

I. ALAPKÉSZSÉGEKET FEJLESZTŐ FELADATOK

1. szöveg: 1968. október 20.

A sportolók mindig is próbálkoztak ravasz trükkökkel, hogy jobb eredményt érjenek el. Egy spanyol versenyző például úgy dobta el a gerelyt, mint más a diszkoszt: forgó testmozgással lényegesen messzebbre is röpítette. Egy szovjet magasugró „katapult-cipőben” versenyzett: az eredmény nem maradt el. Az Egyesült Államok egyik vágótávozója „tüskés cipőben” futott világrekordot. A Nemzetközi Amatőr Atlétikai Bizottság azonban az ilyen kísérleteket betiltotta.

Amikor a mexikóvárosi olimpián híre ment, hogy egy egyesült államokbeli atléta háttal ugrik át a lécen, a szabályalkotók jót mulattak a dolgon. A különcöknek is van helye a játékokon. A portlandi (Oregon állam) huszonegy éves Richard (Dick) Douglas Fosburyről senki nem hitte el, hogy túljut a délelőtti selejtezőkön. A százezer főnyi közönség kezdetben megmosolyogta, aztán ámulva figyelt. A nézők csendre intették szomszédjaikat, amikor Fosbury világrekord magasságra tetette fel a lécet. A 229 cm-es magasság ugyan nem sikerült, de 224 cm-es olimpiai rekorddal mégis övé lett az olimpiai bajnoki cím.

Mi a titka? Fosbury rájött, hogyan lehet növelni a nekifutás sebességét, hogyan lehet azt közvetlenül a repülési szakaszra átvinni. A nagy ötlet a következő: balról nekifut a lécnél nyolc lépéssel, szinte sprint tempóban, majd a lécnél nem a bal lábát lendíti előre, hanem a bal vállával indítva csavarja magát fölfelé. Amikor a medencéje a lécnél ér, hátrabilentli felsőtestét, a lábait pedig, mintha hátraszaltót csinálna, magával húzza. Ezzel a technikával a hosszú lábú és rövid felsőtestű versenyzők különösen jó eredményt érhetnek el.

Az atlétika egyik legelképezetőbb találmánya sikert aratott. Fosburyt nemcsak csodálják, hanem utánozni is kezdik. Minden magasugró fiú és lány is lelkesen gyakorolni kezdi a „Fosbury-floppot”, aminek gyakorta valódi esés lett a vége, mert aki hagyományos homokgödörben a hátára esik, örülhet, ha nem kerül törött gerinccel kórházba.

(Walter Umminger 1992. A sport krónikája.

Ford.: Balassa Anna et al. Budapest: Officina Nova.)

Kérdések

1. Melyik országban rendezték meg az 1968-as olimpiát?

.....

2. Melyik sportágban kísérleteztek a versenyzők különböző trükkökkel?

.....

3. Milyen lehetett a *katapult-cipő*?

.....
.....

4. Sikerült-e a katapult-cipővel csúcsot dönteni? Húzd alá a szövegben azt a részt, amelyből a válasz kiderül!

.....

5. Hogyan viselkedett a közönség Fosbury ugrásakor?

.....
.....

6. Hány cm lett volna a világcsúcs?

.....

7. Írd le vázlatpontokba szedve a Fosbury-féle ugrás technikáját!

.....
.....
.....
.....

8. Miért lehet veszélyes a *Fosbury-flopp*?

.....
.....

9. Adj címet a szövegnek!

.....

10. Az első bekezdésben említett újtó versenyzők közül melyiknek a módszere állítható leginkább párhuzamba Fosburyével? Választásodat indokold!

.....
.....
.....