

*Крикунов Геннадий Анатольевич, старший преподаватель КФК,
Петрозаводский государственный университет, Россия, г. Петрозаводск*

ФЕНОМЕН ХУАНТОРЕНА

Аннотация: В данной статье рассказывается о выдающемся кубинском бегуне Альберто Хуанторене, ставшего победителем олимпиады в Монреале 1976 года в беге на 400 и 800 метров. Рассматривается и анализируется его тренировочный и соревновательный период с 1971 по 1977 год. Обсуждается ряд практических и педагогических приёмов, используемых в учебно-тренировочном процессе для подготовки бегунов высокого класса на 400 и 800 метров.

Ключевые слова: Альберто Хуанторена, олимпийские игры, бег, мировой рекорд, тренер, тренировочный процесс, подготовка.

Annotation: This article describes the outstanding cuban runner Alberto Juantoren, who won the 1976 Montreal Olympics in the 400 and 800 meters. His training and competition period from 1971 to 1977 is considered and analyzed. A number of practical and pedagogical techniques used in the training process for training high-class runners at 400 and 800 meters are discussed.

Key words: Alberto Juantorena, olympic games, running, world record, coach, training process, preparation.

Альберто Хуанторена родился в 1951 году и начал заниматься лёгкой атлетикой, когда ему исполнилось 20 лет (по теперешним взглядам удивительно поздно для спринтера). Это произошло в 1971 году. По стадиону в Гаване, опустив голову, печально проходил рослый юноша. На него обратил внимание приехавший

на Кубу польский тренер Зигмунт Забжевский. Оказалось, что юноша — Альберто Хуанторена был отчислен из сборной баскетбольной команды «за индивидуализм в игре и неумение видеть площадку» и теперь вынужден вернуться домой в провинцию Ориенте.

Забжевский настоял на том, чтобы Хуанторену оставили в Гаване и зачислили в сборную легкоатлетическую команду — объяснить это можно только особым чутьём тренера.

Вскоре стало ясно, что польский тренер был прав. Впервые выступая на ответственных соревнованиях — в Барьентосе, Альберто одержал свою первую победу в беге на 400 метров, пробежав круг за 46,9. Методы тренировки, которые применял Забжевский, работая с Хуантореной, были своеобразны. Занятия проходили не на стадионе, а на площадке для гольфа, на холмах и на пляже у моря. Конечно, дело не обошлось и без коротких отрезков на беговой дорожке, но больше времени занимал кроссовый бег до 10 — 12 км.

Успехи новичка были столь значительны, что Хуанторену заявили для участия в Олимпийских играх 1972 года в Мюнхене. Это было первой прикидкой, разведкой перед будущими победными выступлениями. В своём забеге на 400 метров Хуанторена был первым с отличным временем — 45,94. В четвертьфинальном забеге он приходит к финишу вторым и выбывает из соревнований в полуфинале. Участие в Олимпиаде позволило кубинцу познакомиться с обстановкой Игр, поверить в себя, приобрести необходимый опыт участия в самом значительном спортивном форуме мира.

Года между Олимпиадами, несмотря на то что Альберто некоторое время тяжело болел и перенёс две операции, стали годами постепенного приближения к спортивному Олимпу. В 1973 году на Московской универсиаде он побеждает на дистанции 400 метров, устанавливая мировой рекорд для юниоров — 45.4. Затем он становится чемпионом Игр стран Центральной Америки и Карибского моря, а в 1975 году завоёвывает серебряную награду на Панамериканских играх.

Трудно сказать, почему Забжевскому пришла в голову мысль заявить Хуанторену на Олимпийских играх 1976 года на 400 и 800 метров. Олимпийская победа, а тем более на двух дистанциях, всегда была подвигом, доступна лишь немногим. Но если это и происходило, то на смежных, близких по характеру бега дистанциях. Но 400 и 800 метров? Слишком уж различны эти дистанции.

История лёгкой атлетики знала великолепных бегунов и на 400 метров и на 800 метров. Это были преимущественно американцы, представители Великобритании, Австралии, Новой Зеландии. На играх 1968 года в Мехико великолепный мировой рекорд на 400 метров установил американец Л. Эванс — 43,8 [1, с. 915]. Две олимпийские победы на 800 метров и одну на 1500 метров одержал новозеландец П. Снелл [1, с. 649]. Большая группа отличных бегунов участвовала в Олимпиаде 1976 года в Монреале. На 800 метров выступали такие известные всему миру спортсмены, как Р. Уолхатер (США), С. Оветт (Англия), И. ван Дамме (Бельгия). Уолхатер, например, в 1974 году установил мировые рекорды на 800 ярдов и 1000 метров, не проиграв ни одного соревнования на 800 метров.

В забеге Хуанторена бежит расчётливо. Результата 1.47,15 оказалось достаточно, для того чтобы закончить дистанцию первым. В полуфинале ему пришлось пробежать два круга за 1.45,88. И вот финал. Уолхатер или Хуанторена? Их шансы оцениваются особенно высоко. Кубинец пробегает первый круг за 50,8 и второй за 52,7. Сложив эти две цифры, мы получаем новый мировой рекорд — 1,43.50! Такой темп оказался не под силу его соперникам.

Итак, 800 метров — это истинное призвание Хуанторены. Так решили специалисты. Ведь не может же кубинец выиграть и 400 метров. Такого ещё не бывало и вряд ли когда-нибудь будет. Но наступает день соревнований в беге на 400 метров, и Альберто Хуанторена стартует в шестом забеге. К финишу он приходит третьим с результатом 47,89. Этого достаточно, чтобы попасть в четвертьфинал. Ему нужно участвовать ещё в трёх забегах, и в каждом из них он клучшает своё время. В четвертьфинале Хуанторена первый — 45,92. В

полуфинале снова первый — 45,10. Наконец, 29 июля Альберто Хунторена стартует в финальном забеге на 400 метров. Обычно у него не ладится со стартом. Вот и на этот раз он отстаёт в начале дистанции, но к началу финишной прямой оказывается в полуметре от ведущего бег, а затем сантиметр за сантиметром сокращает этот разрыв и приходит к финишу первым с временем 44,26!

Итак, произошло, казалось бы, невероятное. Кубинский бегун завоевал золотые медали на 400 и 800 метров. Хунторена опроверг все существующие ранее представления о беге на эти дистанции. Специалисты ставили его имя рядом с именами Джесси Оуэнса и Пааво Нурми. В опросе, проведённом мировыми информационными агентствами, спортивными газетами и журналами, Альберто Хунторена был признан лучшим спортсменом года [1, с. 846].

Нелёгко груз славы. Популярность Хунторены на Кубе была так велика, что он не мог сделать и шагу без того, чтобы кто-нибудь не остановил его и не поприветствовал. «Я выходил из дома в восемь утра, а попадал в университет не раньше половины двенадцатого» - шутил Альберто. Его время было уплотнено до предела. Занятия на экономическом факультете университета, выступления на всевозможных собраниях и встречах, тренировки и соревнования. Наконец, надо уделить время и семье, где его с нетерпением ждут Ириа и маленькая дочка.

Так кем же был всё-таки Альберто Хунторена? Спринтер или бегун на средние дистанции? После победы в Монреале ему не раз задавали этот вопрос. «По мере совершенствования техники и развития новых методов тренировки 800 метров будут становиться всё более быстрой дистанцией, - отвечал он.

Победные выступления Хунторены продолжались и в 1977 году. Он первенствует на Кубке мира в Дюссельдорфе, на Универсиаде в Софии улучшает свой мировой рекорд на 800 метров до 1.43,4, а под конец сезона в сентябре становится победителем Спартакиады Дружественных армий. Свыше 30 победных стартов в течение года!

На основании результатов показанных Альбертом Хуантореной на протяжении длительного времени можно сделать вывод, что все методические приемы, используемые в тренировочном и соревновательном процессе имеют огромную ценность и могут быть использованы и сейчас в многолетней подготовки бегунов легкоатлетов, выступающих в широком диапазоне соревновательных дистанций.

Библиографический список:

1. Большая олимпийская энциклопедия: [12+] / авт.-сост. В.Л. Штейнбах. – Москва: Олимпия Пресс, 2006. – Т. 2. О—Я. – 969 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459840> (дата обращения: 13.11.2020). – ISBN 5-94299-088-1. – Текст: электронный.

2. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация / В.Б. Иссурин; пер. с англ. И.В. Шаробайко. – Москва: Спорт, 2017. – 239 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471214> (дата обращения: 13.11.2020). – ISBN 978-5-906839-83-1. – Текст: электронный.