконаленню організації методики підготовки збірної команди СРСР, підвищенню кваліфікації тренерів, поліпшенню науково-дослідної роботи та іншим питанням.

Робота із збірною командою країни була спрямована на підготовку до участі в XX Олімпійських іграх 1972 р. і як у проміжному змаганні - чемпіонаті Європи 1971 р.

У V Спартакіаді народів СРСР взяло участь 44 млн. чоловік. У командному заліку після впертої боротьби перемогли легкоатлети України.

Календар змагань 1972 р. був розвантажений від зайвих змагань для членів збірної команди країни. На першості країни були показані високі результати: встановлені або повторені 5 всесоюзних рекордів, повторено рекорд Європи з бігу на 100 м (В. Борзов, Україна - 10,0 сек) і здобуто новий світовий рекорд з бігу на 1500 м для жінок (Л. Брагіна - 4.06,9). У 13 видах програми показані вищі результати чемпіонатів країни, у 22 видах досягнення чемпіонату були кращі, ніж рік назад на V Спартакіаді народів СРСР. Усе це давало підстави надіятись на успішний виступ радянських легкоатлетів на XX Олімпіаді.

Олімпійські ігри у Мюнхені закінчились перемогою радянських спортсменів, які здобули 50 золотих, 27 срібних і 22 бронзові медалі. У загальну копилку легкоатлети поклали 9 золотих, 7 срібних і 1 бронзову медаль. Героєм ігор став киянин В. Борзов, який завоював два перші місця (біг на 100 і 200 м) і одне друге (естафетний біг 4x100 ж). Переконливі перемоги з світовими рекордами здобули одесит М. Авілов (десятиборство) і Л. Брагіна (біг на 1500 м). Киянин А. Бондарчук (метання молота) виграв змагання, встановивши новий олімпійський рекорд. Срібні медалі вибороли також наші співвітчизники Є. Аржанов, В. Голубничий, Л. Литвиненко.

Основною спортивною подією 1975 р. була VI літня Спартакіада народів СРСР. Чемпіонат країни з легкої атлетики проводився в програмі спартакіади. З 824 легкоатлетів, що взяли участь у чемпіонаті, більше половини були молодшими за 25 років. Легкоатлети встановили своєрідний рекорд високих результатів, з яких 24 відповідали нормам майстра спорту міжнародного класу і 216 - нормам майстра спорту СРСР. Найбільшого успіху досяг В. Борзов, що став володарем трьох золотих медалей (біг на 100 і 200 м, естафетний біг 4x100 м). Високі результати показали М. Авілов і Л. Литвиненко (десятиборство) та ін.

Наполеглива боротьба розгорнулася між командами Москви і України. Перемогли москвичі; українські легкоатлети були на другому місці, на третьому - команда РРФСР.

Результати сезону - значний приплив молоді у збірну команду країни.

На XXI Олімпійських іграх у Монреалі з новим світовим рекордом здобув перемогу киянин Ю. Сєдих (метання молота), а його тренер та товариш по команді, А.Бондарчук, в цьому ж виді легкої атлетики виборов «бронзу».

Ю.Сєдих і на сьогодні залишається світовим рекордсменом. Цей видатний український спортсмен брав участь ще у двох Олімпіадах, де виборов «золото» та «срібло».

Але, мабуть, самим ушлавленим вітчизняним спортсменом, що виступав у складі збірної команди Радянського Союзу, є стрибун з жердиною Сергій Бубка. Варто лише сказати, що Сергій 17 разів поновлював світовий рекорд на стадіонах, довівши його від 5.85 м до 6.14 м, і ще 18 разів поновлював рекорд для приміщень – від 5.81 м до 6.15 м. Його рекорди залишаються неперевершеними вже на протязі багатьох років і на сьогодні ніхто з стрибунів навіть не наближається до цієї «гросмейстерської» висоти. Бубка зібрав цілу колекцію медалей з найпрестижніших міжнародних турнірів. Він – чемпіон Олімпійських ігор 1988 р., шестиразовий чемпіон світу, чемпіон Європи, переможець Кубків світу та Європи. Сергій Назарович Бубка – кандидат педагогічних наук, за радянських часів він був нагороджений Орденом Леніна та Орденом Трудового Червоного Прапора, а після набуття Україною незалежності - удостоєний звання «Герой України», нагороджений Державним Орденом України, орденами «За заслуги» I, II та III ступенів. Крім того, Сергій Бубка нагороджений Орденом НОК Білорусі, був обраний почесним громадянином міст Братислава, Падуя та Абано-Терме (Італія) і, звісно, Донецька. Він також є Почесним доктором Донецького національного університету та Національної спортивної академії Болгарії.

Сьогодні Сергій Назарович Бубка є президентом Національного Олімпійського комітету України, віце-президентом Міжнародного Олімпійського комітету. За часів своєї спортивної кар'єри С.Бубка неодноразово визнавався кращим легкоатлетом і кращим спортсменом року в світі. Зараз С.Бубка багато уваги приділяє розвитку дитячої легкої атлетики.

В Донецьку, на Вітчизні ушавленого спортсмена, створено дитячу спортивну школу імені Сергія Бубки, яка спеціалізується на стрибках з жердиною. У її створенні та фінансуванні є значний внесок прославленого стрибуну.

Співвітчизники Сергія Бубки прийняли рішення про встановлення пам'ятника своєму видатному землякові і зараз у Донецьку перед Центральним стадіоном встановлено бронзову фігуру спортсмена з жердиною в руках.

Ще цілий ряд українських спортсменів досягли великих успіхів у складі збірних команд Радянського Союзу з легкої атлетики.

Медалі всіх гатунків – золоту, срібну та бронзову – привезла з двох Олімпіад (1988 та 1992 рр.) запорізька бігунка на довгі дистанції Тетяна Самоленко. Крім того, вона чотирикратна чемпіонка світу, переможниця Кубку Європи, нагороджена Орденом Трудового Червоного прапора та Орденом Княгині Ольги. Останнє, що можна додати до її винагород – це титул «Краща бігунка ХХ сторіччя на дистанції 3000 м».

Ще одна видатна постать української легкої атлетики – Інеса Кравець. За період з 1991 по 1995 рік вона тричі поновлювала світовий рекорд у потрійному стрибку, остаточно зафіксувавши його на позначці 15 м 50 см. Цей рекорд залишається чинним і зараз. Також вона є Олімпійською чемпіонкою 1996 р., триразовою чемпіонкою світу, призером Чемпіонатів світу та Європи.

Володарем світового рекорду у десятиборстві і Олімпійським чемпіоном 1972 року був одесит Микола Авілов, а його земляк, стрибун у висоту Геннадій Авдеєнко став Олімпійським чемпіоном у 1988 році, стрибнувши на 2 м 38 см. Він також був чемпіоном та призером Чемпіонатів світу та Європи.

Не можна не згадати ще одну одеситку - видатну українську спортсменку Надію Олізаренко. В 1987 р. керівництво Міжнародної аматорської федерації легкої атлетики, готуючись до святкування свого 75-

річчя, провело опитування з метою визначення кращих легкоатлетів світу за всю історію існування ІААФ. Більш, ніж 1000 анкет були розіслані по всьому світу. В опитуванні прийняли участь члени ІААФ, відомі фахівці легкої атлетики, журналісти, статистики. Результати анкетування показали, що найкращою бігункою на 800 м було визнано радянську спортсменку Надію Олізаренко – Олімпійську чемпіонку та призера, багаторазову чемпіонку та призера Європи.

Після виходу України із складу Радянського союзу та утворення незалежної держави з'явилася нова когорта видатних українських легкоатлетів, які гідно представляли свою країну на змаганнях найвищого рангу. Ось лише стислий перелік імен, перемог та досягнень.

Видатний український штовхальник ядра Олександр Багач має всі підстави ображатися на свою долю – бронзовий призер Олімпіади 1996 р., переможець та дворазовий бронзовий призер Чемпіонатів світу, чемпіон Європи, - він мав змогу значно поповнити свою колекцію медалей, але доля розпорядилася інакше. На світовій першості 1997 р. Олександр переміг, а через декілька днів за підозрою (саме підозрою!) у вживанні допінгу був позбавлений золотої медалі і гонорару в 60000 доларів. На Олімпіаду 2000 р. в Афіни приїхав в рангу світового лідера, але напередодні старту був дискваліфікований за вживання допінгу, хоча результати аналізу визивають великі сумніви у його достовірності.

Зараз Олександр Багач знайшов себе в якості тренера, він працює із неповносправними спортсменами і вже підготував двократного чемпіона світу серед інвалідів з вадами зору.

На зміну Олександрю Багачу прийшов ще один український богатир – також штовхальник ядра, одесит Юрій Білоног. Найвидатніша перемога Юрія на сьогодні – золото Афінської Олімпіади, здобуте на античному стадіоні, де колись змагались давньогрецькі олімпійці. Крім того, в його активі золота і дві бронзові медалі Чемпіонатів світу, медалі переможця Кубка Європи, Золотої Ліги та Гран-Прі.

Володаркою срібної Олімпійської медалі в бігу на 100 м з бар'єрами була також Олена Красовська у 2004 р., а бронзові Олімпійські нагороди здобували: в метанні молоту – О.Крикун у 1996 р., Олена Говорова в потрійному стрибку та Роман Щуренко у стрибках у довжину – у 2000 році, Тетяна Терещук-Антіпова в бігу на 400 м з бар'єрами – у 2004 році.

Також бронзовими призерами Олімпійських ігор були і дві Миколаївські спортсменки – стрибунки у висоту Інга Бабакова та Віта Стьопіна, але про наших землячок більш детально буде сказано далі.

Список видатних українських легкоатлетів часів незалежної України буде неповним, якщо не згадати ще ряд вітчизняних спортсменів, які також вписали яскраві сторінки в історію світової легкої атлетики.

Жанна Блок показувала видатні результати на спринтерських дистанціях від 60 м до 200 м. Хоча вона і не здобула Олімпійських медалей, але список її досягнень викликає повагу і захоплення: триразова чемпіонка світу, срібний і бронзовий призер; бронзовий призер Кубку світу; трикратний срібний призер Чемпіонатів Європи; фіналістка двох Олімпіад; рекордсменка України.

Ще один видатний український бігун – Іван Гешко. Він переможець, срібний та бронзовий призер Чемпіонатів світу, призер Кубку світу, переможець та призер Чемпіонатів Європи з бігу на 1500 м, учасник двох Олімпіад, рекордсмен України. Саме Іван Гешко порушив гегемонію темношкірих африканських та марокканських бігунів на середніх та довгих дистанціях, за що і отримав свої прізвиська «Біла гроза чорного континенту» та «Український Іван Грозний».

Золото Чемпіонату світу 2005 р. здобув послідовник традицій В. Брумеля, В.Ященка, Г.Авдєєнка, молодий стрибун у висоту Юрій Крімаренко.

На Олімпіаді – 2008 у Пекіні блискучу перемогу в одному з найскладніших видів легкоатлетичної програми – багатоборстві, здійснила українка Наталія Добринська. Наша збірна могла б мати в цьому виді

програми ще й срібло, але, на жаль, броварчанку Людмилу Блонську, срібного призера Чемпіонату світу – 2007, було дискваліфіковано за вживання заборонених препаратів.

Але взагалі, Олімпіада – 2008 склалася досить вдало для української збірної команди з легкої атлетики – крім «золота» Наталки Добринської, наші співвітчизники вибороли ще й одне «срібло» і аж три «бронзи»! В бігу на 1500 м другою фінішувала Ірина Ліщинська, а слідом за нею – її подруга по команді, Наталія Тобіас. Ще по одній бронзовій медалі вибороли у стрибках з жердиною Денис Юрченко та у метанні диску Олена Антонова.

На Олімпіаді 2012 року в Лондоні Україна здобула 2 нагороди в легкоатлетичних змаганнях: «бронзу» виборола Ольга Саладуха у потрібному стрибку і медалі такого самого ґатунку отримала у запеклій боротьбі жіноча естафетна команда 4 x 100 м у складі Олесі Повх, Марії Ремінь, Христини Стуй та Єлизавети Бризгіної. Їх результат став новим національним рекордом.

Остання Олімпіада 2016 р. у Ріо-де-Жанейро склалася не дуже вдало для українських легкоатлетів: лише одну «бронзову» нагороду виборов наш видатний стрибун у висоту, рекордсмен України Богдан Бондаренко.

На сьогодні постійно збільшується кількість країн, що завоювали нагороди в легкій атлетиці на Олімпійських Іграх, нарощують темпи атлети країн, які ще 10 років тому не мали навіть фіналістів чемпіонатів Світу. Це говорить, насамперед, про все більш зростаючу популярність легкоатлетичного спорту у світі. Наслідок цього процесу — подальший бурхливий розвиток комерціалізації і загострення конкуренції.

Безупинно, від Олімпіади до Олімпіади, йде приріст кількості спортсменів від країн Африки й Азії, що виконали нормативи допуску, особливо за рахунок жіночої легкої атлетики. З огляду на те, що кількість учасників Олімпіади в легкій атлетиці обмежена числом у 2000 спортсменів, в найближчі роки може скластися така ситуація, коли за рахунок скорочення

цього показника по Європі буде йти приріст висококваліфікованих спортсменів з малих країн і країн, що розвиваються.

На сьогодні готують атлетів, які беруть участь у фіналах більш ніж 20 номерів програми змагань, тільки дві країни світу — США і Росія. Країни Європи (у тому числі й Україна), як правило, домінують у швидкісно-силових складно-технічних видах легкої атлетики, а країни Африки лідирують у видах витривалості.

На сьогодні в Україні легка атлетика є пріоритетним видом спорту в 23 регіонах. Більш, ніж 80 000 спортсменів мають змогу тренуватися в 661 відділенні ДЮСШ, 30 СДЮШОР, 24 відділеннях ШВСМ, з ними працюють 2600 тренерів.

А тепер розглянемо історію розвитку легкоатлетичного спорту на Миколаївщині.

На 30 червня 1924 року в місті Миколаєві легкою атлетикою займалося 59 чоловік. 25 березня 1925 року була проведена перша загальноміська конференція працівників фізкультури, на якій були присутні 133 особи. На ній були обговорені питання розвитку легкої атлетики на Миколаївщині.

У 1928 році була проведена перша Всесоюзна спартакіада, в змаганнях з легкої атлетики брали участь і Миколаївські легкоатлети. Гучних перемог вони не здобули, але ці події дали потужний поштовх до подальшого розвитку легкої атлетики на Миколаївщині. У 30-х роках в Миколаєві вже проводилося багато змагань між любителями легкої атлетики, був відкритий Будинок фізкультури ім. А. Шверника, організовано курси підготовки сільських тренерів з легкої атлетики.

У 1935 році було ухвалено рішення створити дитячу спортивну школу на базі середньої школи №5. Ця ДСШ стала однією з перших на Україні.

Заняття легкою атлетикою впроваджувалися і у побут студентської молоді. Одним з основних видів спорту в Миколаївському педагогічному інституті (зараз на його базі створено МДУ ім. В.О. Сухомлинського) була легка атлетика. Тут працював легкоатлетичний кружок, в якому займалося 89

студентів, викладачів і співробітників вузу. Легкоатлети інституту неодноразово були переможцями міських і обласних змагань. Найбільш відомими легкоатлетами в 30-х роках були: П. Кульчицкий, Б. Кульчицкий, В. Іщенко, Я. Борисов. У 1937 році був організований Миколаївський обласний комітет у справах фізкультури і спорту. Він став керувати всім фізкультурним рухом області.

У післявоєнний період легка атлетика стала найпопулярнішим і найбільш масовим видом спорту. Не було такого села в Миколаївській області, де б не займалися легкою атлетикою, тому що її види - біг, стрибки, метання - були простими, доступними і не вимагали для занять особливих умов та обладнання. В середовищі сільських легкоатлетів вирости спортсмени, слава яких переступила межі області. Валентина Агафонова в 1959 році стала чемпіонкою України в бігу на 200 метрів і чемпіонкою СРСР серед сільської молоді. У цьому ж році Валя виконала норму майстра спорту СРСР і була включена до складу збірної команди України.

Наприкінці 50-х років ХХ сторіччя Миколаївщина славилася своїми досягненнями в спортивній ходьбі. У серпні 1958 року в Мінську проходили всесоюзні «Спартаківські» змагання. У ходьбі на 50 км. перше місце і звання чемпіона Спартакіади завоював миколаївський спортсмен Олександр Сіренко, який пройшов цю дистанцію за 4 години 30 хвилин 03 секунди, встановивши новий рекорд товариства «Спартак» і Миколаївської області. При цьому Сіренко випередив світового рекордсмена Григорія Панічкина.

З 1967 року на миколаївському стадіоні "Суднобудівник " регулярно проводилася першість області з легкої атлетики. В бігу на короткі дистанції високі результати показував студент факультету фізичного виховання Володимир Рец (100 м – 10,9 сек., 400 м – 50,8 сек.). В бігу на середні дистанції поновлювали рекорди області Юрій Яцун, Валентин Олійник, Віктор Милицький, Галина Селютіна. Були також в Миколаєві і досить сильні багатоборки, стрибунки метальники. У 1965 році в Миколаєві відкрився клуб любителів бігу.

У 1966 році на миколаївському стадіоні "Суднобудівник" пройшли всесоюзні старты по легкій атлетиці. Більше 700 спортсменів приїхало брати участь в змаганнях. На голову вище всіх суперників був тоді ще молодий спринтер Валерій Борзов, який переміг на двох спринтерських дистанціях, - 100 і 200 метрів, показавши, відповідно, результати 10,6 сек. і 22,1 сек. Хоча наші земляки і не здобули медалей, але ці змагання показали, що на Миколаївщині з кожним роком збільшується число легкоатлетів, зростає їх спортивна майстерність.

В 70-і роки ім'я тренера Миколаївської ДЮСШ «Суднобудівник» Віктора Макаровича Добровольського стало відоме не тільки на Україні, але і за її межами. Його вихованець Віктор Кутузов став рекордсменом СРСР серед бігунів на 800-метровій дистанції, в 1972 році виграв срібну медаль на Всесоюзній спартакіаді школярів. На цих змаганнях ще одна учениця В.М. Добровольського, Лариса Маюнова, теж стала срібним призером на дистанції 800 метрів і в естафеті 4 x 400 метрів. На рахунку дуету «тренер-учениця» є ще одна видатна перемога – Лариса Маюнова виборола золоту медаль у фіналі Всесоюзного кросу на призи газети «Правда» на дистанції 1000 м.

В.М. Добровольський підготував більше десяти майстрів спорту, переможців та призерів міжнародних, Всесоюзних і Всеукраїнських змагань, а звання Заслуженого тренера України він отримав за підготовку Олени Дершан (Жупійової) - другого призера чемпіонату світу і володарки бронзової медалі в бігу на 10000 метрів на Олімпійських іграх 1988 року в Сеулі.

У 1970 році при Миколаївському педагогічному інституті імені В.Г. Белінського на громадських засадах було організовано дитячу спортивну школу. Працювали в ній студенти - майбутні вчителі фізичної культури, - під керівництвом викладачів інституту і вчителів шкіл. Робота велася на базах загальноосвітніх шкіл № 22, 39, 38, 4, 2, 34, 7. Серед учнів дитячої спортивної школи популярними стали змагання з легкої атлетики на честь дня народження піонерської організації. На одному з кращих на той час

шкільних стадіонів Миколаєва - в школі № 39, - проводилися змагання з піонерського чотириборства, в яких постійно брало участь близько 100 юних легкоатлетів. Тут також всю підготовчу роботу і суддівство проводили студенти факультету фізичного виховання

В 70-80-х роках легка атлетика на Миколаївщині продовжувала успішно розвиватися. Плідно працювали тренери В.М. Добровольський, В.В.Сидоренко, А.С.Ільїн, С.В.Алексєєва, Л.Б.Боровський, Л.Б.Платонова та інші. Їх вихованці неодноразово представляли нашу країну за кордоном у складі збірних команд, були переможцями та призерами Всесоюзних, Всеукраїнських змагань, виконували нормативи Майстрів спорту та Майстрів спорту міжнародного класу. Це такі атлети, як Олена Павлова, Андрій Клеймьонов, Вадим Чумаченко (біг на 400 м з/б), Микола Тимченко, В'ячеслав Кабанов, Лариса Мосейчук (біг на короткі дистанції), Алла Ковпак, Іван Гриник, Володимир Бабієнко (біг на середні дистанції), Ганна Демидова (стрибки у довжину) і багато інших.

У 1988 році на базі ДЮСШ Чорноморського суднобудівного заводу було створено Миколаївську спеціалізовану ДЮСШ олімпійського резерву з легкої атлетики, директором якої на протязі багатьох років був В.Г.Мішков, справжній знавець та ентузіаст легкоатлетичного спорту. За минулі 20 років СДЮШОР стала справжньою кузнею легкоатлетів високого класу.

Достатньо лише сказати, що за ці роки збірна команда Миколаївських легкоатлетів посідала друге місце в розиграшу Кубка Європи серед юніорів, виграла Кубок Європи серед жіночих клубних команд, вигравали особисті першості на Кубках Європи в естафетному бігу.

А про найбільш уславлені постаті Миколаївської легкої атлетики річ буде пізніше.

Також в Миколаєві зараз на високому рівні знаходиться і інвалідний спорт. Заслужений тренер України, старший тренер збірної команди України В.М.Деркач підготував бігуна на короткі дистанції Сергія Норенка, який став

15-кратним чемпіоном України, 2-кратним чемпіоном Європи, призером Чемпіонату світу і Паралімпійських ігор.

Ще один Миколаївський фахівець, С.В.Затонов, працює вчителем фізичної культури в допоміжній школі-інтернаті № 2. Він не тільки талановитий педагог, але і заслужений тренер України по легкій атлетиці. Вихованці його школи - С. Сокурєнко, В. Загурській, Д. Вовченко - завоювали дві срібні і чотири бронзові медалі на спеціальних Олімпійських іграх в США. Він старший тренер збірної команди України по легкій атлетиці серед дітей з порушенням інтелекту.

Свій значний внесок у розвиток Миколаївського легкоатлетичного спорту зробив і факультет фізичного виховання НГШ, зараз – Інститут фізичної культури та спорту МДУ ім. В.О. Сухомлинського.

Легкоатлетів високого рівня готували на протязі багатьох років Н.М.Грироєва, С.М.Главатий, В.В.Демидов.

Зав. кафедри спортивних дисциплін, Заслужений тренер України С.М.Главатий, до речі, не обмежувався лише однією легкою атлетикою: в його активі також підготовка чемпіона світу та Європи з пожежно-прикладного спорту Олександра Шерстюка.

Говорячи про Миколаївську легку атлетику не можна не зупинитися на найбільш видатних її постатях.

Серед Миколаївських спринтерів найвищих успіхів досягли наші дівчата – Оксана Кочеткова-Ілюшкіна та Наталя Макух, які в складі естафетної команди 4 x 400 м брали участь в Олімпійських іграх 2004 року в Афінах та в чемпіонатах Європи. Вони, а також Наталя Журавльова, ставали переможницями Кубку Європи серед клубних команд, багато разів брали участь у міжнародних змаганнях у складі збірної команди України.

Є також серед миколаївських спортсменок і видатна «марафонка». Це майстер спорту міжнародного класу, рекордсменка України, багатократна переможниця і призер чемпіонатів країни та міжнародних марафонів Тетяна

Гладир-Кузіна, учениця В.М. Добровольського. Нещодавно, у листопаді 2006 р., Тетяна завоювала II місце у славетному Нью-Йоркському марафоні – одному з найпрестижніших змагань, де брали участь всі найсильніші «марафонці» світу. Показаний нею час - 2.26,15 год. – є найвищим досягненням серед українських спортсменок (рекорди в марафонських забігах не реєструються у зв'язку з тим, що забіги проводяться на різних за рельєфом трасах; фіксуються лише вищі досягнення).

Марафонський біг на Миколаївщині представлений ще однією видатною постаттю – це ветеран Великої Вітчизняної війни і спорту, ентузіаст та пропагандист легкої атлетики, Георгій Чайковський, який пішов із життя у 2003 році у 90-річному віці.

Вперше марафонську дистанцію Георгій Чайковський пробіг у далекому 1948 році. Першість України проходила в Одесі у важких погодних умовах. Цього дня був стрічний крижаний вітер, та і пробіг проходив по перетнутій підйомами ґрунтовій дорозі (тоді асфальту не було). В таких виснажливих умовах наш бігун переміг кращих марафонців республіки, ставши першим чемпіоном УРСР на Миколаївщині, і пробіг 42 кілометри 195 метрів за 2 години 53 хвилини. Йому тоді було 35 років. Ще через два роки, беручи участь в першості СРСР по марафонському бігу, він вперше виконав норматив майстра спорту СРСР, поліпшивши свій перший результат на 16 хвилин і став першим майстром спорту з легкої атлетики в області.

У 1963 році Георгію Чайковському виповнилося 50 років. Він очолював збірну команду Миколаївської області на Спартакіаді України. Стартувало 109 учасників. Всі треновані і молоді, один лише миколаївець - такий "стародавній марафонець". Відправляючи спортсменів на дистанцію, суддя-інформатор оголосив: "Останнім стадіон покидає самий старший учасник. Йому 50 років, подивимося, яким він повернеться на фініш". Перенівши всі труднощі, Георгій Чайковський повернувся 3-м, ставши бронзовим призером спартакіади, залишивши позаду 106 молодих марафонців, пробігши дистанцію за 2 години 45 хвилин. Не дивлячись на вік,

він ще багато років продовжував займатися бігом і брати участь в чемпіонаті УРСР.

У 1983 році, беручи участь в Московському міжнародному марафоні Миру в рік свого сімдесятиріччя, Георгію Чайковському вдалося перемогти всіх ветеранів, які були молодше за нього на 10 і 15 років. Це був його 55-й за рахунком офіційний марафон.

Майже до останнього року свого довгого життя ветеран спорту продовжував займатися бігом, брати участь у пробігах, залучати людей до занять спортом, втілювати своїм прикладом взірць здорового способу життя.

Самою відомою постаттю Миколаївської легкої атлетики є уславлена стрибунка у висоту Інга Бабакова. В 1996 році наша землячка виборола «бронзу» на Олімпійських іграх. Крім того, в активі у цієї видатної спортсменки ціла колекція нагород чемпіонатів світу: за період з 1991 по 2001 рік Інга збила 5 нагород різного гатунку – «золото», 2 «срібла» і стільки ж «бронзи». Саме Інга Бабакова володіє сьогодні рекордом України у стрибках у висоту, який дорівнює 205 см і був встановлений нею у 1991 році.

А «бронзова» естафета Миколаївських олімпійських нагород була продовжена на Олімпійських іграх 2004 року в Афінах, де її прийняла ще одна наша землячка, Миколаївська стрибунка Віта Стюпіна. Третє місце ця чарівна дівчина здобула у важкій боротьбі, встановивши особистий рекорд і показавши результат 2 м 02 см. Зараз тренером Віти стала саме Інга Бабакова, яка звершила свою спортивну кар'єру у 2004 році, востаннє прийнявши участь в Олімпійських іграх.

В Миколаєві завжди були сильні стрибкові традиції. Ще у 70-і роки ХХ сторіччя на чемпіонатах області та міста планка в секторі для стрибків у висоту піднімалася на рівень нормативу майстра спорту СРСР і вище, а в той час таке не завжди случалося навіть на республіканських змаганнях. Провідним тренером в ті роки був випускник факультету фізичного виховання Миколаївського педінституту Анатолій Степанович Ільїн. Сам -

майстер спорту, срібний призер чемпіонату СРСР, дворазовий переможець і триразовий призер чемпіонату України, - А.С.Ільїн підготував цілий ряд майстрів спорту.

Але А.С.Ільїн не обмежився лише тренерською роботою. Завершивши свою спортивну кар'єру у 1979 році, він продовжував підтримувати форму – стрибав разом із учнями, грав у футбол, волейбол. І коли з 1990 року в Україні почали проводити змагання з легкої атлетики серед ветеранів, А.С.Ільїн став їх незмінним переможцем. В його активі не тільки «домашні» перемоги – він володар світових досягнень в стрибках для чоловіків віком 40-49 років – 196 см, а також для вікової категорії 50-54 роки – 186 см. А.С.Ільїн двократний переможець і двократний срібний призер Чемпіонатів Європи серед ветеранів. І сьогодні він, незмінно підтягнутий, спортивний та доброзичливий, продовжує готувати юних стрибунів – успішно працює тренером Миколаївської СДЮШОР з легкої атлетики. У 2007 році його вихованка Оксана Окунева стала бронзовим призером Чемпіонату Європи серед юних спортсменів, багато разів виграла Чемпіонати України. У 2017 р. Оксана стала переможницею Всесвітньої Універсиади, а також виборювала нагороди на цілому ряді престижних міжнародних змагань.

Ще один видатний тренер, який працював з миколаївськими стрибунками – заслужений тренер СРСР Ігор Данилович Ковпак. Він підготував цілий ряд майстрів спорту міжнародного класу, майстрів спорту СРСР та України, переможців та призерів змагань самого високого рангу. І.Д.Ковпак входив в число кращих тренерів - «висотників» світу. Саме під його керівництвом Інга Бабакова завоювала бронзову медаль Чемпіонату світу у 1991 році і поновила рекорд України, стрибнувши на 202 см. Потім Інга стала тренуватися під керівництвом свого чоловіка, С.Бабакова. Їх дует склався дуже успішно, про видатні спортивні досягнення цієї видатної спортсменки і тендітної, чарівної жінки вже було сказано вище.

А на момент уходу Інги Бабакової з групи І.Д.Ковпака в нього вже була група «висотників» - 7 майстрів спорту міжнародного класу, кілька майстрів спорту та кандидатів у майстри. До речі, «школу Ковпака» пройшла і бронзовий призер Олімпіади 2004 р. Віта Стьопіна.

Ще один «зірковий» вихованець І.Д.Ковпака – Юрій Сергієнко, - майстер спорту міжнародного класу, багаторазовий чемпіон Радянського Союзу і України, чемпіон Європи серед юніорів, переможець ряду крупних міжнародних турнірів. Його особисте досягнення - 2 м 35 см, - і сьогодні забезпечило б йому призове місце на змаганнях найвищого рангу.

Але найяскравішим досягненням тандему Ковпак-Сергієнко, мабуть, слід назвати перемогу на Кубку Світу над уславленим світовим рекордсменом Хав'єром Сотомайором. Тим більш цінна ця перемога, що відбулася вона ні десь, а саме вдома у Сотомайора – на Кубі, в Гавані, на очах у переповненого стадіону вболівальників, на чолі із самим президентом - Фіделем Кастро.

На жаль, сьогодні І.Д.Ковпака вже нами з нами – у 2002 році він раптово помер. А Юрій Сергієнко завершив спортивну кар'єру і успішно працює тренером СДЮШОР. Поки що найвищим досягненням його тренерської кар'єри є Олімпійська бронза Віти Стьопиної. І хоча зараз вона тренується під керівництвом Інги Бабакової, у Юрія Сергієнка залишився ряд талановитих учнів. Найсильнішим з них, мабуть є Андрій Соколовський, особисте досягнення якого складає 2 м 36 см. Андрій був переможцем ряду престижних міжнародних турнірів, а на Олімпіаді 2004 р. посів почесне 5 місце.

Про авторитет тренера Сергієнка говорить і той факт, що до нього приїжджав свого часу з Росії тренуватися переможець олімпійських ігор 2000 р. Сергій Клюгін.

Плідно працює в Миколаєві із стрибунками ще один тренер – В.В.Демидов. Під його керівництвом підготовлені два майстри спорту міжнародного класу – О.Демидова у стрибках у висоту та Г.Демидова в

потрійному стрибку. Г.Демидова у 2012 році стала переможницею Універсиади США і в цьому ж році брала участь у складі збірної команди України в Олімпійських іграх в Лондоні. Також В.В.Демидов підготував ряд Майстрів спорту України, переможців та призерів Чемпіонатів України. Зараз саме під його керівництвом тренується О.Окунєва.

В ряді Миколаївських стрибунів слід також згадати і Ю.Чумаченко, МСМК зі стрибків у висоту, яка тренується під керівництвом своєї матері, М.М.Чумаченко, яка крім доньки підготувала ще цілий ряд стрибунів високого рівня.

Таким чином, можна стверджувати, що на сьогодні Миколаївська школа стрибків у висоту є однією з провідних, а може, й найсильнішою на Україні і слід чекати від неї нових рекордів та досягнень.

Якщо із стрибками та біговими видами положення в Миколаївській легкій атлетиці втішає, то, на відміну від них, на сьогодні взагалі не розвиваються такі види, як метання диску, спису, молоту, спортивна ходьба, багатоборства. Відчувається дефіцит і штовхальників ядра.

Висновок

Таким чином, вивчення даної теми сприяє:

- розширенню уявлень студентів про легку атлетику як вид спорту;
- отриманню знань про розвиток легкої атлетики в світі, в Україні та на Миколаївщині;
- розширенню кругозору та загальної ерудиції студентів.

Контрольні питання:

1. Які види легкої атлетики були представлені на Стародавніх Олімпійських іграх у Греції?
2. В якому році відбулися перші легкоатлетичні змагання сучасності?
3. З якого року легкоатлетичний спорт представлений в програмі Олімпійських ігор?

4. Які види легкої атлетики зазнали найбільше еволюційних змін в процесі розвитку і в чому вони полягали?
5. Кого із спортсменів у світі можна назвати найвидатнішими легкоатлетами ХХ сторіччя?
6. Назвіть легкоатлетичні рекорди, які увійшли у історію спорту.
7. Назвіть найвидатніших українських легкоатлетів, які виступали у складі збірної команди Радянського Союзу.
8. Хто з українських легкоатлетів за часів незалежності ставав Олімпійським чемпіоном, призером Олімпійських ігор, переможцем та призером Чемпіонатів світу з легкої атлетики?
9. За якими напрямками планується подальший розвиток легкоатлетичного спорту?
10. Прізвища найвидатніших легкоатлетів Миколаївщини.
11. Хто з Миколаївських легкоатлетів є на сьогодні володарем національного рекорду, в якій дисципліні і з яким результатом?

Література:

1. "Легка атлетика". В.В.Коробченко. Посібник для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів. Київ, "Вища школа", 1977.
2. "Легка атлетика". О.В.Гогін. Курс лекцій для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних навчальних закладів. Харків, „ОВС”, 2001.
3. "Історія розвитку видів легкої атлетики". Методична розробка. І.В.Демидова. Миколаїв, 2005.
4. «Николаевские Олимпийцы». Г.А.Первов. Николаев, НГТУ им. П.Могила, 2003 г. С. 26-48