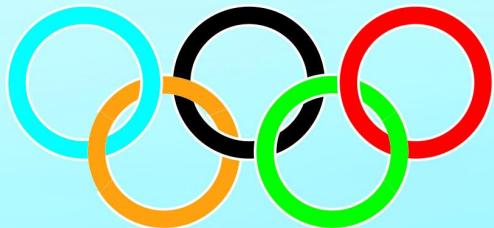
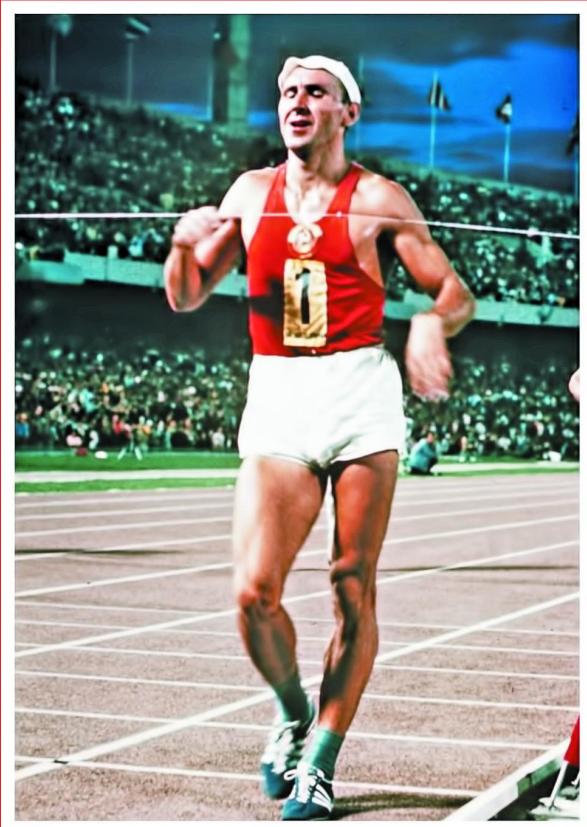


ЛЕГКА АТЛЕТИКА

від олімпійського чемпіона



Володимира
Голубничого





**До 80- річчя з дня народження дворазового
олімпійського чемпіона В.С. Голубничого**

Шановні друзі!

Поколінню, яке переступило рубіж третього тисячоліття, випало бути свідками або причетними до перемог славетного

Володимира Голубничого із українського міста Суми.

Автори запропонованого видання, у жодному разі не претендуючи на всезагальність і всеприйнятність, зробили вдалу спробу об'єднати життєвий шлях свого земляка з іншими, не менш видатними олімпійськими досягненнями українських легкоатлетів та спортсменів Сумщини.

Непідробну цікавість викликає і матеріал про історію розвитку видів легкої атлетики, у яких перемагали олімпійці України і, маю надію, ще радуватимуть своїми перемогами.

Упевнений, що подібних спортивних видань має бути набагато більше і з'являтися вони повинні якомога частіше в усіх областях України.

Володимир Степанович Голубничий - легенда світового спорту.

Людина гідна і скромна - взірець для молодого покоління.

Він і сьогодні продовжує вносити свій посильний вклад у підготовку спортивної зміни - майбутніх олімпійських чемпіонів. Тож нехай його й надалі супроводжують найбільші надбання в житті - здоров'я, успіх і надія!

З повагою

Ігор Гонцул

президент Федерації легкої атлетики України

Дорогі друзі!

Дякую вам за те,
що ви є поруч і в спорсі, і в житті.
Бажаю усім налаштунько
надії та віри у перемогу
з повагою *Ігор Гонцул*

2 серпня 2016 р.





Федерація легкої атлетики України

Федерація легкої атлетики Сумської області

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

від олімпійського чемпіона

Володимира Голубничого

Суми
ВВП «Мрія»
2016

УДК 796.42
ББК 75.711
Б 86

Автори-упорядники:
Боярко А.А., Бріжатий О.В., Підлісний В.І.

Ідея - Володимира Підлісного

Рецензент:
В.А. Яковлев – суддя національної категорії,
директор Сумської СДЮСШОР В.Голубничого (1984-2005 pp.)

Легка атлетика від олімпійського чемпіона Володимира
Б86 Голубничого / Автори-упорядники: Боярко А.А.,
Бріжатий О.В., Підлісний В.І. - Суми : видавничо-виробниче
підприємство «Мрія», 2016. - 36 с., іл.

ISBN 978-966-873-193-2

Книга коротко знайомить з історією розвитку легкої атлетики та її дисциплін, що входять до олімпійської програми, надає перелік найбільших офіційних та комерційних змагань.

Значне місце в книзі приділено дворазовому олімпійському чемпіону В. Голубничому, його більш ніж чвертьвіковій спортивній біографії та олімпійським стартам.

Книга знайомить зі спортивними досягненнями українських легкоатлетів - усіх чемпіонів Олімпійських ігор та світу. Розділ "Олімпійська гордість Сумщини" - про чемпіонів та призерів Олімпійських ігор, які народилися або представляли Сумщину на цих змаганнях.

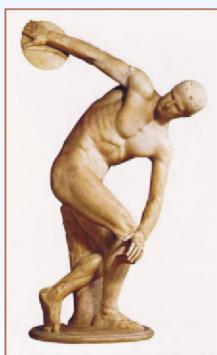
Для широкого кола читачів.

УДК 796.42
ББК 75.711

ISBN 978-966-873-193-2

© Боярко А.А., Бріжатий О.В., Підлісний В.І., автори-упорядн., 2016
© ВВП «Мрія», 2016

Легка атлетика – від давньогрецьких Олімпіад до Rio-de-Жанейро-2016



Життя і добробут первісної людини напряму залежали від уміння швидко бігати, далеко стрибати та точно метати. Власне, ходьба, біг, стрибки та метання народилися разом із людиною. Як наслідок, ще за багато століть до нашої ери у змагання стародавніх народів включалися вищезазначені види легкої атлетики. Легка атлетика є одним із найдавніших видів спорту.

Як прийнято вважати, перші офіційні змагання з легкої атлетики відбулися 776 р. до н.е. на I Олімпійських іграх. Забіг на 1 стадій (192,27 м) виграв Кореб із Еліди. Великою популярністю в Стародавній Греції користувалися стрибки у довжину, які були частиною пентатлона (п'ятиборства). До п'ятиборства, крім стрибків у довжину, входили біг на 1 стадій, боротьба, метання диска та списа. Греки любили метати диск, про що свідчить знаменита статуя Мирона «Дискобол».

Сучасна легка атлетика почала свій шлях із проведення окремих змагань із бігу, стрибків і метань в різних країнах. Перші результати, які дійшли до нас, зафіксовані в стрибку з жердиною в 1789 р. (1 м 83 см, Д. Буш, Німеччина), у бігу на одну милю в 1792 р. (5.52,0, Ф. Поуелл,

Великобританія), в стрибках у висоту в 1827 р. (1.57,5, А. Вілсон, Великобританія) та ін. Вважається, що початок історії сучасних легкоатлетичних змагань поклав забіг на дистанцію близько 2 км учнів коледжу в м. Регбі (Англія) в 1837 р., після чого такі змагання стали проводитися в інших навчальних закладах країни. У 1865 р. був заснований Лондонський атлетичний клуб, який популяризував легку атлетику, проводив змагання і спостерігав за дотриманням статусу аматорства. У США 1868 р в Нью-Йорку був створений атлетичний клуб, а в 1875-му – студентський спортивний союз. До 1880–90 рр. у багатьох країнах світу були організовані любительські легкоатлетичні асоціації, які об'єднали



окрім клубів, ліги і отримали права вищих органів з легкої атлетики. Початок поширенню легкої атлетики в Росії покладено 6 серпня 1888 р., коли в селі Тярлово під Павловськом, поблизу Петербурга, було вперше проведено змагання з бігу на 4 версти (4 км 267 м) та був організований спортивний гурток "Общество любителей бега". В 1894 році у Львові було засновано руханкове товариство "Сокіл", особлива увага в якому зверталася на розвиток гімнастики та легкої атлетики. В 1895 році перші легкоатлетичні змагання було проведено в Одесі. Широкий розвиток сучасної легкої атлетики пов'язаний із відродженням у 1896 році Олімпійських ігор. І сьогодні Олімпійські ігри – потужний стимул для розвитку легкої атлетики в усьому світі. Першим олімпійським чемпіоном сучасності став легкоатлет із США Джеймс Конноллі. 6 квітня 1896 року в Афінах він переміг у потрійному стрибку з результатом 13 м 71 см. В серпні 1913 року в Києві було проведено I Всеосійську олімпіаду, в якій взяли участь 174 легкоатлети. В змаганнях на Дикому полі (нині – Дика вулиця в Шевченківському районі) команда київського гуртка "Спорт" здобула 2-е загальнокомандне місце, виборовши 7 перших, 12 других і 13 третіх місць.

Важливою віхою на шляху розвитку спорту в Україні стала I Всеукраїнська олімпіада, легкоатлетичні змагання якої пройшли 10-18 серпня 1921 р. в Харкові на майданчику "Гельферіх-Саде".

В 1951 році Національний Олімпійський Комітет СРСР став членом МОК, що дало змогу спортсменам країни брати участь в олімпійських стартах, починаючи з 1952 року. Після оголошення Незалежності України та виступу на Олімпійських іграх-1992 у складі збірної СНД легкоатлети України виступають самостійною командою.



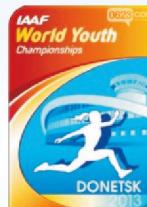


Україна традиційно одна з провідних націй у легкій атлетиці. Українським спортсменам належать світові рекорди: Сергій Бубка є власником світового рекорду в стрибках з жердиною, Інесі Кравець належить світовий рекорд у потрійному стрибку, Юрію Седих — в метанні молота, а українська багатоборка Наталія Добринська володіє світовим рекордом у п'ятиборстві.

Легка атлетика — це олімпійський вид спорту, один з основних і най масовіших видів спорту. Із 302 комплектів нагород олімпійської програми — 47 розігрується в легкій атлетиці — найбільше із усіх видів спорту. Недарма легку атлетику називають королевою спорту. Керівний орган — Міжнародна асоціація легкоатлетичних федерацій (ІААФ), створена в 1912 році і обєднує 213 національних федерацій. Керівний орган в Україні — Федерація легкої атлетики України.

Змагання проводяться на стадіонах просто неба, в закритих приміщеннях та поза стадіонами. Біг є основою легкої атлетики. Існує велика кількість неолімпійських видів змагань з бігу, з яких проводяться численні міжнародні змагання як серед чоловіків, так і жінок, або об'єднані забіги, чемпіонати світу та Європи; ведеться залік світових рекордів — наприклад з гладкого бігу (на традиційних для англомовного світу дистанціях, що вимірюються в ярдах та милях) та з кросу. Серед довгих дистанцій найпопулярніші напівмарафон (21,1 км), чверть-марафон (10,5 км), існують змагання з «ультрамарафоном» (50 км, 100 км тощо), з бігу на час — біг на 1 годину, 2, 6, 12, 24 години, багатодобові пробіги тощо.

Легкоатлетичні змагання



- Літні Олімпійські ігри - легка атлетика в програмі Ігор з 1896 року.
- Чемпіонат світу з легкої атлетики - проводиться з 1983 року, раз на два роки по непарних роках. Чемпіонат 2015 року пройшов у Пекіні.
- Чемпіонат світу в приміщенні - проводиться з 1985 року, раз на два роки по парних роках. Останній чемпіонат пройшов у 2016 році в Портленді (США).
- Чемпіонат Європи з легкої атлетики - проводиться з 1934 року, раз на чотири роки, з 2010 року - раз на два роки. Чемпіонат 2016 року пройде в Амстердамі (Нідерланди).
- Чемпіонат світу серед юніорів - проводиться раз на два роки, починаючи з 1986 року. До участі допускаються спортсмени не старше 19 років.
- Чемпіонат світу серед юнаків та дівчат - проводиться раз на два роки, починаючи з 1999 року. До участі допускаються спортсмени, яким у рік змагання виповниться 16 і 17 років. VIII чемпіонат світу пройшов 10-14 липня 2013 року на РСК "Олімпійський" у Донецьку.
- Чемпіонат Європи в приміщенні - проводиться з 1966 року, раз в два роки по непарних роках. Черговий чемпіонат пройшов у 2015 році в Празі.
- Континентальний кубок ІААФ (командні змагання; раніше - Кубок світу з легкої атлетики) - проводиться раз на чотири роки. Черговий Кубок пройшов у 2014 році в Маракеші (Марокко).
- Чемпіонат світу з бігу по пересічений місцевості - проводився щорічно з 1973 року. З 2011 року проводиться раз на два роки.
- Командний чемпіонат світу зі спортивної ходьби (раніше - Кубок Лугано, Кубок світу) - проводиться з 1961 року кожні два роки.
- Чемпіонат світу з напівмарафону - проводиться з 1992 року.
- Чемпіонат України (УРСР) - проводиться з 1921 року, в закритих приміщеннях – з 1948 року (в т.ч. у м. Суми – з 2003 року).
- Гран-прі - цикл літніх змагань, що проходять щорічно і закінчуються фіналом Гран-прі.
- Золота ліга ІААФ - щорічна серія змагань із легкої атлетики в 1998-2009 роках.
- Діамантовая ліга ІААФ - цикл змагань, проводиться щорічно з 2010 року.
- Легкоатлетична серія ІААФ World Challenge.



В. Голубничий на дистанції спортивної ходьби в чверть віку

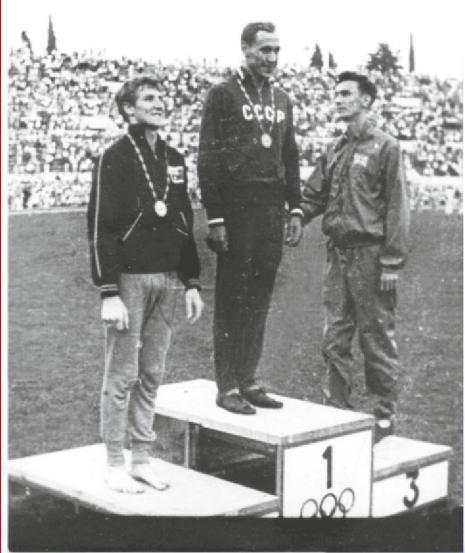
Рік	Змагання	Місто	Дистанція	Результат	Дата	Місце
1953	Чемпіонат України	Київ	10 км	45.29,2		I
1955	Матч 5 областей	Харків	20 км	1:33.51,2-РУ	20 квітня	I
	Першість ВДСТ "Медик"	Москва	20 км	1:30.35,2-РРС	6 серпня	I
	Чемпіонат України	Київ	20 км	1:30.02,8-СР	2-6 жовтня	I
1957	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км		28 серпня-2 вересня	4-е
	Чемпіонат України	Одеса	20 км	1:33.57,8	29 вересня-3 жовтня	I
1958	Чемпіонат України	Сімферополь	20 км	1:27.05,0-СР	23 вересня	I
1959	Спартакіада України	Київ	20 км	1:28.51,2	7-10 червня	I
	Матч СРСР-США	Філадельфія (США)	20 км	1:38.20,2	18-19 липня	I
		Одеса	20 км	1:26.13,2-СР	15 вересня	I
1960	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:33.52,0	15-18 липня	I
	XVII Олімпійські ігри	Рим (Італія)	20 км	1:34.07,2	2 вересня	I
1962	Матч СРСР-США	Пало-Альто (США)	20 км	1:37.51,3	21-22 липня	I
	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:32.53,8	11-13 серпня	II
	Чемпіонат Європи	Белград (Югославія)	20 км	1:36.37,6	12 вересня	III
1963	Чемпіонат України	Київ	20 км	1:30.02,8	7-12 липня	I
	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:32.02,0	9-15 серпня	II
1964	Матч СРСР-США	Лос-Анджелес (США)	20 км	1:40.06,0	25-26 липня	I
	Чемпіонат СРСР	Київ	20 км	1:30.54,8	27-30 вересня	I
	XVIII Олімпійські ігри	Токіо (Японія)	20 км	1:31.52,4	15 жовтня	III
1965	Чемпіонат України	Київ	20 км	1:29.36,0	— вересня	I
	Чемпіонат СРСР	Алма-Ата	20 км	1:30.15,6	9-17 жовтня	I
1966	Чемпіонат СРСР	Дніпропетровськ	20 км	1:31.28,2	12-14 серпня	II
	Чемпіонат Європи	Будапешт (Угорщина)	20 км	1:30.06,8	30 серпня	II
1967	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:28.54,0	28 липня-1 серпня	III
	Кубок світу	Бад-Заров (НДР)	20 км	1:28.58,0	11 жовтня	II
1968		Ленінград	20 км	1:25.26,0-РУ	21 липня	
	Чемпіонат СРСР	Севан	20 км	1:33.30,4	12-13 серпня	I
	XIX Олімпійські ігри	Мехіко (Мексика)	20 км	1:33.58,4	14 жовтня	I
1969	Матч СРСР-США	Лос-Анджелес (США)	20 км	1:32.11,0	18-19 липня	I
1970	Матч СРСР-США	Ленінград	20 км	1:28.34,4	23-24 липня	I
	Чемпіонат СРСР	Фрязіно	20 км	1:30.21,8	12-13 вересня	II
	Кубок світу	Ешборн (Великобританія)	20 км	1:27.22,0	17 жовтня	II
1972	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:28.54,2	17-20 липня	I
	XX Олімпійські ігри	Мюнхен (ФРН)	20 км	1:26.55,2	31 серпня	II
1974	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:28.21,2	23-26 липня	I
	Чемпіонат Європи	Рим (Італія)	20 км	1:29.30,0	3 вересня	I
1975	Чемпіонат СРСР	Москва	20 км	1:28.02,6	27-30 липня	III
1976	Чемпіонат СРСР	Київ	20 км	1:23.55,0	10-12 липня	II
	XXI Олімпійські ігри	Монреаль (Канада)	20 км	1:29.24,6	23 липня	7-е
	Матч СРСР-США	Вашингтон (США)	20 км	1:30.40,51	6-7 серпня	I
1979	Спартакіада України	Донецьк	20 км			II
1991	Чемпіонат світу (ветерани)	Турку (Фінляндія)	5 км і 20 км (команда)		18-28 липня	I

СР – світовий рекорд, Р.РС – рекорд СРСР, РУ – рекорд України



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Від олімпійського чемпіона В.С. ГОЛУБНИЧОГО



20 KILOMETRES WALK

37 entries from 19 nations - 36 participants from 18 nations
RESULT

Friday 2nd September — 11.30 hrs

1. V. GOLUBNICHY	URS	1.34'07"2
2. N. FREEMAN	AUS	1.34'16"4
3. S. VICKERS	GRB	1.34'56"4
4. D. Lindner	GER	1.35'33"8
5. N. Read	NZE	1.36'59"0
6. L. Back	SVE	1.37'17"0
7. J. Ljunggren	SVE	1.37'59"0
8. L. Moe	CSV	1.38'32"4
9. A. Oakley	CAN	1.38'46"0
10. E. Hall	GRB	1.38'54"0
11. I. R. Crawford	AUS	1.39'16"2
12. H. Delerue	FRA	1.39'37"6
13. G. Hazle	SAF	1.40'16"2
14. L. Carlsson	SVE	1.40'25"0
15. T. Kristensen	DAN	1.41'07"6

Retired: - A.Vediakov URS
G.Solodov URS
(The Official Report of the Games of the XVII Olympiad Organizing Committee Games of the XVII Olympiad Rome - 1960)

«...І ось він, фініш. Така сподівана, омріяна перемога! Ти стоїш на п'єдесталі пошани, на його найвищій сходинці.

Тобі вручають олімпійську медаль.

На твою честь тут, далеко від Батьківщини, звучить Гімн. Незабутні, радісні хвилини, заради яких віддано стільки сил і праці».

Це цікаво...

Вперше електронні системи хронометражу разом із ручним часом були застосовані на Олімпійських іграх 1968 року в Мехіко. Причому електронний час визнавався офіційно, але записувався як «ручний» - з точністю до 1-ї десятої секунди. Але остаточно офіційними результатами, отримані за допомогою системи фотофінішу і автохронометражу, з прийнятої до сьогоднішнього дня точністю до 1-ї сотої секунди стали тільки з 1972 року - Олімпіади в Мюнхені.

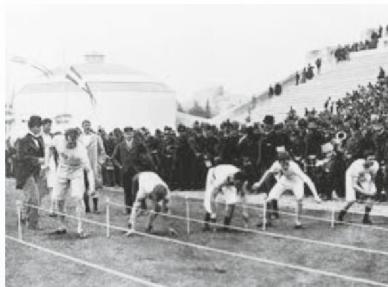


6



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Спринт (від англ. sprint) – біг на короткі дистанції по стадіону. У програму Олімпійських ігор та чемпіонатів світу включений гладкий біг на 100, 200, 400 метрів та естафетний біг 4x100 і 4x400 метрів у чоловіків та жінок. Входить також до складу легкоатлетичних багатоборств.

У зв'язку з тим, що в спринтерських дисциплінах, як правило, бере участь велика кількість учасників (більше, ніж в будь-якій іншій дисципліні легкої атлетики), то відбір доводиться робити в три і навіть у чотири кола (попередні (кваліфікаційні) забіги, 1/4 фіналу, 1/2 фіналу, фінал).

Старт приймається з низького положення, зі стартових колодок. На дистанції спортсмени біжать кожен по своїй доріжці, за винятком естафети 4x400 метрів. Особливість і складність естафет полягають у передачі естафетної палички, яка відбувається на високій швидкості і в точно окресленій 20-метровій зоні.

На офіційних змаганнях IAAF обов'язкове обладнання стадіону системою автоматичного обліку часу і фотофінішу. Вперше фотофініш (на основі техніки фотографії) і електро-механічний хронометраж був застосований на Олімпійських іграх 1912 року.

На Олімпійських іграх 1936 року Джессі Оуенс (США) став 4-разовим олімпійським чемпіоном, вигравши дистанції 100 і 200 метрів, естафету 4x100 метрів (зі світовим рекордом) і стрибки в довжину. Згодом це досягнення зміг повторити тільки Карл Льюїс (США) на Олімпіаді 1984 року. Киянин Валерій Борзов став другим після Арміна Харі (ФРН) білошкірим легкоатлетом, який виграв стометрівку на Олімпіаді (1972). Він перший і єдиний радянський і український спортсмен-спринтер, який виграв олімпійське золото на дистанціях 100 і 200 метрів.



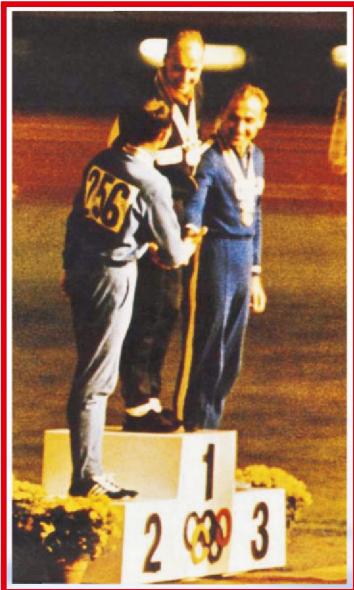
Біг на середні та довгі (стайєрські) дистанції – біг на 800, 1500, 3000 метрів із перешкодами (стипл-чейз), 5000, 10000 метрів та марафон – 42 км 195 м. Змагання на дистанціях понад 10 000 метрів дуже рідко проводяться на стадіоні, а частіше на шосе. За класифікацією IAAF подібні змагання відносяться до категорії «Пробігів» (біг по шосе). Довжина дистанцій при бігу по шосе вимірюється в кілометрах, на стадіоні - в метрах.

Старт на таких дистанціях називається високим - спортсмени у стартовому положенні стоять, виставивши вперед, до стартової лінії, сильнішу ногу. В 1948 р. введена зігнута лінія старту на 800 м, яка урівнює шанси атлетів. В 1959 р. IAAF прийнято рішення починати біг на 800 м по окремих доріжках, займаючи місце біля бровки лише після першого повороту.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Від олімпійського чемпіона В.С. ГОЛУБНИЧОГО



20 km WALK=20 km MARCHÉ

15 countries 30 competitors (26 completed, 2 retired, 2 disqualified), 5 absent

WB	1'27"09"0	V. Golubichy	U.S.S.R.	1956
OB	1'31"27"4	L. Spirin	U.S.S.R.	1956

(No official records, best performance for Walk)

Previous Olympic Winners

1956 L. Spirin	U.S.S.R.	1'31"27"4
1960 V. Golubichy	U.S.S.R.	1'34"07"2

Final 15.20 Oct. 15

1	Matthews,Kenneth Joseph	BRITAIN	1'29"34"0 NOB
2	Lindner, Dieter	GERMANY	1'31"13"2 NOB
3	Golubichy, Vladimir	U.S.S.R.	1'31"59"4
4	Freeman, Noel Frederick	AUSTRALIA	1'32"06"8
5	Solodov, Gennady	U.S.S.R.	1'32"33"0
6	Zinn, Ronald Lloyd	U.S.A.	1'32"43"0
7	Khrolovich, Boris	U.S.S.R.	1'32"45"4
8	Edgington, John William	BRITAIN	1'32"46"0
9	Sperling, Gerhard	GERMANY	1'33"15"8
10	Paddick, John Chester	BRITAIN	1'33"28"4
11	Bilek, Alexander	CZECHSLV	1'33"45"0
12	Reimann, Hans-Georg	GERMANY	1'34"51"0
13	Delerue, Henri	FRANCE	1'34"58"0
14	Kristensen, Tommy	DENMARK	1'35"30"0
15	Gori, Istvan	HUNGARY	1'35"38"0

Weather—Fine Temperature—23.2°C
Humidity—42.0 per cent Wind—1.80m (N)

(The Official Report of the Games of the XVIII Olympiad Tokyo - 1964)

Світові
перемоги
з Сумами в серці



Важка бронза Токіо

Другий олімпійський старт

«...З усіх наших бігунів на середній довгій дистанції, марафонців і скоростів

ходів у Токіо лише мені та І. Беляєву (стипль-чез) вдалося завоювати медалі, і то бронзові. Ця нагорода була для мене слабкою втіхою, але я твердо вірив, що в Мексиці виступлю краще»

Це цікаво...

Перші офіційні результати в легкій атлетиці, які дійшли до нас, були зафіксовані на змаганнях у Великобританії в 1770 році в годинному бігу—17 км 300 м.

Марафонський біг вимагає величезних зусиль. За час забігу серце марафонця має в середньому "перекачати" близько 5 тонн крові. Організм виконує гіганську роботу, тому на марафонській дистанції створюють пункти харчування, де спортсмен може випити поживний напій, щоб відновити сили.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Біг з бар'єрами – спринтерський біг, під час якого спортсменам необхідно долати бар'єри на дистанціях 100 (жінки), 110 (чоловіки) та 400 метрів. Атлети на дистанції бігу з бар'єрами біжать кожен своєю доріжкою. L-подібні (у профіль) бар'єри розміщуються через рівні інтервали так, щоб ніжки бар'єра дивились у напрямку старту (щоб бар'єр, який зачепить бігун, падав уперед, а не травмував бігун). Для перекидання бар'єра потрібно прикласти силу, не меншу за 3,6 кг. Заборонено: проносити ногу збоку бар'єра, навмисно збивати бар'єр ногою чи рукою.

Перші згадки про офіційні старти у бар'єрному бігу належать до змагань в Англії 1837 року в коледжі Ітон. У 1864 році англієць А.Даніель виграв забіг на 120 ярдів з бар'єрами з часом 17,7. 1885 року бігун Крум з університету Оксфорда продемонстрував техніку подолання бар'єрів близьку до сучасної. Фахівці ж бігу з бар'єрами вважають, що основи сучасної техніки заклав знаменитий американський спортсмен Елвін Кренцлейн, олімпійський чемпіон-1900. 1898 року він досягнув результату 15,2 с на дистанції 110 м. Його техніка без принципових змін існує дотепер.

Олімпійський дебют на дистанції 110 метрів з бар'єрами відбувся 1896 року. Наступної Олімпіади чоловіки також змагалися з бігу на 200 та 400 метрів з бар'єрами. Жінки приєдналися до олімпійських стартів у 1932 році на дистанції 80 метрів з бар'єрами. Дистанція була збільшена на 20 метрів в 1972 р. Через дванадцять років жінки нарешті почали змагатися з бігу на 400 метрів з бар'єрами. В 1935 році Т-подібні бар'єри було замінено на менш травмонебезпечні L-подібні. Висота бар'єрів становить: 110 м – 106,68 см, 100 м – 83,32 см, 400 м (чоловіки – 91,44 см, жінки – 76,20 см). Нині біг з бар'єрами обов'язково входить до програми найбільших легкоатлетичних змагань.

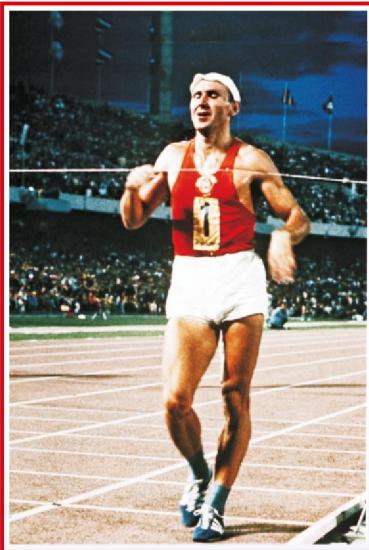


Біг на 3000 м з перешкодами відомий серед спортсменів ще під назвою **стиль-чез**. На легкоатлетичній доріжці стадіону розставлено 5 бар'єрів, з яких один – перед ямою з водою. Долаючи дистанцію, спортсмен 28 разів перестрибує нормальні бар'єри і 7 разів – бар'єр перед ямою з водою. Нагороди на дистанції 3000 метрів з перешкодами розігрувалися на 22 літніх Іграх поспіль, починаючи з 1920 року. 10 перемог на рахунку кенійців, при цьому вони перемагали на цій дистанції на всіх Іграх з 1968 року, в яких брали участь (Олімпіади 1976 і 1980 років Кенія бойкотувала). У 1992 і 2004 роках кенійцям вдавалося зайняти весь п'єдестал.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Від олімпійського чемпіона В.С. ГОЛУБНИЧОГО



20 KM MARCHE 20 KM WALK

FINALE FINAL OCT 16

1	Gulubnichiy, Vladimir	URS	lh 33:58.4
2	Pedraza Jose	MEX	lh 34:00.0
3	Smaga, Nickolay	URS	lh 34:03.4
4	Hatuza, Rudolph	EUA	lh 35:00.2
5	Sperling, Gerhard	AOE	lh 35:27.2
6	Barch, Otto	URS	lh 36:16.8
7	Reimann, Hans	AOE	lh 36:31.4
8	Ingvarsson, Stefan	SUE	lh 36:43.4
9	Karaiosifoqu, Leonids	RUM	lh 37:07.6
10	Frenkel, Peter	AOE	lh 37:20.8
11	Jones, Arthur	GBR	lh 37:32.0
12	Busca, Pasquale	ITA	lh 37:32.0
13	Oliveros, Jose	MEX	lh 38:17.0
14	Kiss, Antal	HUN	lh 38:24.0
15	Lindberg, Stig	SUE	lh 40:03.0

(Produced by the Organizing Committee of the Games of the XIX Olympiad Mexico-1968)

З першим номером –
тільки перший
Найвища ступінь
олімпійського п'єдесталу підкорена знову
Золотий фініш у Мехіко

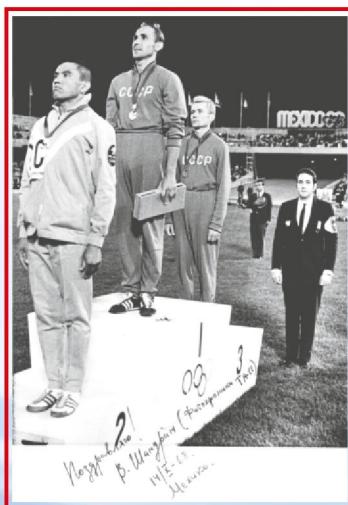
«...І, зібравши останні сили, повільно почав збільшувати швидкість. Ось воно, третє дихання! Фініш! Я радісно підняв руки, і тут же вони самі собою опустилися. Не залишилося й крихітки сил, щоб хоч сказати слово. Ось пройшов фініш Педраса. Смагу позбавили срібної медалі, право на яку він довів у чесній і благородній боротьбі і яку втратив внаслідок неспортивного вчинку мексиканського скорохода».

Це цікаво...



10

На трьох перших Олімпійських іграх довжина дистанції марафону становила 40 км. Стартова точка забігу на Олімпіаді в 1908 році в Лондоні була перенесена на позначку 42 км 195 м, щоб королівська родина зручно могла спостерігати за перебігом змагань із вікон Віндзорського замку. Остаточно вищезазначенна довжина марафонської дистанції була затверджена IAAF у 1921 р.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Спортивна ходьба - олімпійська легкоатлетична дисципліна, в якій, на відміну від бігових видів, повинен бути постійний контакт ноги з землею. В олімпійській програмі змагання у чоловіків проводяться поза стадіоном, на дистанції 20 км і 50 км, у жінок на 20 км. Ходьба на дистанцію 50 км стала олімпійською дисципліною в 1932, на 20 км - в 1956 році. У 1992 році в олімпійську програму ввійшли і змагання серед жінок на 20 км. Техніку ходьби спортсмена оцінюють судді на дистанції. Спортивна ходьба є чергуванням кроків, які повинні бути встановлені таким чином, щоб ходок постійно мав контакт із землею. При цьому повинні виконуватися наступні два правила:

- Необхідно, щоб спортсмен постійно здійснював контакт із землею і при цьому не стати жертвою видимої для людського ока втрати контакту.

- Винесена вперед нога повинна бути повністю випрямлена (тобто не зігнута в коліні) з моменту першого контакту з землею до проходження вертикалі. Ходьба в легкоатлетичній програмі є єдиним видом, в якому присутнє суб'єктивне суддівство. Якщо під час бігу спортсменів знімають із дистанції тільки у виняткових випадках, то в практиці ходьби дискаваліфікація на дистанції звичайне явище. Бувають випадки, коли атлетів дискваліфікують після фінішу.

Перші офіційні змагання, в яких брали участь лише чотири спортсмени, відбулись в Англії 1866 року. Переможець - Е. Чемберс пройшов 7 миль (11 км 263 м) за 1 год 28 с. Змагання проводились як на коротких (1, 2, 3, 7 миль) так і на наддовгих дистанціях, наприклад Вілень - Берлін (571 км) чи Турин - Марсель - Барселона (1100 км).

Перші великі міжнародні змагання відбулись у Франції в 1892 р. За маршрутом Париж – Бельфор (496 км) переміг Раможе з часом 100 год 5 хв. В 1908 р. спортивну ходьбу включили в програму Олімпійських ігор (окрім



Олімпіади 1928 р.). В 1936 р. спортивну ходьбу на 5 і 10 км включили в програму першості ССРС, в 1946 р. - ходьбу на 50 км, в 1954 р. - 10 км замінили 20 км.

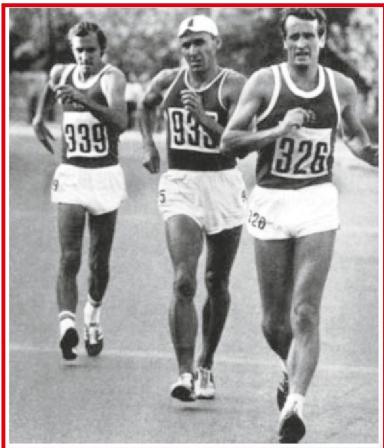
2 жовтня 1955 року 19-річний Володимир Голубничий на чемпіонаті УРСР в Києві встановив світовий рекорд з ходьби на 20 км - 1 год. 30 хв. 2,8 сек.

Вперше житель Сумщини – Володимир Голубничий - 2 вересня 1960 року в Римі став олімпійським чемпіоном зі спортивної ходьби на 20 км. Цей успіх він повторив у 1968 році на Олімпіаді в Мехіко. Ще до організації чемпіонатів світу з легкої атлетики в Мальме (Швеція) в 1976 році окремо був проведений чемпіонат світу зі спортивної ходьби на 50 км.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Від олімпійського чемпіона В.С. ГОЛУБНИЧОГО



20 km marche 20 km walk 20 km Gehen

24 participants de 12 pays

24 participants from 12 countries

24 Teilnehmer aus 12 Landem

Finale Final Finale

1. Frenkel, Peter	GDR	1:26:42,4
2. Golubichl, Vladimir	URS	1:26:55,2
3. Relmann, Hans	GDR	1:27:16,6
4. Sperling, Gerhard	GDR	1:27:55,0
5. Smaga, Nikolai	URS	1:28:16,6
6. Nihill, Paul	GBR	1:28:44,4
7. Omoch, Jan	POL	1:32:01,6
8. Visini, Vittorio	ITA	1:32:30,0
9. Oltveros, Jose	MEX	1:32:40,6
10. Young, Larry	USA	1:32:53,4
11. Rolstad, Jan Arvid	NOR	1:33:03,2
12. Aroche, Pedro	MEX	1:33:05,0
13. Mayr, Heinz	GER	1:33:13,8
14. Embleton, Philip	GBR	1:33:22,2
15. Dooley, Thomas	USA	1:34:58,8

(The official report of the Organizing Committee for the Games of the Xxth Olympiad Munich 1972)

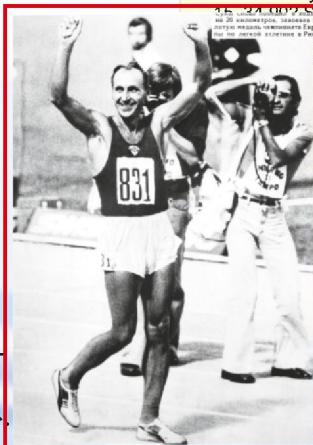
Четвертий олімпійський старт
Є повний комплект нагород
Трійка призерів Мюнхена-72
на дистанції

«...А потім був Мюнхен і боротьба на 19-му кілометрі дистанції. Саме тут я вирішив дати бій суперникам. Зробив ривок. Надаремно. Петер Френкель прийняв виклик. Отож Френкель щосили посунув уперед, до своєї золотої медалі. На фініші я був другим».

Це цікаво...

Шотландець капітан Барклай Аллардіс у 1808 році уклав контракт про те, що він пройде 1000 миль за 1000 годин поспіль. Із 1 червня по 12 липня 1809 року він здійснив це та отримав 1000 гіней.

Туфлі з шипами вперше використав 11 листопада 1868 року на змаганнях у Нью-Йорку американець Вільям Куртіс. В 1927 році Брестанхан запропонував стартові колодки, що сприяло росту результатів.



20 km marche 20 km walk

Finale Final

1 13 642	Bautista, Daniel	MEX	1:24:40,6
2 33 396	Reimann, Hans	GOR	1:25:13,8
3 23 388	Frenkel, Peter	GDR	1:25:29,4
4 9 403	Stadtmauer, Karl-	GDR	1:26:50,6
5 17 647	Gonzalez, Raul	MEX	1:28:18,2
6 6 569	Zanbaldo, Armando	ITA	1:28:25,2
7 37 881	Golubnichiy, Vladimir	URS	1:29:24,6
8 10 568	Visini, Vittorio	ITA	1:29:31,6
9 27 325	Lelievre, Gerard	FRA	1:29:53,6
10 31 539	Buccione, Roberto	ITA	1:30:40,0
11 2 350	Adams, Brian	GBR	1:30:46,2
12 12 58	Haywood, Ross	AUS	1:30:59,2
13 25 874	Barch, Otto	URS	1:31:12,4
14 1 362	Flynn, Oliver	GBR	1:31:42,4
15 3 324	Semenov, Victor	URS	1:31:59,0

Чемпіон Європи в 38 років!

Прославлений спортсмен В.Голубничий отримав перемогу в ходьбі на 20 км, завоював золоту медаль чемпіонату Європи з легкої атлетики в Римі

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Стрибки у висоту — вид легкої атлетики, в якому спортсмени змагаються в тому, щоб перестрибнути через поперечку, встановлену на певній висоті над землею, не збивши її. Поперечина встановлюється на певній висоті над землею і кожному стрибуну дається право на три спроби. Спортсмени, які не зуміли перестрибнути поперечину за три спроби, вибувають із змагань, поперечину підіймають на 5,3 або 2 см вище, і стрибуни, які ще залишилися в змаганнях, отримують право на три нові спроби. Перемагає стрибун, який подолав найбільшу висоту. Є олімпійською дисципліною легкої атлетики для чоловіків з 1896 р. і для жінок з 1928 року.

Стрибали тоді з прямого розігру двома ногами вперед. Перша згадка про спортивні змагання зі стрибків у висоту відноситься до XIX століття. На перших офіційних змаганнях в Англії в 1864 році переможець Роберт Мейчен стрибнув у висоту на 1 м 67,4 см. Втім, першим світовим рекордом вважається інший результат. Студент-медик із Лондона Роберт Гуч у 1859 році подолав планку на висоті 1 м 70 см.

Перший офіційний рекорд світу зі стрибків у висоту був зафіксований IAAF у 1912 році – 2,00 (Дж. Хорайн – США). Стрибали тоді найпростішим стилем, який називається «ножицями». При такому стилі спортсмен повинен значно підняти центр маси свого тіла над поперечкою, а тому він неефективний.

Ефективніший стиль – перекидний, був популярним у 40-х - 60-х роках ХХ століття. Зіркою зі стрибків у світовому спорті став Валерій Брумель, який шість разів бив світові рекорди – до 2,28 м. Останнім світовим рекордсменом вже в епоху наступного стилю став запорожець Володимир Ященко (СРСР), стрибнувши в 1978 році на 2,35 м. Після винаходу Діком (Річардом) Фосбері (олімпійський чемпіон, 1968 р.) стилю фосбері-фlop (або фосбюрі-фlop), практично всі спортсмени високого класу використовують саме його. В СРСР він довгий час був непопулярним, зокрема й через те, що не вистачало поролонових матів для приземлення. Стрибати ж способом фосбері-фlop в пісок



було вкрай травматично. Рекорд світу зі стрибків у висоту з липня 1993 року належить кубинському стрибуну Хав'єру Сотомайору. Він становить 245 см. Рекордсменка світу серед жінок – болгарка Стефка Костадінова. Її найвище досягнення – 209 см (Рим, 1987). Рекордсмен України та чемпіон світу Богдан Бондаренко на етапі «Діамантової ліги» в Нью-Йорку 15 червня 2014 року з першої спроби подолав планку на висоті 2,42 м. Це повторення рекорду Європи і новий національний рекорд України. Для жінок рекорд України становить 205 см. Його встановила Інга Бабакова в Токіо у 1995 році.





УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу

Авілов Микола Вікторович (6.08.1948, Одеса) - «Динамо», Одеса, змс (1972). Десятиборство. Олімпійський чемпіон-1972 (8454 очка – СОР), бронзовий призер Олімпіади-1976, 4-е місце на Олімпіаді-1968. Чемпіон Універсіади-1970 та срібний призер-1973. Чемпіон СРСР 1972, 75-76), світовий рекордсмен. Тренери: Куду Ф., Кацман В.

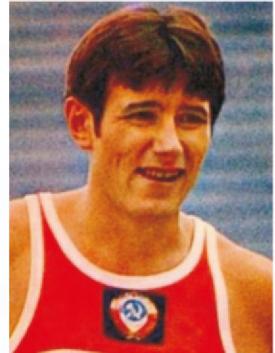


Бабакова Інга Альвідосівна (при народженні Буткус Інгрид Альвідасівна, 27.06.1967, Ашгабат, Туркменська РСР). Стрибки у висоту, змс (1991). Бронзовий призер Олімпіади-1996. Чемпіонка світу-1999, срібний призер чемпіонатів світу-1997, 2001 та бронзовий призер-1991, 1995. Срібний призер чемпіонатів світу у приміщенні-1997, 2001 та бронзовий призер-1993. Переможець фіналу Гран Прі IAAF-1995, 1997. За підсумками міжнародних стартів визнана найкращою стрибункою світу у висоту 1995 року. Рекордсменка України з результатом 205 см (Токіо, 1995 р.). Член Європейської комісії атлетів і комісії атлетів НОК України. Повний кавалер ордена «За заслуги» трьох ступенів.

Тренери: Чинченко А.Д., Ковпак І.Д., Бабаков С.



Багач Олександр Михайлович (21.11.1966, с. Матусов, Черкаська обл.). Штовхання ядра, змс (1996). «Колос» - СКМО, Київ. обл. Бронзовий призер Олімпіади-1996. Бронзовий призер чемпіонату світу-1993, 1999. Чемпіон світу у приміщенні-1999, срібний призер-1997 та бронзовий-1993. Срібний призер Кубка світу-1998. Чемпіон Європи-1998 та бронзовий призер-1994. Чемпіон Європи у приміщенні-1992, 1994. Переможець Кубка Європи-1993, 1995. Срібний призер чемпіонату Європи-1985 серед юніорів. Нагороджений Почесною відзнакою Президента України. Тренери: Шабленко В.С., Паламарчук І.А.





ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



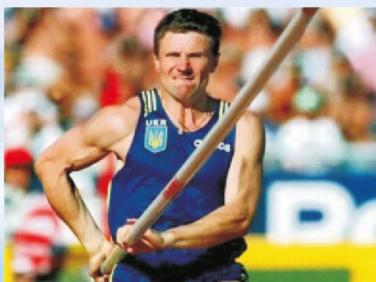
Стрибки з жердиною — легкоатлетична дисципліна, олімпійський вид спорту, змагання на подолання висоти з використанням гнучкої жердини. Тут спортсмену потрібно пройти над планкою (не перекинувши її), використовуючи легкоатлетичну жердину. Стрибок із жердиною серед чоловіків є олімпійським видом спорту з першої літньої Олімпіади-1896, серед жінок - з Олімпійських ігор 2000 року в Сіднеї. Входить також до складу легкоатлетичних багатоборств.

Змагання зі стрибків з жердиною проводилися вже в Стародавній Греції, а також кельтами і жителями древнього Криту. Перший результат - 2.50 м був зареєстрований на змаганнях у Німеччині 1790 року. Спочатку жердини

виготовляли з дерева: ясена або гікорі. Однією з різновидів техніки на такій міцній жердині було увіткнути жердину і залісти по ній наверх до планки. До 1888 року завдяки цій хитрості вдалося довести рекорд до 3.55 м, але в 1889 техніка «лазіння» була заборонена на офіційних змаганнях. 8 червня 1912 було вперше подолано чотириметровий рубіж - Маркус Райт досяг позначки 4,02 м і з неї почався відлік світових рекордів.

На початку ХХ століття жердини з ясена були витіснені легкими і пружними жердинами з бамбука, які домінували близько 50 років. У 1936 році IAAF дозволила в правилах використовувати будь-який матеріал для виготовлення жердини. На чемпіонаті Європи-1946 шведські атлети вперше продемонстрували металеві жердини. Знаменитий американський легкоатлет, священик, якого прозвали «літаючим пастором» - Роберт Річардс на металевих палях двічі перемагав на Олімпійських іграх: у Хельсінкі (1952) - 4 м 55 см і в Мельбурні (1956) - 4 м 56 см.

На Олімпійських іграх у Римі (1960) були представлені перші зразки пластикових жердин, які зробили революцію в цій дисципліні. 20 травня 1961 Джордж Девіс вперше побив світовий



рекорд на фібергласовій жердині. На прогрес вплинула і поява спеціальних матеріалів для виготовлення безпечної ями для приземлення. За 34 роки світовий рекорд виріс з 4.83 до 6.14 м. 35-разовим рекордсменом світу в стрибках з жердиною серед чоловіків є українець Сергій Бубка, олімпійський чемпіон (1988), 6-разовий чемпіон світу. Він першим із стрибунів подолав шестиметрову висоту; сталося це 1985 року.

15 лютого 2014 року французький легкоатлет Рено Лавіллені перевершив на 1 см рекорд Сергія Бубки для закритих приміщень, який тримався 21 рік (з 1993). Новий рекорд становить 6 м 16 см. Серед жінок світова рекордсменка – Елена Ісинбаєва - 5 м 6 см (2009 р., Цюрих).





УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу



Білоног Юрій Григорович (9.03.1974, Білопілля, Сумська область)

Штовхання ядра, змс (1997). Завоював золоту медаль на Олімпіаді-2004. 2012 року після повторного аналізу допінг-проби рішенням Дисциплінарного комітету МОК був дискваліфікований і позбавлений медалі. Бронзовий призер чемпіонату світу у приміщенні-1997 та бронзовий призер-1999, 2003. Срібний призер Всесвітнього легкоатлетичного фіналу IAAF-2003. Чемпіон Європи-2002 та бронзовий призер-1998. Переможець Кубка Європи-2002 та зимового Кубка Європи з метань-2007. Чемпіон Універсіади-1995, 1997 та срібний призер-2001. Чемпіон світу-1992 та Європи-1991 серед юніорів. Нагороджений орденами «За заслуги» III ступеня (1997) та II ступеня (2004). Тренери: Беліков В.П., Мінаков Ю.М., Корсак Є.В.

Бондаренко Богдан Вікторович (30.08.1989, Харків).

«Динамо», Харків. Стрибки у висоту, змс (2013) Чемпіон світу-2013 та срібний призер-2015. Чемпіон Європи-2014. Переможець Континентального Кубка IAAF-2014, командного чемпіонату Європи-2013. Чемпіон Універсіади-2011. Чемпіон світу серед юніорів-2008 та бронзовий призер-2006. Чемпіон Європи серед молоді-2011. Переможець Гімназіади-2006. Срібний призер Європейського юнацького Олімпійського фестивалю-2005. Нагороджений орденом «За заслуги» III ступеня (2013). Тренер: Бондаренко В.



Бризгін Віктор Аркадійович (22.08.1962, Луганськ). Біг, змс (1988). «Динамо» (Луганськ), олімпійський чемпіон-1988 (естафета 4x100 збірна СРСР). Срібний призер чемпіонату світу-1987 (естафета 4x100), бронзовий призер чемпіонату світу-1983 (естафета 4x100). Чемпіон Європи-1986 (естафета 4x100). Чемпіон СРСР-1986 (100 м), чемпіон СРСР у приміщенні -1983, 1986-87, 1991 (60 м). Тренер: Федорець В.



Бризгіна (до заміжжя Владикіна) Ольга Аркадіївна (30.06.1963, Краснокамськ, Пермська обл., РРФСР). Біг, змс (1987). «Динамо» (Луганськ). Триразова олімпійська чемпіонка-1988 (400 м, естафета 4x400 збірна СРСР) та 1992 (естафета 4x400 збірна СНД). Срібний призер Олімпіади-1992 (400 м). Чемпіонка світу-1987 (400 м). Срібний призер чемпіонату Європи-1986 (400 м). Переможець Дружби-1984 (естафета 4x400) та бронзовий призер (400 м). Переможець Ігор Доброй Волі-1986 (400 м) та срібний призер (естафета 4x400). Чемпіонка СРСР в естафеті 4x400 м-1983, 1984, 1985, 1986, 1987 та з бігу на 400 м -1984, 1985. Чемпіонка Спартакіади народів СРСР-1986 (400 м та естафета 4x400 м). Віце-президент ФЛАУ. Нагороджена орденом Дружби народів, медаллю «За трудову доблесть», відзнакою Президента України та орденом за заслуги II ступеня. Тренер: Федорець В.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Стрибки у довжину – дисципліна технічних видів легкоатлетичної програми, що відноситься до горизонтальних стрибків. Стрибок у довжину вимагає від спортсменів стрибучості та спринтерських якостей. Виконуються в спеціально підготовану яму з піском. Результат фіксується за відстінню від планки до найближчого до неї відбитка тіла спортсмена в піску. Існує чотири взаємопов'язані фази стрибка: розбіг, відштовхування, політ і приземлення. Найбільші відмінності, з точки зору техніки, зачіпають польотну фазу стрибка:

«Зігнувши ноги» - після відштовхування поштовхова нога через сторону приєднується до махової і плечі відводяться трохи назад.

«Прогнувшись» - стрибун у польоті прогинає тіло в попереку і ніби робить паузу перед приземленням.

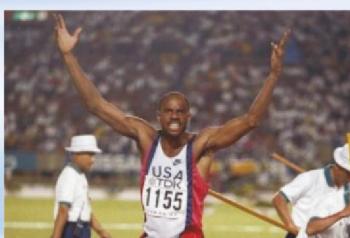
«Ножиці» - спортсмен у польоті немов продовжує біг і робить 1,5, 2,5 або 3,5 кроки ногами по повітря.

Є сучасною олімпійською дисципліною легкої атлетики для чоловіків з 1896 року і для жінок – з 1948 року. Входить також до складу легкоатлетичних багатоборств.

Стрибок у довжину був поширеною дисципліною античних Олімпійських ігор. За свідченнями, що дійшли, техніка стрибка принципово відрізнялася від сучасної. При стрибку атлети тримали в руках спеціальний вантаж - хальтерес, що нагадує гантелі, який перед приземленням відкидали назад.

З відродженням інтересу до спорту і легкої атлетики стрибки в довжину з кінця XIX століття стають популярною дисципліною. У 1898 році світовий рекорд із стрибків у довжину в чоловіків належав американцю Майєру Прінштайну - 7,23 м. На перших Олімпійських іграх також проводилися змагання зі стрибків у довжину з місця, але вони швидко втратили популярність.

Стрибок у довжину відноситься до найбільш консервативних дисциплін. Так, 8-метровий рубіж (8,13) у чоловіків був вперше подолано Джессі Оуенсом (США) ще в 1935 році, і до цього дня з цим результатом можна виграти великі міжнародні змагання рівня «Гран-прі».



Легендою став стрибок Боба Бімана на 8,90 метра на Олімпіаді в Мехіко (1968). До того невідомий атлет перевершив попередній рекорд світу відразу на 55 см. Цей рекорд був побитий Майком Пауеллом, який стрибнув у 1991 році на 8,95 м на чемпіонаті світу в Токіо, чий результат залишається неперевершеним і понині.

Рекорд світу серед жінок – 7 м 52 см з 1988 року належить радянській спортсменці Галині Чистяковій, уродженці Ізмаїла. Рекорд України серед жінок належить Ларисі Бережній – 7 м 24 см, а серед чоловіків - 8 м 35 см - двом спортсменам – Сергію Лаєвському (1997) та Роману Щуренку (2000).





УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу



Бондарчук Анатолій Павлович (31.05.1940, Старокостянтинів, Хмельницька обл.) Метання молота, змс (1972), зт СРСР (1976). «Колос» (Рівне), з 1970 року - «Колос» (Київ). Олімпійський чемпіон-1972 та бронзовий призер-1976. Чемпіон Європи-1969 та бронзовий призер-1971. Дворазовий світовий рекордсмен. Чемпіон СРСР - 1969, 1970, 1972, 1973. Чемпіон УРСР - 1966, 1968.

Борзов Валерій Пилипович (20.10.1949, Самбір, Львівська обл.). Біг, змс (1970). «Буревісник» – «Динамо», Київ. Дворазовий Олімпійський чемпіон-1972 з бігу на 100 та 200 м, срібний призер естафетного бігу 4x100 м. Бронзовий призер Олімпіади-1976 з бігу на 100 м та естафетного бігу 4x100 м. Багаторазовий чемпіон Європи -1969, 1970, 1971 (3), 1972, 1974 (2), 1975, 1976, 1977 з бігу

на 100 і 200 м. Семиразовий переможець чемпіонатів Європи (1970 – 1977) у приміщенні на 60 м. 16-разовий чемпіон СРСР (1969-1977). 3-разовий чемпіон Європи серед юніорів-1968. Президент НОК України (1991 – 1998), член МОК (з 1994). Голова Держкомспорту України (1990-1996). Президент Федерації легкої атлетики України (1996-2012). Віце-президент НОК. Нагороджений орденами Леніна (1972), «Знак Пошани» (1971), Дружби народів (1976), «За заслуги II (1999) і I (2002) ступеня та Ярослава Мудрого V ступеня (2004), Грамотою Президії Верховної Ради УРСР (1976). Народний депутат України I, III, IV скликань. Тренери: Войтас Б.І., Петровський В.В.

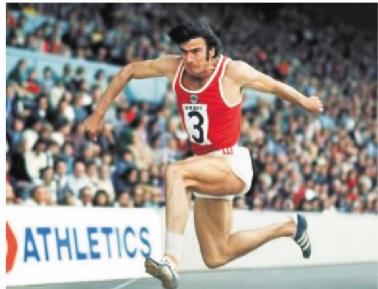


Бубка Сергій Назарович (4.12.1963, Луганськ). Стрибки із жердиною, змс (1988). «Україна», Донецьк. Олімпійський чемпіон-1988. 6-разовий чемпіон світу-1983, 1987, 1991, 1993, 1995, 1997. 4-разовий чемпіон світу у приміщенні-1985, 1987, 1991, 1995. 35-разовий рекордсмен світу. Переможець Кубка світу-1985 та Кубка Європи-1985. Чемпіон Європи-1986 та у приміщенні-1985. Срібний призер «Дружба-1984». Переможець Ігор Доброї Волі-1986. Чемпіон СРСР-1984, 1985. Член МОК (1999), член Виконкому МОК (2000). Перший віце-президент IAAF. Президент НОК України. Нагороджений орденом Трудового Червоного Прапора (1988), орденом Леніна (1989), «За заслуги» II ступеня (1999), Герой України (2001), орденом князя Ярослава Мудрого V ст. (2008), IV ст. (2011) та III ст. (2012), Почесною відзнакою Президента України (1994) та пам'ятною золотою медаллю МОК. Визнаний кращим спортсменом світу, занесений до Книги рекордів

Гіннеса за найбільшу кількість світових досягнень у легкоатлетичному спорті. Народний депутат України (2002). Тренери: Петров В.О., Волобуєв Е.Р., Шквира А.Г.

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Потрійний стрибок – складна легкоатлетична вправа, яка має три послідовно виконувані стрибки - скачок, крок і стрибок. Стрибун біжить по спеціальному сектору або доріжці до бруска для відштовхування. Цей брусков є початком стрибка при вимірі його довжини від лінії зимірювання, зазначеної пластиліновим валиком для фіксації «заступів», і від цієї мітки починається виконання стрибка. Відштовхнувшись від бруска, спортсмен приземляється на ту ж саму ногу (скачок), далі, відштовхнувшись цією ж ногою, приземляється на іншу (крок), і далі, відштовхнувшись, робить приземлення в яму з піском на дві ноги (стрибок).

Можливі тільки два способи виконання стрибка: з правої ноги - «права, права, ліва» і з лівої ноги - «ліва, ліва, права». При порушенні однієї із зазначеної послідовностей відштовхування стрибок не зараховують. Брусков для відштовхування при стрибку знаходиться на відстані від наповненої піском ями 11 м – для жінок і 13 м – для чоловіків. Кожному стрибуну, який відібрався у фінал, надається 3 попередні спроби і для 8 кращих - 3 фінальні спроби для виконання потрійного стрибка.

Потрійний стрибок із розбігу в чоловіків належить до сучасної олімпійської програми ще з самого початку проведення Олімпійських ігор у 1896 році, причому на Олімпійських іграх 1900 і 1904 років змагання також проводилися в потрійному стрибку з місця.

Першим олімпійським чемпіоном у потрійному стрибку в чоловіків став американець Джеймс Коннолі - 13 м 71 см. З 1996 року потрійний стрибок також став олімпійським видом і для жінок. Звання олімпійської чемпіонки в потрійному стрибку першою завоювала українка Інеса Кравець. Спортсменом №1 в історії потрійного стрибка є радянський атлет Віктор Санеєв, який завоював на Олімпіадах 1968, 1972 і 1976 років 3 золоті і в 1980 році - срібну медаль.



Обидва діючих світові рекорди серед чоловіків і жінок були встановлені в серпні 1995 року на чемпіонаті світу в Гетеборзі. Британець Джонатан Едвардс стрибнув на 18,29 м, а Інеса Кравець в третій спробі показала 15,50 м.

У 1995 році, в ході змагань на Кубок Європи, Д.Едвардсу вдався найдальший в історії потрійного стрибка політ - на 18,43 метра, який не був ратифікований як світовий через попутний вітер, 2,4 м/с, що перевищував норму (2,0 м/с).

Чемпіонкою світу 2011 року стала українка Ольга Саладуха, яка в першій спробі стрибнула на 14,94 м.





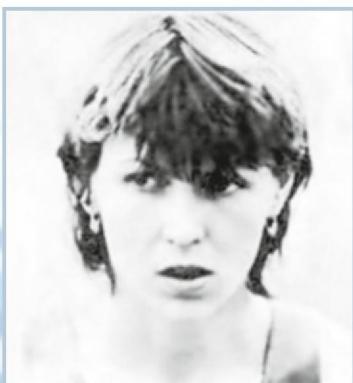
УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу

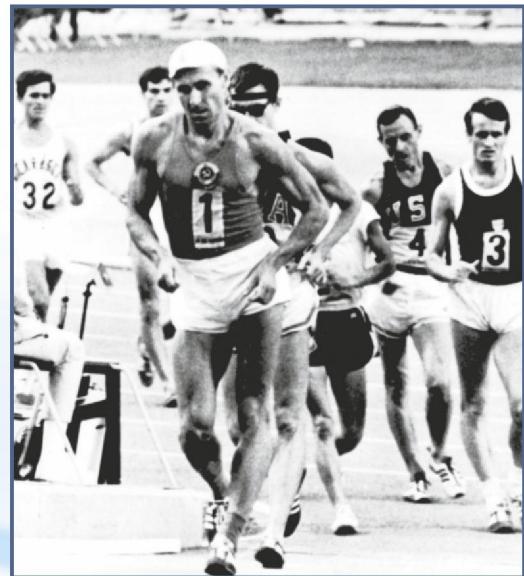


Бураков Віктор Володимирович (30.05.1955, Димитрове, Донецька обл.). Біг, змс (1980). «Буревісник», Київ. Олімпійський чемпіон-1980 в естафетному бігу 4x400 м. Чемпіон Універсіади-1981 в естафетному бігу 4x400 м. Чемпіон СРСР-1980 з естафетного бігу 4x400 м. Тренер: Юшко Б.М.

Голубничий Володимир Степанович (2.06.1936, Суми). Спортивна ходьба, змс (1960). зт УРСР (1986). «Спартак», Суми. Дворазовий олімпійський чемпіон - 1960, 1968 (20 км), срібний призер Олімпіади-1972. Бронзовий призер Олімпіади-1964. Чемпіон Європи-1974, срібний призер чемпіонату Європи-1966 та бронзовий призер-1962. Володар 3 вищих світових досягнень зі спортивної ходьби на 20 км (1955,1958). 6-разовий чемпіон СРСР, 7-разовий чемпіон УРСР. Кавалер срібного Олімпійського ордена МОК (1998). Член Зали слави IAAF (2012). Нагороджений орденами Трудового Червоного Прапора (1960), «Знак Пошани» (1969), «За заслуги» III ступеня (2002) і II (2007) ступеня, медаллю «За трудову доблесть» (1972). Тренер: Поляков В.І.



Джигалова Людмила Станіславівна (22.01.1962, Харків). Біг, змс (1988). Дворазова олімпійська чемпіонка - 1988 (естафета 4x100, збірна СРСР) та 1992 (естафета 4x100 збірна СНД). Чемпіонка світу-1991 (естафета 4x100, збірна СРСР). Срібний призер чемпіонату світу у приміщенні-1991 (естафета 4x100, збірна СРСР). Срібний призер чемпіонату Європи-1990 (естафета 4x100, збірна СРСР). Срібний призер Універсіади-1987 (400 м та естафета 4x100, збірна СРСР) та бронзовий призер-1989 (400 м та естафета 4x100, збірна СРСР). Чемпіонка СРСР-1983,1984,1986 (естафета 4x400 м). Нагороджена медаллю «За трудову доблесть» (1988), орденом княгині Ольги III ступеня (2002). Тренер: Іванов П.П.





ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики

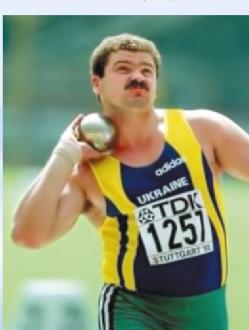


Штовхання ядра – легкоатлетична дисципліна, метання важкої металевої кулі (ядра) на дальність. Дисципліна відноситься до метань і входить до технічних видів легкоатлетичної програми. Вимагає від спортсменів вибухової сили і координації. Є олімпійською дисципліною легкої атлетики для чоловіків із 1896 року, для жінок - із 1948 року. Входить також до складу легкоатлетичних багатоборств. Вага ядра в чоловічих змаганнях становить 7,26 кг, в жіночих – 4 кг. Ядро штовхають із кола з сегмента заввишки 10 см. Спортсмен не повинен виступати або наступати на нього. Як правило, на змаганнях спортсмену дається 3 спроби. За результатами цих спроб відбираються фіналісти, які отримують право на ще три спроби.

Штовхання ядра, як і багато інших дисциплін легкої атлетики, бере свій початок в Англії в середині XIX століття, коли почали проводитися перші змагання в метанні (штовханні) ядра вагою 16 фунтів (7,257 кг) із кола діаметром 7 футів (2,134 м). Перший світовий рекорд датується 1866 роком - 10,62 м. Техніка того часу була примітивна, атлети не використовували всю площину кола і штовхали, стрибаючи на одній нозі вперед, способом «стрибок». Цікаво, що до 1912 року виявлявся чемпіон по найкращій спробі при поштовху з обох рук, - так заохочувався гармонійний розвиток атлетів. Це тривало до 1950 року, коли Джеймсом Фуксом був встановлений останній світовий рекорд способом «стрибок» - 17,95 м.

У 1950-ті роки видатний американський атлет Пері О'Брайен розробив новий метод поштовху, який називають «хлест тулубом» (англ. Glide).

Хлест тулуб - атлет починає рух, стоячи спиною до майбутнього напрямку поштовху, відхиляється далеко вперед, виносячи ядро за межі кола. Потім потужним рухом, повертаючись на 180 градусів і одночасно розпрямляючись, посилає ядро вперед і вгору. Пері О'Брайен десять разів бив світові рекорди, пройшовши позначки 18 і 19 метрів, заклавши основи популярного сучасного стилю поштовху.



У 1970-х роках був розроблений новий оригінальний метод «кругового маху» (англ. Spin або Rotational). Його автор - видатний радянський тренер Віктор Ілліч Алексєєв. Його учень Олександр Баришников першим у світі досяг рубежу 22 метри, використовуючи новий метод. Виконуючи поштовх цим стилем, спортсмен стає спиною до сектора і, виконавши півтора обороту, штовхає ядро. Рекордсменом світу серед чоловіків є Ренді Барнз, США. Його рекорд, 23,12 м, був установлений у 1990 році. Рекорд світу серед жінок належить Наталі Лісовській (СРСР) – 22,63 м (1987).

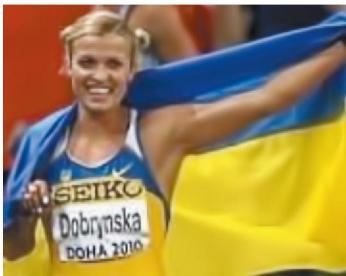




УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу

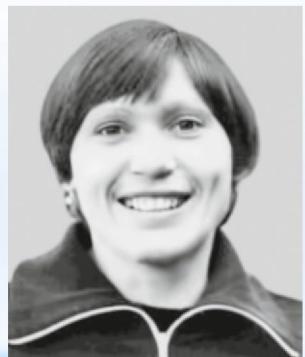
Добринська Наталія Володимирівна (29.05.1982, с. Якушинці, Вінницька обл.). Семиборство, змс (2008). «Динамо», Київ. Олімпійська чемпіонка-2008. Чемпіонка світу у приміщенні з п'ятиборства-2012 та срібний призер-2004. Срібний призер чемпіонату Європи-2010. Нагороджена орденами «За заслуги» III ступеня (2008), княгині Ольги III ступеня (2013). Тренер: Поляков Д.



Кисельов Володимир Вікторович (1.01.1957, Миски, Кемеровська обл., РРФСР). Штовхання ядра, змс (1980). «Авангард», Кременчук. Олімпійський чемпіон-1980. Бронзовий призер «Дружба» -1984. Бронзовий призер чемпіонату Європи-1979. Чемпіон СРСР - 1982. Чемпіон УРСР - 1982. Нагороджений орденом «Знак Пошани» (1980), Грамотою Президії Верховної Ради УРСР (1984). Тренер: Паламарчук І.А.

Зюс'кова Ніна Анатоліївна (3.05.1952, Кальчик, Донецька область) «Локомотив» (Донецьк) Біг, змс (1980). Олімпійська

чемпіонка – 1980 (естафета 4 x 400 м, збірна СРСР). Чемпіонка СРСР – 1978-1979 (естафета 4x400 м, збірна УРСР). Чемпіонка УРСР - 1973, 1976, 1977 (400 м.) Тренер: Хейфец В.В.



Кравець (Шуляк) Інеса Миколаївна (5.10.1966, Дніпропетровськ). Потрійний стрибок, змс (1992). «Україна» – «Динамо», Київ. Олімпійська чемпіонка-1996 у потрійному стрибку. Срібний призер Олімпіади-1992 з стрибків у довжину. Чемпіонка світу-1995 у потрійному стрибку. Чемпіонка світу у приміщенні -1991, 1993 у потрійному стрибку, бронзовий призер чемпіонату світу в приміщенні-1993, 2003 з стрибків у довжину. Срібний призер чемпіонату Європи-1994 у стрибках у довжину та бронзовий призер у потрійному стрибку. Чемпіонка Європи у приміщенні-1992 у потрійному стрибку та бронзовий призер ЧЄ-1994 зі стрибків у довжину. Переможеца Кубка світу-1994. Чемпіонка Універсіади-1991 зі стрибків у довжину. Рекордсменка світу в потрійному стрибку. Нагороджена Почесною відзнакою Президента України (1995), орденом «За мужність» (1996). Тренери: Шуляк З.К., Голубцов А.В., Кушнір М.М.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Метання диска - дисципліна, яка полягає в метанні спеціального спортивного снаряда - диска, на дальність. Відноситься до метань і входить до технічних видів легкоатлетичної програми. Вимагає від спортсменів сили та координації рухів. Є олімпійською дисципліною легкої атлетики для чоловіків із 1896 року, для жінок із 1928 року. Входить до складу легкоатлетичного багатоборства.

В офіційних змаганнях IAAF учасники виконують шість спроб. Якщо учасників більше восьми, то після 3-х перших спроб відбираються вісім кращих і в наступних трьох спробах вони розігрують кращого за максимальним результатом у шести спробах.

Метання диска проводиться з огороженого сіткою сектора. Забороняється вихід спортсмена за кордон сектора, поки диск не приземлився. При кидку диск може зачепити огороження сектора, якщо інші правила не порушені.

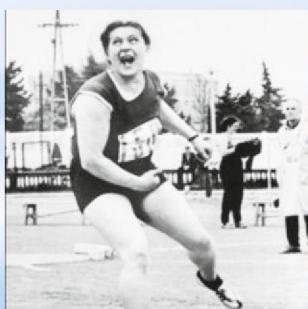
Метання диска - дуже древній вид спорту. У 5 столітті до н. е. скульптор Мирон виготовив скульптуру дискобола (Diskobolos), яка зараз всесвітньо відома. Як показують дослідження істориків і археологічні розкопки, метання диска було популярне в Стародавній Греції, і ці змагання проходили на античних Олімпійських іграх. Снаряди виготовлялися з каменю і бронзи, масою від 1,25 до 5,70 кг, діаметром від 16,5 до 34 см. Наскільки можна судити за історичними свідченнями того часу, метали атлети з піднесення, бічним рухом, коли площа диска перебувала перпендикулярно землі.

Диск метали спочатку з піднесення, як стародавні греки, далі перейшли в сектор для штовхання ядра. У 1921 році американець Догерті запропонував новий стиль - з півтора поворотами. Атлет починав рух лівим боком у напрямку майбутнього кидка і, обертаючись спочатку

на лівій нозі, переступав на праву. У 1930 році американець Кренц перевишив рубіж 50 м (51,03 м) і його варіант техніки - поворот у високому стрибку - став найбільш популярним в усьому світі. До 1940-х років йшло вдосконалення цього стилю і, принципово, з того часу техніка дискоболів не змінюється.

У жінок метання диска увійшло в програму змагань Олімпійських ігор із 1928 року. Першою радянською олімп. чемпіонкою в легкій атлетиці стала Ніна Ромашкова (1952).

Видатних результатів у цьому виді спорту досяг американець Ел Ортер, який виграв 4 золотих медалі на Олімпійських іграх з 1956 по 1968 рік. Характерним для метання диска є часте поєднання його з штовханням ядра. Радянська спортсменка Тамара Пресс вигравала Олімпійські ігри в штовханні ядра (1960, 1964) і метанні диска (1964).





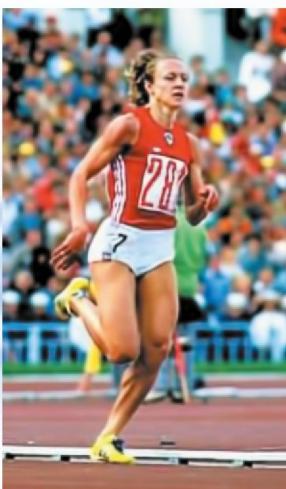
УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу

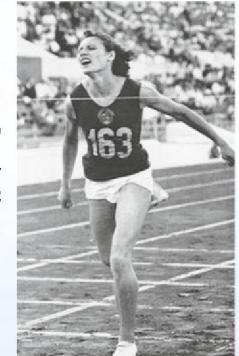


Крєпкіна (Калашникова) Віра Самуїлівна (16.04.1933, Котельничі, Кіровська обл., РРФСР). Стрибки у довжину, змс (1960). «Локомотив», Київ. Олімпійська чемпіонка - 1960 зі стрибків у довжину. Чемпіонка Європи - 1954, 1958 в естафетному бігу 4x100 м та срібний призер - 1958 з бігу на 100 м. Рекордсменка світу. 4-разова чемпіонка СРСР. 11-разова чемпіонка УРСР. Нагороджена орденом Леніна (1960), медаллю «За трудову доблесть» (1957). Тренери: Туррова Г.Ф., Бабкін О.Ф.

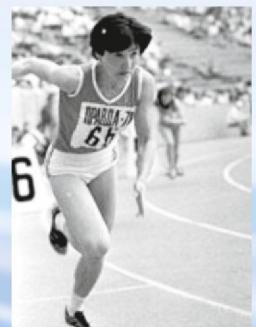
Лисенко Людмила Іванівна (до заміжжя Гуревич, Шевцова) (26.11.1934, ст. Тамань, Краснодарський край, РРФСР). Біг, змс (1960). «Авангард», Дніпропетровськ. Олімпійська чемпіонка-1960 з бігу на 800 м. Бронзовий призер чемпіонату Європи - 1954 (800 м). Рекордсменка світу. 11-разова чемпіонка СРСР 1955-1964 (400 м, 6-разова - 800 м, 4-разова-крос 1 км). 11-разова чемпіонка УРСР. Нагороджена орденом Трудового Червоного Прапора (1960). Тренери: Муренко І.А., Леоненко І.Ф.



Пінігіна (Кульчунова) Марія Джумабаївна (9.02.1958, с. Іваново, Фрунзенська обл., Киргизька РСР). Біг, змс (1988). ФСТП, Київ. Олімпійська чемпіонка-1988 з естафетного бігу 4x400 м. Бронзовий призер чемпіонату світу-1983 з бігу на 400 м та з естафетного бігу 4x400 м, срібний призер -1987 з естафетного бігу 4x400 м. Чемпіонка Європи в приміщенні-1987 (400 м). Чемпіонка Універсіади-1983 (400 м та естафета 4x400 м). 6-разова чемпіонка СРСР (1983-1988). Нагороджена медаллю «За трудову відзнаку» (1985), орденом «Знак Пошани» (1989). Тренер: Зелінський В.В.



Мушта-Олізаренко Надія Федорівна (28.11.1953, Брянськ, РРФСР). Біг, змс (1980). СКА, Одеса. Олімпійська чемпіонка-1980 (800 м) та бронзовий призер (1500 м), рекордсменка світу. Чемпіонка Європи-1986 (800 м), дворазовий срібний призер чемпіонату Європи-1978 (800 м та естафета 4x400 м) та срібний призер чемпіонату Європи у приміщенні-1985 (800 м). Чемпіонка Універсіади-1979 (800 м). Чемпіонка СРСР-1988 (800 м). Нагороджена орденами Дружби народів (1980), княгині Ольги III ст. (2002). Тренери: Гноєвий Б.А., Гноєва С.Ф.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Метання списа було одним із п'яти видів фізичних вправ (біг, стрибки, метання списа, метання диска і боротьба), які використовувались у системі фізичного виховання древніх греків. Крім того, воно входило до програми Олімпійських ігор. Спис метали як на дальність, так і в ціль. Найбільшої популярності метання списа набуло тільки в кінці XIX століття, зокрема в Німеччині і скандинавських країнах. Шведи, очолювані першим олімпійським чемпіоном у цьому виді легкої атлетики Е. Леммінгом (1908 р. - 54,33 м), запропонували раціональний спосіб тримання снаряда, його несення під час розбігу над плечем. На останніх кроках розбігу вони відводили снаряд назад із незначним поворотом і нахилем тулуза.

Цікавою є історія змін самого списа. Спочатку замість нього метали звичайну палицю довжиною близько двох метрів. Потім вона була замінена списом (древко з металевим наконечником) загальною довжиною 2,6 метра і масою 800 грамів. Місце, де знаходився центр ваги списа, обмотувалося шнуром товщиною до 4 мм і довжиною не більше 16 см. Після введення стандартів у розмірах і масі списи почали реєструватися рекордні для того часу спортивні результати. Дерев'яні списи удосконалювались і метали їх до середини 50-х років. Зміни торкалися різноманітних характеристик снаряда, починаючи від розмірів і маси наконечників і закінчуючи діаметром самого древка.

Новий етап у розвитку метання списа розпочався тоді, коли брати Хелд (США) винайшли новий тип списа, так званого «планеруючого». Завдяки зміні положення центру ваги, збільшенню діаметра древка новий список пізніше опускався вниз, довше планерував. Застосовуючи новий планеруючий список, спортсмени змогли значно підняти стелю світового рекорду. В 1964 році норвежець Тер'є Педерсен метнув список на 91,72 м, першим у світі подолавши 90-метровий рубіж. У 1984 році спортсмен із НДР Уве



Хон досяг феноменального результату – 104,80 м. Це змусило IAAF з 1 квітня 1986 р. запровадити для метання списа чоловіками новий снаряд, який не має високих планеруючих якостей. Центр ваги такого списка зміщено ближче до наконечника. Жінки розпочали метати список у 20-30-ті роки ХХ ст., а на Олімпійських іграх у 1932 р. першою олімпійською чемпіонкою стала спортсменка із США М. Дідріксон (43,68 м). Із сезону 2000 р. жінки також почали метати список нової конструкції, подібної до тої, яку запропонували для чоловіків. Зараз світовим рекордом серед чоловіків володіє Ян Железні (Чехія) з результатом 98,48 м, а серед жінок – Олейдіс Менендес (Куба) – 71,54 м.





УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу



Пророченко (Буракова) Тетяна Василівна (15.03.1952, Бердянськ, Запорізька обл.). Біг, змс (1980). «Колос», Запоріжжя. Олімпійська чемпіонка - 1980 з естафетного бігу 4x400 м, бронзовий призер Олімпіади - 1976 з естафетного бігу 4x100 м. Срібний призер чемпіонату Європи-1978 (естафета 4x400 м). 6-разова чемпіонка СРСР (1976-1980). 4-разова чемпіонка УРСР (1974-1977, 100 м) Нагороджена орденом «Знак Пошани» (1980), медаллю «За трудову доблесть» (1976). Тренери: Сай В.І., Юшко Б.М.

Саладуха Ольга Валеріївна (4.06.1983, Донецьк). Потрійний стрибок, змс (2011). «Колос-Динамо», Донецьк. Бронзовий призер Олімпіади-2012. Чемпіонка світу - 2011 та бронзовий призер-2013. Срібний призер чемпіонату світу в приміщенні-2014. Чемпіонка Європи -

2010, 2012 та у приміщенні-2013. Чемпіонка Універсіади-2007 та срібний призер-2005. Нагороджена медаллю «За працю та відвагу» (2007), орденом княгині Ольги III ст. Тренер: Бойко А.Г.



Самоленко Тетяна Володимирівна (до заміжжя Хамітова, Доровських) (12.08.1961, с. Секретарка, Оренбурзька обл., РРФСР), Запоріжжя. Біг, змс (1987). Олімпійська чемпіонка -1988 (3000 м), срібний призер Олімпіади-1992 (3000 м), бронзовий призер Олімпіади-1988 (1500 м). Триразова чемпіонка світу -1987 (1500 м, 3000 м), 1991 (3000 м), срібний призер чемпіонату світу - 1991 (1500 м). Чемпіонка світу в приміщенні-1987 (3000 м), срібний призер чемпіонату світу у приміщенні-1987 (1500 м). Дворазовий срібний призер чемпіонату Європи-1986 (1500 м), 1992 (3000 м). Переможець Ігор Доброї Волі-1986 (1500 м). Чемпіонка СРСР-1986 (1500 м), 1987 (1500 м). Нагороджена орденами Трудового Червоного Прапора (1960), княгині Ольги (2002). Тренер: Мальцев М.

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Метання молота — легкоатлетична дисципліна, яка полягає в метанні спеціального спортивного снаряда — молота — на дальність. Вимагає від спортсменів сили і координації рухів. Проводиться в літній сезон на відкритих стадіонах. Відноситься до технічних видів легкоатлетичної програми. Метання молота — олімпійська дисципліна легкої атлетики (у чоловіків — із 1900 р., у жінок — із 2000 р.)

Метальний молот — спортивний легкоатлетичний снаряд для кидання. Складається з металевого ядра з тросом та ручкою, що кріпиться на кінці тросу для того, щоб спортсмен міг тримати снаряд руками. Довжина молота у чоловіків — 117–121,5 см, вага — 7,265 кг (= 16 фунтів). У жінок довжина 116–119,5 см, вага — 4 кг. Вага металевого молота дорівнює вазі ядра. Молот, як і диск, метають із кола, загорожденого високою міцною сіткою. Проте, сітка відсутня у місці, де молот вилітатиме в сектор. З роками ширина сектора все зменшується у зв'язку із небезпекою, яку становить даний вид спорту для глядачів та суддів, а також для інших спортсменів. Під час змагань учасники заходять в сектор по черзі, виконуючи певну кількість спроб, що залежить від виду змагань та від їх етапу. Це може бути 3, 4 або 6 спроб. Спроба буде зарахована тільки тоді, коли молот впаде в зону сектора, а спортсмен вийде з кола після падіння молота, не заступивши за металеве коло і вийшовши із задньої частини кола. Як спорт, метання молота виникло в Шотландії та Ірландії, де спочатку кидали будь-який масивний вантаж із прикріпленою дерев'яною рукояткою. З 1866 року в Англії проводяться перші змагання з метання молота з жорсткою ручкою. Перший рекорд становив 24,50 м. Сучасні правила були встановлені в Англії в 1887 р. З 1896 року в практику тренування і змагань введений сучасний молот із ручкою у вигляді сталевого гнучкого троса. Значний внесок у розвиток техніки і популярності вініс ірландський атлет Фленеген, який у 1896 році емігрував у США. Він тричі ставав олімпійським чемпіоном (1900, 1904, 1908) і 14 разів бив світові рекорди.



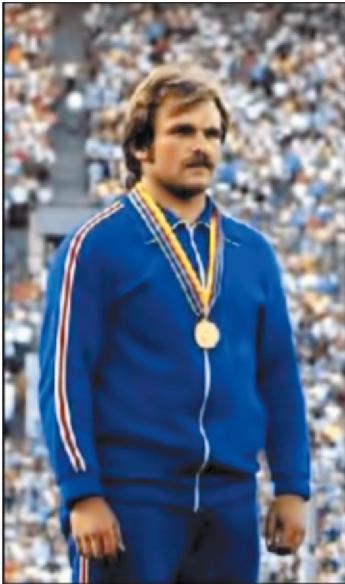
Світові рекорди IAAF в метанні молота реєструються з 1913 року. У післявоєнній історії, починаючи з 1950-х років, лідерство серед чоловіків захопили спортсмени Угорщини і СРСР. У 1976–1988 роках 2 золотих і 1 срібну медаль на Олімпіадах завоював киянин Юрій Седих, якому й донині належить світовий рекорд (86,74 м).

Починаючи з 1990-х років, метання молота стало популярним у жінок. Як результат — світовий рекорд за 11 останніх років виріс майже на 15 м. Світовий рекорд у жінок належить Аніті Володарчик із Польщі - 81,08 м (2015 р., Берлін).



УКРАЇНСЬКІ ЛЕГКОАТЛЕТИ

Чемпіони Олімпійських ігор та світу

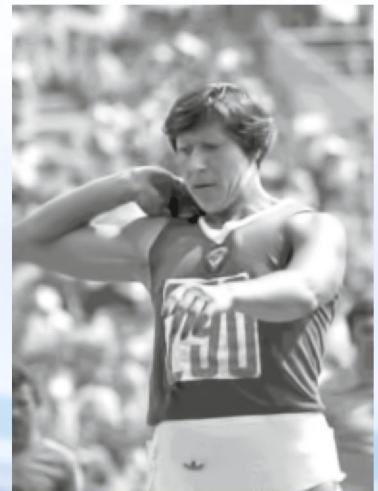


Седих Юрій Георгійович (11.04.1965, Новочеркаськ, Ростовська обл., РРФСР). Метання молота, змс (1976). «Буревісник» – СКА, Київ. Дворазовий олімпійський чемпіон-1976 та 1980, срібний призер Олімпіади -1988. Чемпіон світу -1991 та срібний призер -1983. Чемпіон Європи -1978, 1982, 1986. Переможець «Дружба-1984» та Ігор Доброї Волі-1986. Срібний призер Універсіади-1977 та бронзовий призер Універсіад-1975, 1979. Чемпіон Європи серед юніорів-1973. Чемпіон СРСР - 1976, 1978, 1980. Чемпіон УРСР - 1975, 1986. Нагороджений орденом Трудового Червоного Прапора (1976), орденом Леніна (1980). Тренери: Воловик В.І., Бондарчук А.П.

Ткаченко Надія Володимирівна (19.09.1948, Кременчук, Полтавська обл.). П'ятиборство, змс (1972). «Авангард», Макіївка, Донецьк. Олімпійська чемпіонка- 1980 (5083 очка – СОР). Чемпіонка Європи-1974. Срібний призер Кубка Європи-1973. Чемпіонка Універсіади-1973. Чемпіонка СРСР- 1973-1975, 1977. Чемпіонка УРСР – 1969, 1975, 1977. Нагороджена орденом Трудового Червоного Прапора. Тренери: Ребрун В.В., Сапронов Е.Г.

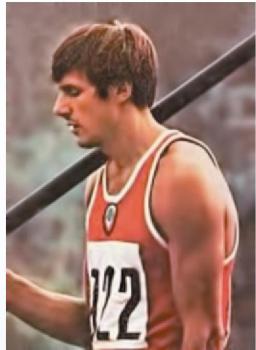


Цибуленко Віктор Сергійович (13.07.1930, с. Веприк, Фастівський р-н, Київська обл. -19.10.2013, Київ). Метання списа, змс (1957). СКА, Київ. Олімпійський чемпіон - 1960, бронзовий призер Олімпіади-1956. Чемпіон СРСР - 1952, 1955-1957, 1959. Чемпіон УРСР-1952, 1955-1957, 1961, 1963. Нагороджений орденами Трудового Червоного Прапора (1960), «Знак Пошани» (1957), «За заслуги» III ступеня (2002). Тренери: Козловський В.Ю., Синицький З.П.



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Олімпійські дисципліни легкої атлетики



Десятиборство - це легкоатлетична дисципліна, що включає змагання з 10 видів легкої атлетики. Змагання проводяться послідовно протягом двох днів (по 5 видів у день). Результат кожного участника визначається комбінацією його результатів з окремих видів. Є своя система нарахування очок у кожному виді (при цьому враховується саме результат, а не зайняте місце). Потім ці очки підсумовуються, щоб отримати остаточний результат. Змагання з десятиборства проводяться серед чоловіків, жінки змагаються в семиборстві.

Десятиборство проводиться на літніх стадіонах і є олімпійською дисципліною з 1912 року. У перший день проводяться змагання з бігу на 100 м, стрибків у довжину, штовхання ядра, стрибків у висоту і бігу на 400 м. У цей день атлети проявляють свої швидкісні якості і «вибухову», швидку силу. У другий день спортсмени змагаються з бігу на 110 м із бар'єрами, метання диска, стрибків із жердиною, метання списа і бігу на 1500 м. У цих видах потрібна координація рухів і витривалість.

Інтервал між видами повинен становити не менше 30 хвилин. Зі стрибків у довжину, метання диска, списа, штовхання ядра участники мають по три спроби. В іншому правила бігових і технічних видів принципово не відрізняються від базових правил легкої атлетики.

Сучасне легкоатлетичне багатоборство бере початок ще з античних олімпіад, де древні спортсмени змагалися в комбінації кількох дисциплін. Правила сучасного десятиборства були розроблені в 1911 році і в 1912 році вид, як окрема дисципліна, був включений до програми

Олімпійських ігор. Таблиці очок переглядалися в 1935, 1952 і 1962 роках. Сучасна система підрахунку була прийнята в 1984 році на конгресі IAAF в Лос-Анджелесі.



М. Медведь, Київ, Сієтл-8330 оч.

Семиборство - легкоатлетична дисципліна, що включає змагання з 7 видів легкої атлетики. Змагання проводяться 2 дні. Результат кожного участника визначається комбінацією його результатів в окремих видах. Є своя система нарахування очок у кожному виді. Потім ці очки підсумовуються, щоб отримати остаточний результат. Змагання з семиборства проводяться серед жінок у літньому сезоні і у чоловіків - у зимовому сезоні.

Перші змагання в жіночому легкоатлетичному багатоборстві відносяться до 1920-х років. Спочатку багатоборство у жінок об'єднувало п'ять видів і в такому вигляді було в програмі Олімпійських ігор із 1964 по 1980 рік. Замінило його семиборство в 1984 році. У програмі літніх чемпіонатів світу з легкої атлетики - з 1983 року.



ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



Жаботинський Леонід Іванович (28.01.1938, смт Краснопілля – 14.01.2016., 2-разовий олімпійський чемпіон із важкої атлетики в суперважкій вазі (1964, 1968), 4 - разовий чемпіон світу (1964, 1965, 1966, 1968) та бронзовий призер (1963). 2-разовий чемпіон Європи (1966, 1968) та срібний призер (1963). 5-разовий чемпіон СРСР. Володар 17 світових рекордів.



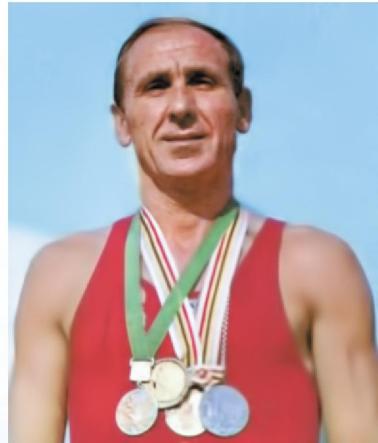
Куц Володимир Петрович (7.02.1927, с.Олексине, Сумська обл. – 16.08.1975), змс СРСР, зт СРСР. 2-разовий олімпійський чемпіон 1956 року (5000 м та 10000 м). Чемпіон Європи - 1954 (5000 м). Десятиразовий чемпіон СРСР. Встановив 8 світових рекордів та 15 рекордів СРСР.

Це цікаво...



30

Унікальне досягнення – 5 світових рекордів – встановлено на Олімпіаді-1968 в Мехіко під час змагань у потрійному стрибку. В кваліфікації за другою спробою італієць Дж. Джентіле стрибнув на 17 м 10 см. Наступного дня у першій же спробі Джентіле покращує свій рекорд ще на 12 сантиметрів. У третій спробі Віктор Санеев (СРСР) стрибає на один сантиметр далі - 17,23. У п'ятій спробі стрибун із Бразилії Н.Пруденсіо показує неймовірний результат - 17,27 м. В останній, шостій, спробі В.Санеев зумів зібратися і стрибнути аж на 17,39 м.



Голубничий Володимир Степанович (2.06.1936, м.Суми), змс СРСР, зт УРСР. Дворазовий олімпійський чемпіон зі спортивної ходьби на 20 км (1960,1968), срібний призер ОІ-1972 та бронзовий призер ОІ-1964. Срібний призер Кубка світу (1967,1970). Чемпіон Європи (1974), срібний (1966) та бронзовий(1962) призер ЧЄ. 6-разовий чемпіон СРСР. 7-разовий чемпіон УРСР. Встановив 3 світових рекорди та 3 рекорди СРСР. Член Зали Слави IAAF (2012). Нагороджений срібним Олімпійським орденом (1998).

ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



Шапаренко Олександр Максимович (16.02.1946, смт Степанівка Сумського р-ну), змс СРСР. Дворазовий олімпійський чемпіон із веслування на байдарках (1968, 1972), срібний призер ОІ-1968, 7-разовий чемпіон світу (1966, 1970, 1973, 1977, 1978, 1979), 2-разовий срібний та 4-разовий бронзовий призер. 3-разовий чемпіон Європи, 18-разовий чемпіон СРСР.

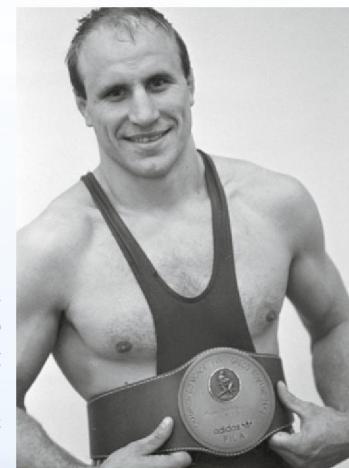


Кириченко Олександр Олександрович (13.08.1967, м. Суми) змс СРСР. Олімпійський чемпіон із велоспорту в гіті на 1000 м (1988). Чемпіон світу (1990) та бронзовий призер (1989). Срібний призер Кубка світу з кейріну (1997).

Це цікаво...



Олександр Кириченко у своєму переможному заїзді на Олімпійських іграх у Сеулі-1988 фінішуває із пробитим колесом, що підносить його перемогу практично до рангу спортивного подвигу – адже боротьба в таких видах іде буквально на тисячні частки секунди. Так, срібний призер – австралієць М. Вінніком – програв Олександру 0,285 сек., а бронзовий – Р. Лехнер (ФРН) – був швидшим від М. Малькова (НДР), який став шостим – лише на 0,179 сек.



Маміашвілі Михайло Геразіевич (21.11.1963, м. Конотоп), змс СРСР, зт СРСР. Олімпійський чемпіон із греко-римської боротьби у вазі до 82 кг (1988), 3-разовий чемпіон світу (1983, 1985, 1986) та 2-разовий срібний призер (1989, 1990). Переможець «Дружба-1984». 3-разовий чемпіон Європи (1986, 1988, 1989) та 2-разовий бронзовий призер (1984, 1985). Переможець Кубка світу (1985). Володар Гран-прі ФІЛА (1986, 1990). Чемпіон світу серед молоді (1983). Чемпіон СРСР (1983, 1984, 1988).



ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



Семеренко Віта Олександрівна (18.01.1986, смт Краснопілля) змс України. Олімпійська чемпіонка з біатлону в естафеті (2014), бронзова призерка ОІ-2014 в спринті. 2-разова срібна (2008, 2013) та 3-разова бронзова (2011, 2012, 2013) призерка чемпіонатів світу. Чемпіонка світу з літнього біатлону в перс'юті (2012), 5-разова чемпіонка Європи (2008, 2009, 2010, 2011, 2012), 3-разова срібна та дворазова бронзова призерка.



Білоног Юрій Григорович (9.03.1974, м. Білопілля), змс України, Олімпійський чемпіон (2004) зі штовхання ядра, дискальфікований МОК (2012). Бронзовий призер чемпіонату світу (2003). Чемпіон світу в приміщенні - зп (1997). Чемпіон Європи (2002). Чемпіон світу (1992) та Європи (1991) серед юніорів. Чемпіон України в штовханні ядра (1995 зп, 1997 зп, 2000 зп, 2001, 2003 зп, 2003, 2005, 2006) та метанні диска (1999, 2001 зп, 2001, 2002 зп, 2003, 2006). Рекордсмен України.

Це цікаво...



У 1912 році на Олімпіаді в Стокгольмі золоті медалі в десятиборстві і п'ятиборстві завоював Джим Торп (США). Однак пізніше МОК позбавив Торпа золотих медалей. Приводом стало формальне порушення статусу аматорського атлета, оскільки Торп грав за професійну команду в бейсбол і отримував за це гроши. Однак у 1982-му, через 70 років, МОК офіційно повернув йому статус олімпійського чемпіона, оскільки рішення про дискваліфікацію відбулося пізніше офіційного терміну - 30 днів.

ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



Смага Микола Якович (22.0.1938, с. Боброве Сумської обл. - 28.03.1981), змс СРСР. Бронзовий призер ОІ-1968 зі спортивної ходьби на 20 км. Чемпіон Європи (1971) та 2-разовий бронзовий призер (1966, 1969). Переможець Кубка світу (1967), 3-разовий чемпіон СРСР (1969, 1970, 1971).



Івченко Євген Михайлович (26.06.1938, с. Іскриківщина Сумської обл. - 9.06.1999), змс СРСР. Бронзовий призер ОІ-1980 зі спортивної ходьби на 50 км. Чемпіон СРСР-1980 (50 км), 4-разовий срібний призер чемпіонатів СРСР (20 км).

Фоменко Михайло Іванович (19.09.1948, с. Мала Рибіця Сумської обл.) змс СРСР, зт України. Бронзовий призер ОІ-1976 з футболу, срібний призер чемпіонату Європи (1972), володар Кубка Кубків (1975), Суперкубка УЄФА (1975), 3-разовий чемпіон СРСР (1974, 1975, 1977). 2-разовий володар Кубка СРСР (1974, 1978). Тренер чемпіонів України (1993). Головний тренер збірної України з футболу (2012 - по т.ч.).

Це цікаво...



25 травня 1935 року видатний спортсмен Гровер Клівленд (Джессі) Оуенс (США) протягом 45 хвилин встановив 6 світових рекордів: 100 ярдів - 9,4 (повторення), 220 ярдів - 20,3 і по ходу - з бігу на 200 метрів, 220 ярдів із бар'єрами і по ходу - на 200 метрів із бар'єрами - 22,6 і зі стрибків у довжину - 8,13 м (вперше подолав рубіж 8 м; рекорд протримався 25 років і був поліпшений у 1960 році Ральфом Бостоном).



ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



Сорокалет Олександр Дмитрович (27.03.1959, м. Шостка), змс СРСР. Бронзовий призер ОІ-1988 з волейболу. Чемпіон світу (1982) та срібний призер (1986). Срібний (1985) та бронзовий (1989) призер Кубка Світу. 3-разовий чемпіон Європи (1983, 1985, 1987), 4-разовий чемпіон СРСР (1987-1990), 3-разовий володар Кубка європейських чемпіонів (1987-89). Переможець «Дружба-1984» та Ігор Доброї Волі (1986).



Феденко Олександр Олександрович (20.12.1970 м. Суми), змс України. Срібний призер ОІ-2000 з велоспорту в командній гонці переслідування), 2-разовий чемпіон світу (1998, 2001) та срібний призер (1997). 4-разовий переможець Кубка світу.

Це цікаво...



Дворазовий олімпійський чемпіон (1976, 1984), бронзовий призер (1988) з бігу на 110 метрів із бар'єрами Едвін Мозес зі США виграв 122 старти підряд у період із 1977 по 1987 рік.

Вежа Олімпійського стадіону Гельсінкі, яка була збудована до Олімпійських ігор-1952, має висоту 72 м 71 см на честь знаменитого “золотого” олімпійського кидка Матті Ярвінена у 1932 році на Олімпійських іграх в Лос-Анджеlesi (США).



Петрова Олена Юріївна (24.09.1972, с. Шаркан Удмуртської АРСР), змс України, срібна призерка ОІ-1998 з біатлону в індивідуальній гонці, 4-разова срібна (1996, 1999, 2003) та 6-разова бронзова (1996, 1997, 2000, 2001, 2004) призерка чемпіонатів світу. Чемпіонка Європи (2004), 2-разова срібна (2003, 2004) та 2-разова бронзова (1994, 2007) призерка.

ОЛІМПІЙСЬКА ГОРДІСТЬ СУМЩИНИ



**Вайгіна-Єфремова Лілія
Миколаївна** (15.04.1977, м.Чебоксари Чуваської АРСР), змс України. Бронзова призерка ОІ-2006 з біатлону в спринті, 2-разова срібна призерка чемпіонатів світу з літнього біатлону (2003, 2007). 3-разова срібна (2001, 2002) та 2-разова бронзова (2003, 2008) призерка чемпіонатів Європи з біатлону.



**Лук'яненко Віталій
Володимирович** (15.05.1978, м.Суми), 4-разовий чемпіон Паралімпійських ігор із біатлону (2006, 2010, 2014), срібний призер ОІ-2006, 3-разовий бронзовий призер ОІ (2002, 2006, 2010), багаторазовий чемпіон і призер чемпіонатів та Кубків світу з зимових видів спорту серед спортсменів із вадами зору.

**Шелестюк Тарас
Олександрович** (30.11.1985, м.Макіївка), змс України. Бронзовий призер ОІ-2012 з боксу в напівсередній вазі. Чемпіон світу (2011). Бронзовий призер чемпіонату Європи (2010). Володар Кубка Європи (2010). 3-разовий чемпіон України (2009-2011).

Це цікаво...



Першим в історії чорношкірим олімпійським чемпіоном, який представляє африканську країну, став Абебе Бікіла із Ефіопії. Він здобув широку популярність перемогою в олімпійському марафоні-1960, всю дистанцію якого він подолав босоніж. Він став першим в історії дворазовим олімпійським чемпіоном у марафоні (1960 і 1964), обидва рази вигрававши з вищими світовими досягненнями.



Слово про небайдужих людей

Вихід у світ цього видання є одним із низки меценатських проектів людей, жителів міста Суми як знак подяки прославленому **Володимиру Голубничому** за його перемоги. З вдячністю та гордістю відзначаю небайдужість **Ігоря Гоцула, Анатолія Васильєва, Олександра Вегери, Ніни Гаркавої, Магомеда Шарипа Галаєва, Володимира Демуру, Тетяни Євдокимової, Анатолія Єпіфанова, Володимира Зайця, Ігоря Лазаковича, Євгена та Ігоря Лапіних, Михайла Медведя, Павла Новицького, Романа Петренка, Миколи Скоморохи, Олега та Анатолія Соколових, Рубена Сумбатова, Івана Телющенка, Володимира Токаря, Віктора Федорченка, Олексія Цимбала, Віктора Чегринця, Юрія Чмیرя та Володимира Шилова.** Їхнє миттєве сприйняття ідеї, прагматизм у її реалізації, щирість та безкорисливість заслуговують на наслідування. Це дякуючи їм молоде покоління українців знатиме, вчитиметься та віримо - збереже науку перемагати від **Володимира Голубничого**.

З повагою

Володимир Підлісний,
президент Федерації
легкої атлетики Сумської області



Популярне видання

Легка атлетика від олімпійського чемпіона Володимира Голубничого

Автори-упорядники:

Боярко Анатолій Андрійович – історик-статистик спорту

Бріжсатий Олександр Володимирович – проректор з науково-педагогічної роботи

Сумського державного університету

Підлісний Володимир Ілліч – президент Федерації легкої атлетики Сумської області

Ідея - Володимира Підлісного

Редактори: В.А. Величко, В.В. Вовчанецький

Комп'ютерна верстка та дизайн: І.І. Шутсько, Т.Г. Хвостенко

Список використаної літератури та автори фотоматеріалів,
які використані при підготовці даного видання, розміщені на сайті <http://flaso.sumy.ua/>

Підп. до друку 26.05.2016. Формат 70x90/12. Ум. друк. арк. 3,50. Ум. фарб.-відб. 14,00. Обл.-вид. арк. 3,03. Тираж 500 пр. Вид. № 7.
Видавець і виготовлювач: ВВП «Мрія», 40000, Суми, Кузнечна, 2. Свідоцтво суб'єкта видавничої справи: серія ДК, № 2765 від 15.02.2007.



На рідному стадіоні «Спартак» у 1980 р.



Музей спортивної слави
в школі № 18 м. Суми



Все життя – “спартаківець”



Юні вихованці ДЮСШ
В.Голубинчого

Всеукраїнські змагання з легкоатлетичного
кросу пам'яті В.Куца в с.Олексине
Тростянецького району Сумської області - 2016 р.



Легкоатлетичний манеж у Сумах -
місце проведення чемпіонатів України з 2003 року



Олімпійська надія Сумщини



Сумчани, члени штатної збірної команди України з легкої атлетики

(зліва направо – Є. Гуцол, А. Красуцька, В. Корж, В. Супрун, О. Шкурат, О. Поздняков,
М. Миколенко, В. Бутрим, В. Кащєєва-П'ятченко, І. Кашина - без фото)



Федерація легкої атлетики Сумської області

e-mail: flaso@flaso.sumy.ua web: www.flaso.sumy.ua

наша спільнота у соц. мережі: <http://vk.com/clubflaso>

м. Суми 2016

Книга «Легка атлетика від Володимира Голубничого»

Список використаної літератури

Бєлих М. О., Богачик П. Т., Синицький З. П. Легкоатлети України / М. О. Бєлих, П. Т. Богачик, З. П. Синицький – 2-ге вид. – Київ : Здоров'я, 1979. – 280 с.

Богатырев Е. Г. Владимир Голубничий / Е. Г. Богатырев. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 49 с., ил. – (Сер. Герои олимпийских игр).

Воробйов П. Г., Фірセル Н. Й. На славу спорту і в ім'я честі / П. Г. Воробйов, Н. Й. Фірセル. – Київ : Здоров'я. – 264 с.

Голубничий В. Наши интервью / В. Голубничий // Легкая атлетика. – 1980. – № 7. – С. 23.

Голубничий В. С. «Не упусти свой шанс» / В. С. Голубничий // Советский спорт. – 1987. – 27 сент. – С. 4.

Голубничий В. С. Жажда победы / В. С. Голубничий // Легкая атлетика. – 1977. – № 9. – С. 8–9.

Голубничий В. С. Чотири олімпійських сходження / В. С. Голубничий. – Київ : Здоров'я, 1976. – 116 с. – (Майстри спорту розповідають).

Добров А. А. Все о спорте / А. А. Добров. – 2-е изд. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – Т. 1. – 520 с.

Книга легкоатлета : прошлое и настоящее «королевы спорта». – Москва : Физкультура и спорт, 1971. – 383 с.

Кузнецов В., Темнов В. Олимпийские кольца королевы спорта / В. Кузнецов, В. Темнов. – Москва : Советская Россия, 1979. – 180 с.

Легкая атлетика / сост. Р. В. Орлов. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 394 с.

Маєвський В. Щасливі кола олімпійця / В. Маєвський // Спортивна газ. – 1988. – 7 черв. – С. 3.

Оливова В. Люди и игры. У истоков современного спорта / В. Оливова. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 240 с.

Олимпийская энциклопедия / гл. ред. С. П. Павлов. – Москва : Советская энциклопедия, 1980. – 480. с.

Панорама спортивного года 1983-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1984. – 176 с.

Панорама спортивного года 1984-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 228 с.

Панорама спортивного года 1985-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 414 с.

Панорама спортивного года 1986-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – 368 с.

Панорама спортивного года 1987-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 237 с.

Панорама спортивного года 1988-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1989. – 336 с.

Панорама спортивного года 1989-го : ежегодник – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 228 с.

Радченко Л. Володимир Голубничий... / Л. Радченко // Спортивна газ. – 1980. – 17 черв. – С. 2.

Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Б. Н. Хавин. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.

Хавин Б. Н. Звезды спорта / Б. Н. Хавин. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 430 с.

В. С. Голубничий (інтернет-ресурси)

Голубничий Володимир Степанович [Електронний ресурс] : web-сайт : – режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/>. – Назва з екрана.

Володимир Голубничий [Електронний ресурс] : web-сайт – режим доступу : <http://www.ukrainians-world.org.ua/ukr/people/db0f8c8ed2f19b48/>. – Назва з екрана.

Легкая атлетика на Олимпийских играх 1896–2016. Владимир Голубничий [Електронний ресурс]. – режим доступу : <http://athletics-sport.info/athletes/golubnichy-vladimir>. – Назва з екрана.

Голубничий В. С. [Електронний ресурс]. – режим доступу <http://www.meria.sumy.ua/index.php?newsid=41660>. – Назва з екрана.

Владимир Степанович Голубничий [Електронний ресурс] : біографія. – режим доступу : <http://www.people.su/29379>. – Дата звернення : 23.05.2016 р. – Назва з екрана.

Голубничий В. С. [Електронний ресурс]. – режим доступу : <http://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/431481>. – Назва з екрана.

Голубничий В. С. [Електронний ресурс]. – режим доступу : <http://www.games-olympic.ru/?p=14>. – Назва з екрана.

Голубничий В. С. [Електронний ресурс]. – режим доступу : <http://fakty.ua/100550>

Олімпійське золото Сумщини [Електронний ресурс] : Володимир Голубничий : до 75-річчя від дня народж. нашого земляка, дворазового олімпійського чемпіона : інформ. досьє / Сумська обл. дит. б-ка. – Суми, 2011. – режим доступу : <http://sodb.sumy.ua/img/metod/dovidka/201115.pdf>. – Назва з екрана.