

**О.В. КЛЫЧКОВА**

*(Волгоград)*

**ЭВОЛЮЦИЯ РОССИЙСКИХ НАУЧНЫХ КОНЦЕПЦИЙ  
ПОДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-БЕГУНОВ  
НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ**

*Анализируется динамика рекордов России в беге на 200 м  
у мужчин в возрастном аспекте.*

*Ключевые слова: российская легкая атлетика, рекорды, эволюция, динамика, мужская категория, молодежь, юниоры, юноши.*

Начало развития легкой атлетики в России связано с организацией П.П. Москвиным в 1888 г. спортивного кружка в пос. Тярлево около г. Санкт-Петербурга. Спринтерский бег в России получил распространение позже, чем в западных странах. В первых официальных соревнованиях по легкой атлетике в России состоялись в 1897 г., в программу были включены бег на 300 футов (91,5 м) и на 188,5 сажени (401,1 м) [9, С. 9–11]. Неуклонное повышение уровня развития спортивных высших достижений – исторический факт. В настоящее время рекорды возрастают, несмотря на то, что некоторые специалисты (Л.П. Матвеев, В.П. Филин, Л.С. Хоменков, В.К. Бальсевич, В.В. Платонов, Ф.П. Суслов, Ю.Г. Травин, Б.Н. Шустин, В.Г. Никитушкин) считали, что рекорды достигли своего потолка и что дальнейшее их улучшение вряд ли возможно.

Мужской спринтерский бег, особенно на короткие дистанции – 100 и 200 м, традиционно считается далеко не самым сильным видом российской легкой атлетики. Причинами неконкурентоспособности наших бегунов на короткие дистанции являются следующие: расовое различие (темнокожие спортсмены генетически более быстрые и выносливые, чем европейцы); материально-техническое оснащение (в других странах лучше условия для тренировок и соревнований, чем в нашей стране); погодно-климатические факторы (в других странах можно круглогодично тренироваться на открытых стадионах); воздействие фармакологических средств (спортсмены других стран удачно применяют эти средства, а наши спортсмены их не используют). Причина низкой результативности в российском легкоатлетическом спринтерском беге напрямую связано с отсутствием использования в практике их подготовки современных научных разработок.

На наш взгляд, для того чтобы выяснить главную причину низких результатов российских мужчин в спринтерском беге на различных международных соревнованиях необходимо провести более детальное и глубокое научное исследование. Только в случае обнаружения такой причины можно сделать обоснованные предложения по кардинальному исправлению сложившейся ситуации в легкоатлетическом спринте.

Целью нашего исследования является научное обоснование в эволюционном аспекте влияния научных концепций подготовки легкоатлетов-спринтеров Российской Федерации на их достижения в соревнованиях.

Так из отмеченных сорока одного рекорда России в беге на 200 м девятнадцать относятся к мужской возрастной категории, девять – к молодежной (возраст до 23 лет), восемь – к юниорской (возраст до 20 лет) и пять – к юношеской (возраст до 18 лет). Эти данные представлены в табл. 1.

Таблица 1

## Эволюция рекордов России мужчин в беге на 200 метров

Дата рекорда	Результат, И.Ф. спортсмена			
	Мужчины	Молодежь до 23 лет	Юниоры до 20 лет	Юноши до 18 лет
1900	26,6 П. Лидваль			
1903	26,0 К. Шнейдер			
1911	24,8 А. Соколов			
1913	22,4 Б. Орлов			
1918	24,2 Ю. Вонзбейн			
1919	23,5 А. Бирзин			
1922	23,2 А. Цейзик			
1928	22,5 / 22,0 Т. Корниенко			
1935	21,8 Р. Люлько			
1936	21,6 Р. Люлько			
1946		23,0 В. Сухарев		
1948		22,8 Б. Токарев		
1951	21,4 / 21,2 В. Сухарев			
1953	21,0 А. Игнатъев			
1954			21,6 В. Марьин	
1955	20,9 Б. Токарев			
1960		21,2 Э. Озолин		
1962		21,1 Б. Зубов	21,5 А. Перов	
1965	20,8 Э. Озолин / 20,7 Н. Политико	20,9 Б. Савчук	21,3 А. Братчиков	
1967		20,8 А. Братчиков		
1968	20,5 Н. Иванов			
1969			21,2 М. Лебедев	
1971				21,6 С. Изотов / 21,4 С. Пронин
1972			21,0 А. Аксинин	
1976				21,3 А. Шляпников
1978			21,07/20,8 А. Шляпников	
1983				21,26 В. Савин
1987	20,23 В. Крылов			21,14 А. Шлычков
1988				21,06 А. Горемыкин
1989		20,74 М. Вдовин		
1990			20,47 А. Горемыкин	
1991		20,36 А. Горемыкин		
1994		20,35 А. Порхомовский		

Ни одному спортсмену не удалось показать рекордное время в беге на 200 м последовательно во всех четырех возрастных категориях. Можно констатировать, что ни одной из них не присущ линейный характер – нет в течение рассматриваемого интервала времени последовательного и постепенного улучшения спортивных результатов. Только один спортсмен смог установить рекорды России в трех последовательных возрастных категориях: Александр Горемыкин – рекорд России среди юношей (21,06 с) в 1988 г., рекорд России среди юниоров (20,47 с) в 1990 г., рекорд России среди молодежи (20,36 с) в 1991 г. И пятерым спортсменам удалось последовательно показать результат в двух возрастных группах: Андрей Шляпников – рекорд России среди юношей (21,3 с) в 1976 г., рекорд России среди юниоров (21,07 с) в 1978 г.; Александр Братчиков – рекорд России среди юниоров (21,3 с) в 1965 г., рекорд России среди молодежи в 1967 г.; Владимир Сухарев – рекорд среди молодежи (23,0 с) в 1946 г., рекорд среди мужчин который улучшил дважды (21,4 с и спустя два месяца 21,2 с) в 1951 г.; Борис Токарев – рекорд России среди молодежи (22,8 с) в 1948 г., рекорд России среди мужчин (20,9 с)

в 1955 г.; Эдвин Озолин - рекорд России среди молодежи (21,2 с) в 1960 г., рекорд России среди мужчин (20,8 с) в 1965 г.

Так в динамике рекорда России у юношей в беге на 200 м можно выделить два периода роста: первый период приходится на 1971 г., когда впервые был официально зарегистрирован рекорд для юношей (возраст до 18 лет) Сергей Изотов (21,6 с) и через месяц улучшает рекорд до (21,4 с) и через пять лет в 1976 г. Андрей Шляпников доводит рекорд в этом периоде до 21,3 с; второй через 12 лет в 1983 г. Виталий Савин устанавливает рекорд среди юношей (21,26 с) при помощи электронного хронометрирования; через четыре г. Александр Шлычков улучшает рекорд (21,14 с). И последний прироста в 1988 году Александр Горемыкин устанавливает рекорд 21,06 с [5, с. 25–34; 12, с. 26–28].

У юниоров в динамике рекордов России условно просматриваются четыре периода роста. Первый прирост начинается в 1954 г., Владилен Марьин показывает рекорд России среди юниоров (21,6 с) [12, с. 26–28]. Через восемь лет юниоры улучшили результат, доведя его в 1962 г. Александр Перов (до 21,5 с). Второй пик прироста начинает в 1965 г. Александр Братчиков устанавливает новый рекорд России (21,3 с) [3, с. 22–24]. За этот период еще дважды улучшаю, в 1969 году Михаил Лебедев (21,2 с) и в 1972 году Александр Аксинин достигает рекорд (21,0 с). Третий приходится на 1978 год, то есть через 6 лет спустя. В этот год Андрей Шляпников достиг 20,8 с ручного времени и 21,07 с электронного хронометрирования. Затем наступает двенадцатилетняя пауза, и только в 1990 году Александр Горемыкин устанавливает новое достижение – 20,47 с. Это четвертый пик роста [7, с. 20–40; 10, с. 40–42].

В динамике рекорда России среди молодежи можно выделить три периода роста. Первый пик приходится на 1946 г. послевоенный период Владимир Сухарев устанавливает рекорд России среди молодежи (23,0 с). Через два года в 1948 г. Борис Токарев улучшает рекорд (22,8 с) [11, С. 2 - 10]. Затем наступает второй период роста рекорда России в 1960 г., Эдвин Озолин (21,2 с). За этот период еще трижды улучшили рекорд России среди молодежи, в 1962 г. Борис Зубков с результатом 21,1 с. Через три года в 1965 г. Борис Савчук (20,9 с), и еще два года в 1967 г. Александр Братчиков (20,8 с). А вот третий приходится на 1989 г., когда Михаил Вдовин улучшает его до 20,47 с. Четвертый период роста рекорда России среди молодежи наступил через два года, Михаил Вдовин 20,47 с. С 1989 г. его улучшили один раз. В 1994 г. Александр Порхомовский довел его до 20,35 с [2, с. 32–34; 5, с. 20–40; 8, с. 23–26; 12, с. 26–28].

В динамике рекорда России у мужчин выделяется семь периодов роста. Это больше, чем во всех рассматриваемых возрастных категориях. Итак, первый период роста рекорда России приходится на 1900 г., когда результат П. Лидваль – 26,6 с стал первым рекордом дореволюционной России. За этот период рекорд изменялся трижды в 1903 г. К. Шнейдер 26,0 с, в 1911 г. А. Соколов улучшает рекорд 24,8 с и в 1913 г. устанавливает рекорд 22,4 с Б. Орлов. Этот период продлился 18 лет, и в 1918 г. Юрий Вонзбейн устанавливает рекорд после революции, до официальной регистрации (24,2 с). Это второй период. Третий период с 1919 года начало официальной регистрации рекордов России Альфред Бирзин (23,5 с) и продолжался семнадцать лет. За этот период рекорд России улучшился трижды в 1924 г. 23,2 с Борис Громов, еще через четыре года в 1928 г. 22,5 с Тимофей Корниенко и он же через четыре дня улучшает рекорд 22,0с. Четвертый период роста – с 1935 г. Роберт Люлько устанавливает новый рекорд 21,8 с. И через год в 1936 г. он же улучшает рекорд России и доведя его до 21,6 с. Через пятнадцать лет Владимир Сухарев устанавливает новый рекорд России 21,4 с и через пять дней он улучшает свой рекорд 21,2 с. Пятый период роста рекорда. Через два года Ардалион Игнатъев улучшал рекорд России (21,0 с), а в 1955 г. Борис Токарев устанавливает рекорд России (20,9 с). Начало шестого периода роста рекорда России среди мужчин наступил с 1965 г., Эдвин Озолин устанавливает рекорд (20,8 с), а в 1968 г. улучшает Николай Иванов (20,5 с) [11, с. 2–10]. С 1987 г. начался седьмой период роста рекорда России. Владимир Крылов устанавливает рекорд России и по сегодняшний день действительный 20,23 с [1, с. 27–29; 2, с. 32–34; 3, с. 22–24; 6, с. 20–40; 12, с. 26–118].

История развития легкой атлетики необходимо знать, прежде всего, потому, что любое явление необходимо рассматривать в историческом аспекте. Только такой подход позволит глубоко и всесторонне изучить проблему, выявить основные закономерности и определить тенденции развития.

В дореволюционной России занятия спортом были привилегией интеллигенции. Широкие народные массы не имели к ним доступа. Поэтому, хотя и наблюдался некоторый подъем легкоатлетического спорта, массовым он не был. После Октябрьской революции с первых лет образования советского государства легкая атлетика стала развиваться как массовый вид спорта. Большую роль в этом сыграл Всевобуч (Всеобщее военное обучение). По его инициативе во многих городах проводились крупные соревнования, в программе которых главное место отводилось легкой атлетике. Несмотря на тяжелые экономические и военные условия первых послереволюционных лет, уже в эти годы начали формироваться черты новой теории и практики спорта, в том числе и легкоатлетического [12, с. 26–28].

Крупный шаг в развитии теории и методики спортивной тренировки в 1920-е гг. связан с именами В.В. Гориневского и Г.К. Бирзина. Их работы оказали существенное влияние и на становление советской школы легкоатлетического спорта. Целый ряд специалистов по легкой атлетике внесли в эти годы свой вклад в определение основ спортивной техники, методики начального обучения и тренировки. Так, в 1925 г. М.Н. Ниман одним из первых в отечественной литературе изложил передовые для своего времени положения о методике обучения. Ему принадлежит также заслуга в обосновании необходимости разностороннего развития легкоатлета как условия его успеха в спортивной специализации. К концу данного этапа список отечественной легкоатлетической литературы был уже довольно велик. Начиная с 1924 г. в СССР стала проводиться официальная регистрация рекордов по легкой атлетике, что стимулировало рост спортивных достижений.

Развитию легкой атлетики в значительной мере способствовало введение в 1931 г. Всесоюзного комплекса ГТО, в котором из всех видов спорта наиболее широко была представлена легкая атлетика. Введение комплекса ГТО способствовало значительному улучшению спортивной работы, росту массовости. Легкой атлетикой стали заниматься миллионы людей, которые готовились сдать нормы комплекса ГТО. Во время подготовки и в процессе сдачи норм выявилось много одаренных спортсменов, которые впоследствии, систематически занимаясь в легкоатлетических секциях, стали всенародно известными.

В 1930-е гг. значительно продвинулась разработка теории и методики легкой атлетики. Появился ряд руководств и учебных пособий. В 1936 г. совместными усилиями Московского и Ленинградского институтов физической культуры был создан первый советский учебник по легкой атлетике, который отразил опыт практической работы ведущих тренеров, педагогов, а также результаты научной работы.

В 1938 г. одним из видных теоретиков и практиков легкой атлетики Г.В. Васильевым была защищена первая в нашей стране кандидатская диссертация по этому виду спорта («Метания в легкой атлетике»). Все это знаменовало создание научно-методических основ советской школы легкой атлетики, которые обусловили ее практические достижения. По уровню лучших спортивных результатов наши легкоатлеты, занимавшие в 1925 г. 28-е место в мире, к 1940 г. вышли на 5-е место.

В 1941 г. была введена единая Всесоюзная спортивная классификация, которая из-за начавшейся Великой Отечественной войны не могла получить широкого распространения. После войны в 1946 г. советские легкоатлеты впервые приняли участие в чемпионате Европы. Выступили они очень удачно, завоевав 22 медали (6 золотых, 14 серебряных и 2 бронзовых).

В 1970–1980 гг. наблюдается тенденция к ежегодному увеличению объема тренировочных средств на 6–8%. В системе подготовки спортсменов широко внедряются упражнения, выполняемые на разных тренажерах, а также с устройствами и приспособлениями. С середины 80-х до начала 90-х гг. объемы годовых нагрузок снизились на 12–13,5%, а интенсивность основных средств подготовки увеличилась на 3–5%. Говорят, что спорт вне политики, но именно политические пертурбации развалили советскую легкую атлетику. Разошлись по разным сторонам рекорды СССР, распалась единая организационная и методическая концепция подготовки спортсменов различных квалификаций, исчезли традиции, школы, системы спортивной тренировки легкоатлетов. И теперь уже украинцам и белорусам, казахам и грузинам, эстонцам и литовцам отстаивать свои легкоатлетические позиции, доказывают преимущества собственных концепций развития легкой атлетики самостоятельно [8, с. 9–11]. В 90-е

гг. по 2003 г. наблюдалась тенденция дальнейшего увеличения интенсивности тренировочного процесса на 1,5–2,5% в год. С 2005 г. по настоящее время вновь наблюдается картина увеличения объема тренировочных нагрузок на 5–8% в год, с удержанием высокой интенсивности выполнения основных средств подготовки на отдельных этапах годового цикла [4, с. 35–45].

Так, прогрессивные изменения научных идей, концепций и технологий подготовки бегунов на 200 м в отечественной спортивной науке способствуют росту рекордных достижений спортсменов в пределах Российской Федерации. Чем быстрее и полноценнее происходит внедрение современных научных концепций в практическую деятельность тренеров, тем значительно наблюдается улучшение результатов победителей мужчин в спринтерском беге на различных международных соревнованиях. Причем, такая тенденция свойственна как для зарубежных легкоатлетов, так и российских.

### Литература

1. 25 лучших легкоатлетов СССР в 1960 году // Легкая атлетика. 1961. № 1. С. 27–29.
2. 25 лучших легкоатлетов СССР в 1965 году // Легкая атлетика. 1966. № 2. С. 32–34.
3. 10 лучших легкоатлетов СССР 1917 – 1967 гг // Легкая атлетика. 1968. № 1. С. 22–24.
4. Аванесов В.У. Повышения специальной работоспособности в профессиональной деятельности спортсменов скоростно-силовых видов легкой атлетики // Физическая культура, спорт, здоровье в жизни молодежи: сб. науч. статей Всероссийская науч.-практ. конф. / под. ред. проф. В.И. Сысоева, проф. В.У. Аванесова. Воронеж: Научная книга, 2009. С. 35–45.
5. Лучшие легкоатлеты 1988 года (1971 года рождения и моложе) // Легкая атлетика. 1988. № 11. С. 25–34.
6. Лучшие легкоатлеты СССР в 1989 году // Легкая атлетика. 1989. № 12. С. 20–40.
7. Лучшие легкоатлеты в 1991 году // Легкая атлетика. 1992. № 1. С. 20–40.
8. Лучшие легкоатлеты мира и России 1994 года // Легкая атлетика. 1995. № 1. С. 23–26.
9. Разумовский Е. Российская легкая атлетика вчера и сегодня. А завтра? // Легкая атлетика. 1993. №11. С. 9–11.
10. Рекорды юниоров, юношей и девушек // Легкая атлетика. 1991. № 6. С. 40–42.
11. Советские легкоатлеты могут выступать лучше // Легкая атлетика. 1957. № 3. С. 2–10.
12. Шаги рекордов // Легкая атлетика. 1965. № 11. С. 26–28.
13. Клычкова О.В. Динамика рекордов России среди мужчин в беге на 100 метров // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. 2013. № 11. С. 113–118.

### *Evolution of Russian scientific conceptions of training track and field athletes in short distances*

*There is analyzed the dynamics of Russian records in 200 m sprints among men in the age aspect.*

*Key words: Russian athletics, records, evolution, dynamics, men's category, the youth, juniors, young people.*