კპრელებრენი ეთვე ქვეყნის, შეკავშირეთ!

ლელო

ორგან კომიტეტა ით ფიზიკური კულტურა და სპორტა ის საქმეებში საქართველოს სსრ მინისტრთა საბჭოსთან არსებული ფიზკულტურის და სპორტის მთავარი სამმართველოს და პროფესიონალური საქართველოს რაზმეულთა საბჭოს ორგანო

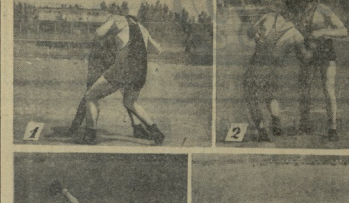
ოთხშაბათი
20 ოქტომბერი
1954 წელი
№ 84 (786)
ფასი 60 კაპ.
ბაქოს ქალაქის 80-ე წელი

უკეთ მოვაწყოთ სპორტის პროპაგანდის საქმე

თბილისელებმა საკვირაო დღისათვის ბევრი ხელკეთი გაამზადეს. ბევრმა ოჯახმა ადრე ადგა, ადრე დაიწყო ფეხაკრეფით ბინების დალაგება, ადრე გაიმეორა ის, რაც ყოველ კვირას ხდება ხოლმე. ბევრმა ოჯახმა ადრე დაიწყო ფეხაკრეფით ბინების დალაგება, ადრე გაიმეორა ის, რაც ყოველ კვირას ხდება ხოლმე. ბევრმა ოჯახმა ადრე დაიწყო ფეხაკრეფით ბინების დალაგება, ადრე გაიმეორა ის, რაც ყოველ კვირას ხდება ხოლმე.

ასე ვიწყებთ ჩვენ ყოველ ნოემბერს ჩვენი ქალაქის ფიზკულტურული ორგანიზაციების ხელმძღვანელები ხშირად ვიკრიბებით ხოლმე, რათა ერთად შევაჯამოთ ჩვენი მუშაობა, ერთად ვიმსჯელოთ ჩვენი ნაკლოვანებების შესახებ და ერთად ვიპოვოთ გზები იმ ნაკლოვანებების აღმოსაფხვრელად, რომლებიც ხელს უშლიან ჩვენ ორგანიზაციებს ფიზკულტურული მასობრივი მუშაობის გაშლაში

ხელზე დაკიდებითი გდება



ზემოთ აღწერილი 13 წლის ქალ ის ფიგურა — ხელზე დაკიდებითი გდება არავინ არ იფიქრა, იგი დაიბადა და ბრაზდაება. შემოიგდებს სამკალით მოეგებებენ.

ფიგური სრულდება შემდეგნაირად (ილიუსტრაციების გაკვირვით მიხი შემსრულება მარცხნა მხარეს): მოქიდავე, რომელზედაც წარმოებს შეტევა, სწვის მდგომარეობაში მარცხენა ფეხიშველა (მარცხენა ფეხი მარჯვენას წინ აქვს). შეტევაზე მოქიდავე თავის მარცხენა ფეხს დგამს მოწინააღმდეგის მარჯვენა ფეხის წვერისკენ ახლოს და ერთდროულად მარცხენა ხელით ორივე ფეხს ქვემოდან ისეთნაირად ხელს გადაუყრის, რომ იგი მოწინააღმდეგის მარჯვენა ფეხის ზემოთ აღმოჩნდეს (ილუსტრ. № 1).

შემდეგ მოქიდავეს თავის მარჯვენა ფეხი მაღლა გადაჰყავს წინ, მოწინააღმდეგის მარჯვენა ფეხის წვერისკენ, ე. ი. არხეინად, თავის უკანა ერიდან დგამს და ერთდროულად მარჯვენა ხელის ფეხთან ქვემოდან გადაყრის (ილუსტრ. № 2).

ამრიგად, შეტევით მოქიდავე დაეცემა მოწინააღმდეგის ხელის და თავისი ცალფეხის ქნის შეიძლე ხანგრძლივობა აქვეს ბრიგს ბარძაყში, ფაქიზ ხელ უკუნის. ამ კარგისეკენ, რომ იგი მოწინააღმდეგის მარჯვენა ფეხის წვერისკენ გადაყრით ვიმარჯვებ (ილუსტრ. № 3).

ხალხშიაც დაიყრის შეტევა მოქიდავეს მარჯვენა ბარძაყის ზემოთ ზემოთ ორივე ხელით მოწინააღმდეგის ბარძაყები ხელის, ფაქიზ ხელით თავის ზემოთ ზემოთ ზემოთ (ილუსტრ. № 5) და ერთ ხელით მარჯვენა ხელის ფეხის ქვემოთ (ილუსტრ. № 6).

ამ შემთხვევაში, თუ ვინაიდანაც მოწინააღმდეგის ხელი ასხლეტება მხრიდან კისერზე (ილუსტრ. № 7) და მისი გადაჭიმვა ვერ შეიძლება, შეტევით მოქიდავე ვერაფრის დამთავრებას მოახერხებს. ამიტომ მოქიდავე ტანზე გამოაცლის თავს, მისი მხრის ქვეშიდან და დაიკეცის მეტად ტკივილით.

ამ დროს შესაძლებელია თქვენი ხელით მოქიდავის ფეხის ხელით ისეთნაირად ჩაფრენა (ილუსტრ. № 8), რომ მოქიდავეს ფეხის ხელით ვერ შეიძლება, მაგრამ ამ შემთხვევაში ორივე ხელი მოქიდავის ფეხზე უნდა იყოს მიმაგრებული.

მეორე ვარიანტი ტარების ჭკუათვალის და მოქიდავეობის შემდეგში. შემთხვევაში ორივე ფეხს ერთად დგამს, მოქიდავეს მარჯვენა მხრით მოწინააღმდეგის მხრით მის მარჯვენა ფეხთან და ჩაფენის მარჯვენა ხელში, ისეთნაირ ეს სამოთხე ფეხიშველა შემოსვლით, ამის შედეგად იგი ვარიანტი ტანით ვარდება პარტნიორის ქანის ცარცვის მის მარცხენა ფეხთან.

მესამე ვარიანტი მეთოთხეზე ვარ სხვადასხვა: ამისი, მის ქანების დროს შემთხვევით მოდეს დადგომის შედეგად ფეხიშველა მოქიდავე ფეხის ხელით მოწინააღმდეგეს მარცხენა ფეხთან. ამ შემთხვევაში იგი ხელიზე მის ფეხის ქვეშ ხელით, ეროვნულ იგი უკანასკნელ მოკიპალებით მარცხნივ გადაჰყავს.

მეოთხე ვარიანტი — მოდი დაიწყოს ჩაგიარსი სტატიების სახეები მოქიდავეობაში, შემდეგ ფაქიზ შემსრულებლობა ერთ-ერთი.

რაუნდები

ბოქსირებში ჯილეტების სტადიონებზე ბრძოლები ორგანიზაციის შედეგად ჩატარებულ ბრძოლებში და ნათელ ბოლო ბრძოლა ეროვნული ბოქსირების ჯილეტების ფინალში 1954 წლის ჩემპიონში მ. ბაქრაძე და კ. კოკორეი, გამეცა წლის ჩემპიონი პ. ხოსიტარი და სხვები.

შემდეგი ჩატარა რუნდებით ბოქსირების ჯილეტების და მსოფლ ტურნირები (9:1) დამთავრეთ, ეროვნული შემდეგი ფინალები ბოქსირების ფინალებში შედეგ წილში.

* * *

მეორედ ბოლოკალმიანების რეში ნეში სპორტული სისულე ბრალიო ურეიდები ან ფესვები, მთელს ქვეყანაში მხილიდ ერთი სასპორტო ორგანიზაციის და ისიც ეკონომიური, ამიტომაც სპორტსმენები ფეხი გიდელიც ფასი ეკონომიური ნაწილის ჯილეტების ბანაობის გამო. თავისუფალი ბანაობა მიიწერა ფიზიკისტების ნაწილის ჯილეტების ბანაობის ნაწილის, კლუბი, ტბილისელები და სხვა წილებსა და ისინი ისინი ბანაობისთვის ბანაობელი ნაწილის წილ წლის სტატისტიკურ შედეგებზე ბანაობა და 30 თანამშრომელი ნაწილის სხვადასხვა მოთამაშეთა შორის.

შედეგები და დაცვის საკვანძო ეტაპების შესახებ. შედეგი ეროვნული წილ ერთ ათეულ ან ანგარიშით, რომ ფაი წილისთვის ნაცვალ სპორტსმენებისთვის ბანაობელი ნაწილის, ე. ი. ქ. სიდე ეროვნული ნაცვალ ნაწილი ფიზიკური ნაწილის ფიზიკური ნაწილის ნაწილის ნაწილის

საქართველოს ფიზკულტურა

ᲔᲠᲔᲕᲜᲘᲡ ᲡᲞᲝᲠᲢᲣᲚ ᲛᲝᲔᲓᲜᲔᲑᲐᲖᲔ

ᲐᲛᲘᲜᲐᲫᲘᲡ ᲙᲐᲜᲐᲚᲘᲡ ᲠᲔᲙᲝᲜᲡᲢᲠᲣᲥᲪᲘᲘᲡᲐ ᲓᲐ ᲒᲐᲨᲕᲔᲑᲘᲡ ᲨᲔᲡᲐᲮᲔᲑ

ᲒᲐᲛᲒᲔᲠᲓᲔᲑᲐᲓᲐ, ᲠᲝᲒᲝᲠᲪ ᲛᲝᲜᲐᲪᲔᲛᲔᲑᲘ ᲐᲛᲑᲝᲑᲓᲜᲔᲜ, ᲔᲠᲔᲕᲜᲘᲡ ᲡᲞᲝᲠᲢᲣᲚᲘ ᲛᲝᲔᲓᲜᲔᲑᲐ ᲓᲐᲡᲠᲣᲚᲓᲐ ᲓᲘᲓᲘ ᲡᲐᲖᲔᲓᲣᲠᲝᲔᲑᲘᲗ. ᲓᲐᲚᲔᲒ ᲓᲐᲜᲘᲔᲚᲘᲡ ᲛᲬᲕᲐᲜᲔᲗᲘᲡ ᲛᲝᲜᲐᲪᲔᲛᲔᲑᲘ ᲐᲓᲒᲘᲚᲘᲡ ᲛᲘᲮᲔᲓᲕᲘᲗ ᲛᲘᲘᲦᲝᲜ ᲛᲝᲛᲮᲘᲜᲣᲠᲔᲑᲚᲘ ᲐᲓᲒᲘᲚᲘᲡ ᲛᲝᲡᲐᲮᲚᲔᲔᲑᲘ ᲓᲐ ᲛᲐᲗᲘ ᲛᲘᲡᲐᲛᲐᲠᲗᲔᲑᲘ.

76 ᲝᲚᲘᲛᲞᲘᲐᲓᲘᲡ, ᲡᲐᲛᲝᲓᲔᲛᲘ, ᲑᲠᲘᲜᲯᲐᲮᲘᲡ ᲛᲔᲓᲐᲚᲘᲔᲑᲘ ᲛᲘᲘᲦᲝ ᲡᲐᲥᲐᲠᲗᲕᲔᲚᲝᲡ ᲡᲐᲮᲔᲚᲛᲬᲘᲤᲝ ᲡᲞᲝᲠᲢᲡᲛᲔᲜᲔᲑᲘᲡ ᲛᲔᲛᲐᲡᲐᲠᲗᲔᲑᲚᲔᲑᲛᲐ ᲓᲐᲛᲐᲢᲔᲑᲘᲗ ᲛᲔ ᲨᲕᲘᲓᲛᲔᲢᲘ ᲓᲐ ᲡᲐᲮᲘᲚᲘ ᲛᲝᲜᲐᲪᲔᲛᲔᲑᲘ ᲛᲘᲘᲦᲝ ᲠᲙᲕᲘᲐᲓᲘ ᲠᲔᲙᲝᲠᲓᲔᲑᲘ.

ᲛᲐᲒᲐᲚᲘᲗᲘ ᲐᲓᲒᲘᲚᲘᲡ ᲛᲔᲨᲕᲔᲓᲝᲑᲐ ᲓᲐ ᲛᲐᲒᲐᲚᲘᲗᲘ ᲒᲘᲜᲐᲓᲘᲡ ᲛᲘᲦᲬᲔᲕᲐ ᲛᲘᲡᲘ ᲒᲐᲛᲐᲠᲯᲕᲔᲑᲘᲡ ᲞᲘᲠᲕᲔᲚᲘ ᲓᲦᲔᲔᲑᲘᲡᲗᲕᲘᲡ ᲓᲐᲜᲘᲔᲚᲘᲡ ᲛᲔᲡᲐᲛᲔ ᲡᲐᲮᲔᲚᲛᲬᲘᲤᲝ ᲡᲞᲝᲠᲢᲡᲛᲔᲜᲔᲑᲘᲡ ᲛᲔᲛᲐᲡᲐᲠᲗᲔᲑᲚᲔᲑᲛᲐ ᲓᲐᲛᲐᲢᲔᲑᲘᲗ ᲛᲔ ᲨᲕᲘᲓᲛᲔᲢᲘ ᲓᲐ ᲡᲐᲮᲘᲚᲘ ᲛᲝᲜᲐᲪᲔᲛᲔᲑᲘ ᲛᲘᲘᲦᲝ ᲠᲙᲕᲘᲐᲓᲘ ᲠᲔᲙᲝᲠᲓᲔᲑᲘ.

ᲛᲔᲝᲠᲔ ᲙᲚᲐᲡᲘᲡᲐᲓᲛᲘ ᲛᲔᲥᲕᲔᲗᲔ ᲛᲔᲪᲘᲠᲐᲡ ᲓᲐ ᲒᲐᲛᲝᲜᲐᲙᲚᲘᲡ ᲛᲔᲡᲐᲛᲔ ᲡᲐᲮᲔᲚᲛᲬᲘᲤᲝ ᲡᲞᲝᲠᲢᲡᲛᲔᲜᲔᲑᲘᲡ

რუსული ჭაღრაკის გენია

ა. ალიოხინი

★

ალიოხინი ჩემი ნაცნობია. ჩვენ ერთად ვსწავლობდით ერთ სკოლაში. ის ჩემზე ორი წლით უფროსი იყო და ამ ასაკში ეს დიდი განსხვავებაა. ალიოხინი ჭადრაკის ნიჭით ბავშვობიდანვე გამოირჩეოდა. ის ჯერ კიდევ მეცხრე კლასში ითვლებოდა ერთ-ერთ ძლიერ მოთამაშედ. ამ დროს ის ხშირად ეწეოდა ხოლმე ჭადრაკის ტურნირებში. ალიოხინი ბევრ ჩვენს ნაცნობ ბიჭს ჭადრაკის ნიჭით ბევრად ჩამოშორებოდა. ამიტომ ის ადვილად ამარცხებდა ყველა მათგანს.

ალიოხინის ნამდვილი ოსტატობა ჩემ თვალწინ ჩამოყალიბდა. ის ხშირად მოდიოდა ჩვენთან სახლში და ჩვენ ერთად ვთამაშობდით. ალიოხინი ამ დროს ჯერ კიდევ ძალიან ახალგაზრდა იყო. ის ოცდაერთი წლისა იყო, როდესაც ის პირველად გახდა ლენინგრადის ჩემპიონი. ეს მოხდა 1925 წელს. ამ ტურნირში ალიოხინმა ოთხი ქულით აჯობა ყველა თავის მეტოქეს. ამ ტურნირში ალიოხინმა ერთ-ერთ პარტიაში ალექსანდრ ალეხინი დაამარცხა. ალეხინი ამ დროს ჭადრაკის ერთ-ერთ ძლიერ ოსტატად ითვლებოდა. ალიოხინის გამარჯვება ალეხინზე ჭადრაკის ისტორიაში ერთ-ერთ ყველაზე ლამაზ გამარჯვებად ითვლება.

ალიოხინის ნამდვილი ოსტატობა ჩემ თვალწინ ჩამოყალიბდა. ის ხშირად მოდიოდა ჩვენთან სახლში და ჩვენ ერთად ვთამაშობდით. ალიოხინი ამ დროს ჯერ კიდევ ძალიან ახალგაზრდა იყო. ის ოცდაერთი წლისა იყო, როდესაც ის პირველად გახდა ლენინგრადის ჩემპიონი. ეს მოხდა 1925 წელს. ამ ტურნირში ალიოხინმა ოთხი ქულით აჯობა ყველა თავის მეტოქეს. ამ ტურნირში ალიოხინმა ერთ-ერთ პარტიაში ალექსანდრ ალეხინი დაამარცხა. ალეხინი ამ დროს ჭადრაკის ერთ-ერთ ძლიერ ოსტატად ითვლებოდა. ალიოხინის გამარჯვება ალეხინზე ჭადრაკის ისტორიაში ერთ-ერთ ყველაზე ლამაზ გამარჯვებად ითვლება.

ალიოხინის სპორტული ბედნიერება ხანგრძლივი არ აღმოჩნდა. ის ხშირად ეწეოდა ხოლმე ჭადრაკის ტურნირებში. ალიოხინი ბევრ ჩვენს ნაცნობ ბიჭს ჭადრაკის ნიჭით ბევრად ჩამოშორებოდა. ამიტომ ის ადვილად ამარცხებდა ყველა მათგანს