

Lietuvos moterų 1500 ir 3000 metrų bėgimo rekordų ir geriausių rezultatų (1980–2005 m.) kaita

Asta Šarkauskienė
Klaipėdos universitetas

Santrauka

Tyrimo tikslas – nustatyti Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų ir geriausių rezultatų (1980–2005 m.) kaitą ir jos priežastis.

Objektas – moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų kaita, Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo geriausi rezultatai 1980–2005 m.

Tyrimo metu analizuota Lietuvos ir pasaulio moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų kaita nuo jų registravimo pradžios iki 2005 m. Atlikta šių rekordų lyginamoji analizė. Įvertintas Lietuvos bėgikių meistriškumas atskirais laikotarpiais, analizuoti 1980–2005 m. geriausi 1500 ir 3000 m bėgimo rungčių rezultatai (po 10 kasmet).

Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordai nuo jų registravimo pradžios buvo gerinami iki 1988 m. Nors Lietuvos jaunių ir jaunimo vidutinių nuotolių bėgimo rekordai ir pastaraisiais metais gerinami, suaugusiųjų rekordai jau 17 metų nekinta. Lyginamosios analizės metodu nustatyta, kad mažiausias skirtumas tarp pasaulio ir Lietuvos 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų buvo 1990 m.: 1500 m – 7,8 s, 3000 m – 17,0 s. Tai įrodo, kad L. Baikauskaitės ir R. Čistiakovos pasiekti rezultatai tuo laikotarpiu buvo labai aukšto lygio.

Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo geriausio rezultato, penkių ir dešimties geriausių rezultatų vidurkių duomenys 1980–2005 m. laikotarpiu geriausi buvo 9-ajame dešimtmetyje, t. y. kai sportavo garsiausios Lietuvos bėgikės L. Baikauskaitė ir R. Čistiakova. Labai aukšto lygio rezultatai 1500 ir 3000 m bėgimo rungtyse pasiekti 1984–1988 metais. Puikius rezultatus pasiekė ne pavienės sportininkės, o visa didelio sportinio meistriškumo sportininkių karta: L. Baikauskaitė, R. Čistiakova, B. Skurdelytė, S. Statkuvienė, R. Veržbickienė.

Raktažodžiai: vidutinių ir ilgųjų nuotolių bėgikės, 1500 ir 3000 m bėgimo rekordai, 1500 m ir 3000 m bėgimo geriausi rezultatai.

Įvadas

Kompleksinių mokslinių grupių praktika, gyvavusi Rytų Europos šalyse, užtikrino nuolatinę informaciją apie pasaulio elito sportininkų rengimą. Šiuolaikinių mažųjų šalių ypatumas – jų izoliacija nuo didžiųjų sporto mokslo centrų ir nepajėgumas įgyvendinti rimtų kompleksinių mokslo programų. Todėl didėja pavojus atsidurti mokslinės minties periferijoje (Isurinas, Škliaras, 2001; Nėnius, 2002, Gulbinas, 2005). Žiniasklaida, didžiųjų pramonės firmų reklama, pagaliau profesionalų ir mėgėjų sporto suartėjimas pavertė sportą ir didžiuliu pajamų šaltiniu (Kukšta, 1999). Valstybėse, kuriose didelis gyventojų skaičius, gerai išplėtotą ekonomika ir sporto industrija, ir toliau plėtojamą visos sporto šakos bei rungtys, o mažiau gyventojų turinčiose ir ekonomiškai silpnesnėse šalyse stengiamasi sutelkti dėmesį ties keletu sporto šakų ar netgi rungčių (Suslov, 2002).

„Kad Vilniuje neturime stadiono, tai ne gėda, o katastrofa. Kai nėra sporto bazės, neturime moralinės teisės iš sportininkų reikalauti pergalių. Norint ką nors gauti, prieš tai reikia duoti“, – teigia Lietuvos lengvosios atletikos federacijos prezidentas A. Skrabulis (Marcinkevičiūtė, 2002). „Lengvaatlečiai nori, kad šalia Virgilijaus Alekno ir Austros Skujytės būtų ir Ingos Juodeškienės, Agnės Visockaitės pavardės. Tačiau reikalauti pasaulinės klasės rezultatų teskiriant sportininkams tik 10–15 litų, kurių pakanka nebent kartą užkasti, yra tiesiog nepadoru“ (Burokas, 2002).

Rekordai – tai ne skaičių kolonėlės, o tyrimo objektas, iliustruojantis sportininkų laimėjimus įvairiais istoriniais laikotarpiais įvairiose šalyse. Rekordai – žmogaus asmenybės evoliucijos barometras. Lietuvos lengvosios atletikos rekordų raida rodo aptariamojo laikotarpio lengvaatlečių meistriškumą, jų tobulėjimą, pasiektą atkakliomis treniruotėmis, varžybose sutelkiant fizines ir dvasines galias (Karoblis, 2001).

Kasmet lengvaatlečiai sudaro kiekvienos rungties geriausių rezultatų dešimtukus, visų laikų geriausių bėgikių rezultatai pateikti leidinyje „Lietuvos lengvaatlečiai amžių sandūroje“ (Lukauskas, 2001). Prof. P. Karoblis daugelį metų tyrė, vertino ir aprašė bėgikių rengimo metodiką, treniruotės procesą, rekordų kaitą (1974, 1975, 1989, 1999, 2001), bet pastarojo dešimtmečio vidutinių ir ilgųjų nuotolių bėgikių rezultatai mažai analizuoti. Straipsnyje ne tik istoriškai apžvelgiama rekordų ir geriausių rezultatų kaita per 25 metus, bet aiškinamasi ir šios kaitos priežastys. Geriausių Lietuvos bėgikių rezultatų, jų meistriškumo kitimo analizė gali būti pagrindas tobulinti treniruotės metodiką, nustatyti rengimo etapus, įvertinti sportininkų meistriškumą siekiant gerų rezultatų.

Objektas – moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų kaita, Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo geriausi rezultatai 1980–2005 m.

Tikslas – nustatyti Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų ir geriausių rezultatų (1980–2005 m.) kaitą ir jos priežastis.

Tyrimo organizavimas ir metodai

Tyrimo metu analizuota Lietuvos ir pasaulio moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų kaita nuo jų registravimo pradžios iki 2005 m. Atlikta šių rekordų lyginamoji analizė. Įvertintas Lietuvos bėgikių meistriškumas atskirais laikotarpiais, analizuoti geriausi 1980–2005 m. rezultatai (po 10 kasmet) 1500 ir 3000 m bėgimo rungtyse.

Tyrimo metodai:

1) literatūros šaltinių analizė; 2) dokumentų turinio analizė; 3) matematinė statistika.

Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

Moterų 1500 m bėgimo rekordai buvo pradėti fiksuoti 1967 m. Lietuvos moterys geriausiai šalies 1500 m bėgimo pasiekimą per visą rekordų registravimo laikotarpį gerino 12 kartų. Pirmąją rekordininkę šioje rungtyje tapo T. Raponavičienė (4.25,1). Vėliau rekordą gerino SSRS jaunimo kroso čempionės I. Silantjevaitė (4.24,3), I. Juozaitytė-Nikonova (4.10,7). 1979 m. lyderės pozicijas šioje rungtyje užėmė tarptautinės klasės bėgikė L. Baikauskaitė. Ši sportininkė septynis kartus gerino rekordą. Visą dešimtmetį jos rezultatai tiek 1500 m, tiek 3000 m bėgimo rungtyje buvo labai geri. 1988 m. L. Baikauskaitė Kijeve tapo SSRS čempione (4.00,66), o Seulo olimpinėse žaidynėse iškovojo sidabro medalį, 1500 m nubėgusi per 4 min 00,24 s.

Nors pastaraisiais metais Lietuvoje buvo ir yra gabių bėgikių, nuo 1988 m. Lietuvos 1500 m bėgimo rekordas priklauso L. Baikauskaitei. Ji rekordą nuo 4 min 10,7 s (1979-07-08) pagerino iki 4 min 00,27 s (1988-10-01), jis nesikeičia iki šiol.

3000 m moterų bėgimo rekordai buvo pradėti registruoti 1972 m. Šio bėgimo Lietuvos rekordai iki 2005 m. buvo gerinami 10 kartų. Pirmąją rekordininkę tapo I. Silantjevaitė-Jefimova – 9 min 30,4 s. Penkerius metus išsilaikė I. Juozaitytės-Nikonovos rezultatas – 9 min 20,0 s. Rekordą du kartus gerino L. Baikauskaitė: 1979 m. jos rezultatas buvo 9 min 18,4 s, o po metų bėgikė geriausiai pasiekimą pagerino dar 18 s – 9 min 00,4 s. Vėliau ši Lietuvos rekordą irgi 2 kartus gerino R. Viršilovaitė: 1984 m. birželio 9 d. – 8 min 59,99 s ir po mėnesio – 1984 m. liepos 6 d. – 8 min 56,79 s. R. Viršilovaitės Lietuvos rekordas laikėsi tik tai metus. 1985–1986 m. Lietuvos 3000 m bėgimo rekordą keturis kartus gerino R. Čistiakova. Jos rezultatas – 8 min 39,25 s – jau buvo tarptautinės klasės rezultatas.

Lietuvos 3000 m bėgimo rekordą gerino 5 bėgikės, bet didžiausias indėlis yra L. Baikauskaitės, kuri rekordą pagerino 19,6 s – nuo 9 min 20,0 s iki 9 min 00,4 s, ir R. Čistiakovos, kurios meistriškumas leido pagerinti rekordą nuo 8 min 56,79 s iki

8 min 39,25 s, t. y. 17,54 s.

Analizuojant pasaulio moterų 1500 m bėgimo rekordus nustatyta, kad jie buvo gerinami 13 kartų, o 3000 m – 8 kartus. SSRS bėgikės 1500 m rekordą gerino 7 kartus, o 3000 m bėgimo – 5 kartus. Iki 1993 metų buvusias šių bėgimų lyderes SSRS bėgikės pakeitė kinės. 1993 m. Kinijos bėgikių pagerinti 1500 ir 3000 m rekordai išsilaikė iki šių dienų. Kadangi nuo 1996 m. (Atlantos olimpinės žaidynės) 3000 m bėgimas išbrauktas iš olimpinių rungčių sąrašo (3000 m bėgimą pakeitė 5000 m), tai galime daryti prielaidą, kad sportininkės mažiau skirs dėmesio šiai rungčiai, todėl rekordas artimiausiu metu liks nepakitęs.

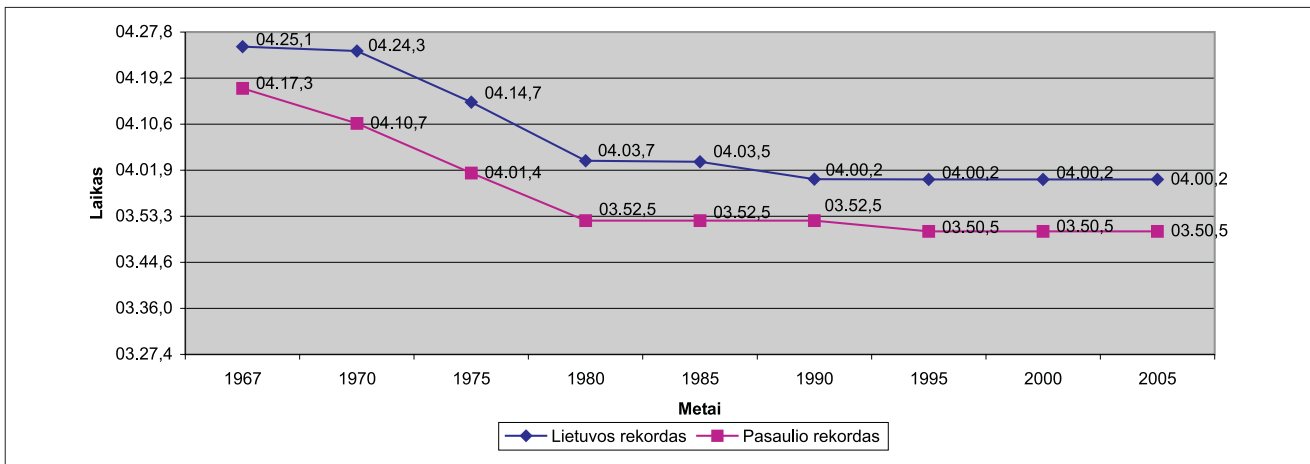
Skirtumas tarp Lietuvos ir pasaulio 1500 m bėgimo rekordų mažiausias buvo rekordų registravimo pirmais 1967 metais ir 1990 m. (L. Baikauskaitės pasiektas rekordas Seulo olimpinėse žaidynėse) – 7,8 s. 1970–1985 m. laikotarpiu rekordų skirtumas buvo 11,0–13,6 s. Dabartiniu metu rekordų skirtumas yra 9,8 s. Tiek Lietuvos, tiek pasaulio 1500 m bėgimo rekordai jau ilgą laiką nekinta.

Didžiausias skirtumas tarp Lietuvos ir pasaulio 3000 m bėgimo rekordų buvo 1972 m. – 37,4 s. Iki 1980 m. skirtumas truputį sumažėjo (31,2 s), o 1990 m. buvo tik 17 s. Dabartiniu metu Lietuvos ir pasaulio rekordą vėl skiria 33,1 s.

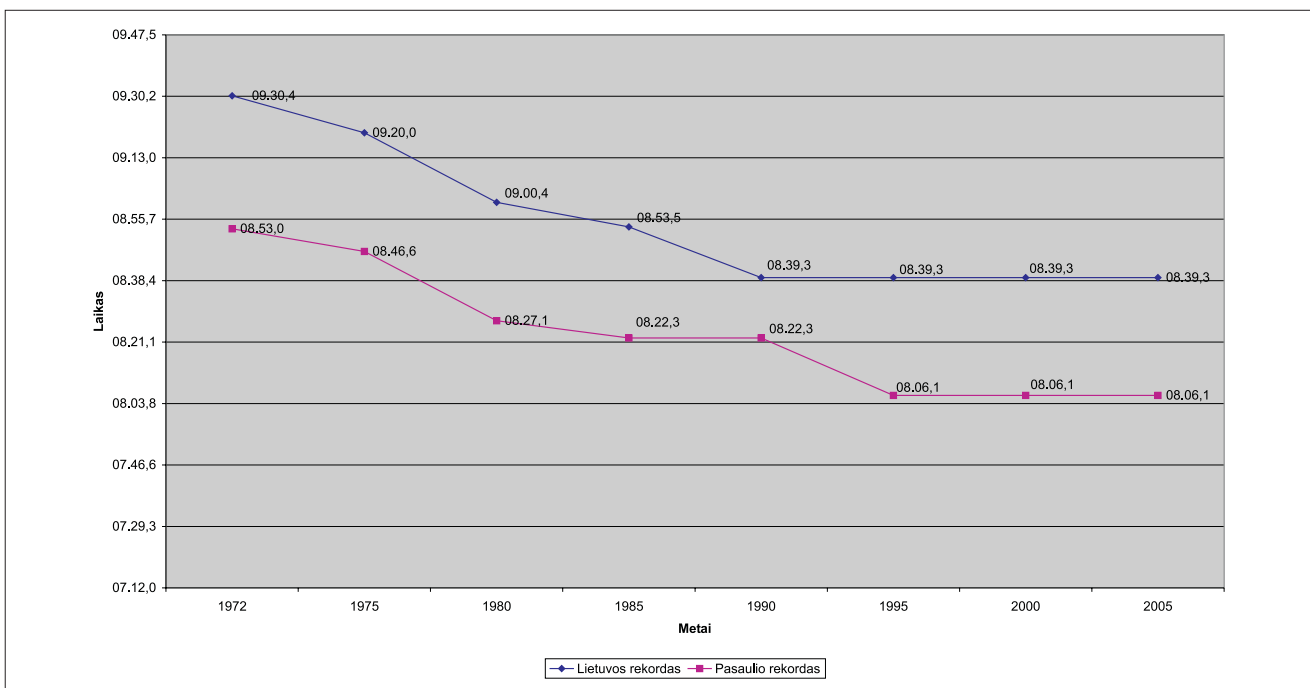
Tiek Lietuvos, tiek pasaulio rekordų kitimo tendencija panaši, tik skiriasi rezultatai. Lietuvos ir pasaulio 1500 m bėgimo rekordų kaita pateikta 1 pav., o 3000 m – 2 pav.

Šalies bėgikių meistriškumą rodo kiekvienais metais jų pasiekti geriausi rezultatai. Kiekvienų metų geriausio rungties rezultato ir penketuko bei dešimtuko rezultatų vidurkiai pateikti 3 ir 4 pav.

1980 m. užfiksuotas geriausias 1500 m bėgimo rezultatas yra 4 min 03,6 s, jį pasiekė L. Baikauskaitė. Ši sportininkė net iki 1989 m. (išskyrus 1983 m.) išsilaikė šios rungties lydere, nors rezultatai kito: tai gerėjo, tai vėl blogėjo. Geriausias rezultatas pasiektas olimpiniais 1988 metais – 4 min 00,24 s. Ryškus tais metais penketuko ir dešimtuko rezultatų vidurkių pagerėjimas: 4 min 09,59 s – penketuko, 4 min 16,61 s – dešimtuko. Puikiai 1988 m. bėgo ir R. Čistiakova – 4 min 05,96 s, B. Skurdelytė – 4 min 10,58 s, D. Matusėvičienė – 4 min 15,48 s, S. Statkuvienė – 4 min 15,70 s. Sportininkų rezultatų blogėjimas šioje rungtyje pastebimas 1983 ir 1987 m. Nuo 1989 iki 1993 m. rezultatai vėl žemesnio lygio, o 1994–1999 m. ir geriausio, ir penkių bei dešimties geriausių rezultatų vidurkiai labai žemo lygio. 1996 m. geriausias 1500 m bėgimo rezultatas buvo tik 4 min 23,85 s. Optimizmo suteikė I. Krakoviak – 2000 m. ši nuotolį ji nubėgo per 4 min 07,99 s.



1 pav. Lietuvos ir pasaulio 1500 m bėgimo rekordų kaita



2 pav. Lietuvos ir pasaulio 3000 m bėgimo rekordų kaita

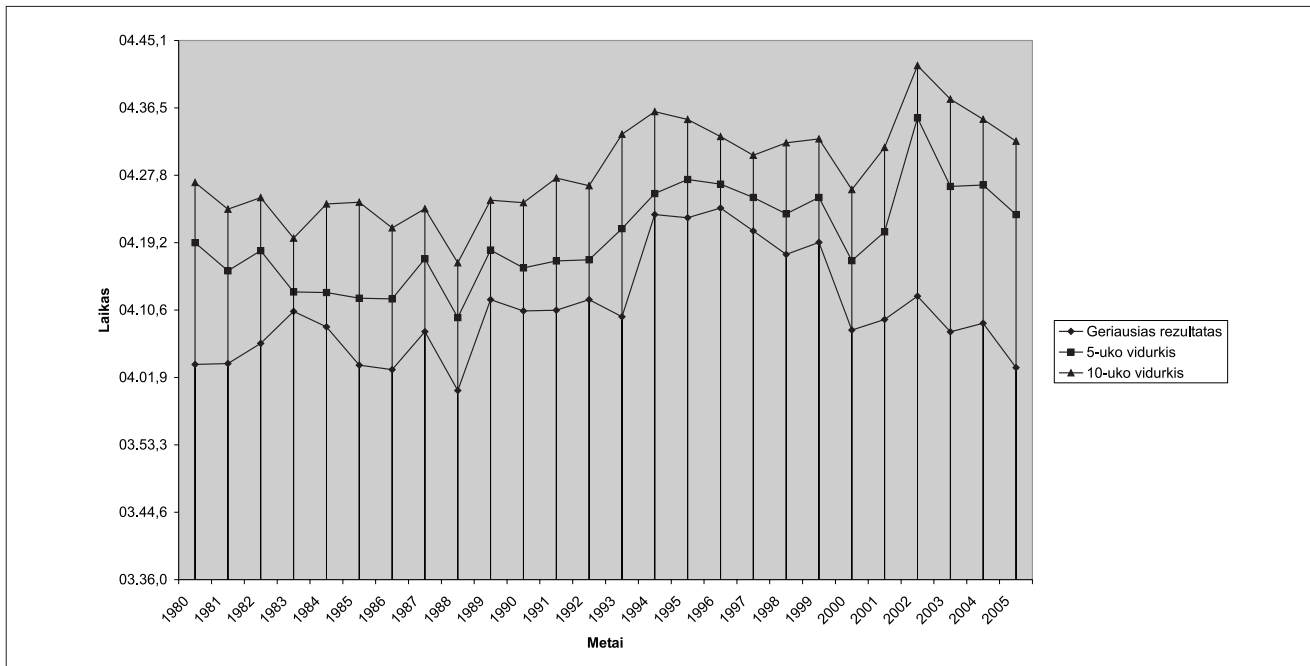
Tais pačiais metais pagerėjo ir penketuko rezultatų vidurkis – 4 min 16,9 s. Nors I. Krakoviak aukšto lygio rezultatai laikosi jau šešeri metai, bet penkių ir dešimties geriausių rezultatų vidurkiai labai blogi. 2002 m. penkių bei dešimties geriausių rezultatų vidurkiai buvo blogiausi per visą analizuojamą laikotarpį: penkių geriausių rezultatų vidurkis – 4 min 35,2 s, dešimties geriausių rezultatų vidurkis – 4 min 41,9 s.

Nuo 1982 iki 1995 m. (išskyrus 1984 ir 1992 m.) aiški 3000 m bėgimo lyderė buvo R. Nyderytė-Čistiaikova. Ji iki 1986 m. vis gerino savo rezultatus ir Geros valios žaidynėse nuotolį įveikė per 8 min 39,25 s. Kitos bėgikės tais metais pasiekė taip pat gerų rezultatų: R. Veržbickienė – 9 min 01,75 s, J. Urbonavičiūtė – 9 min 07,71 s. Labai geri dešimtųjų vidurkiai 1986–1988 m.: 9.39,1; 9.40,35; 9.34,39. Nuo 1986 iki

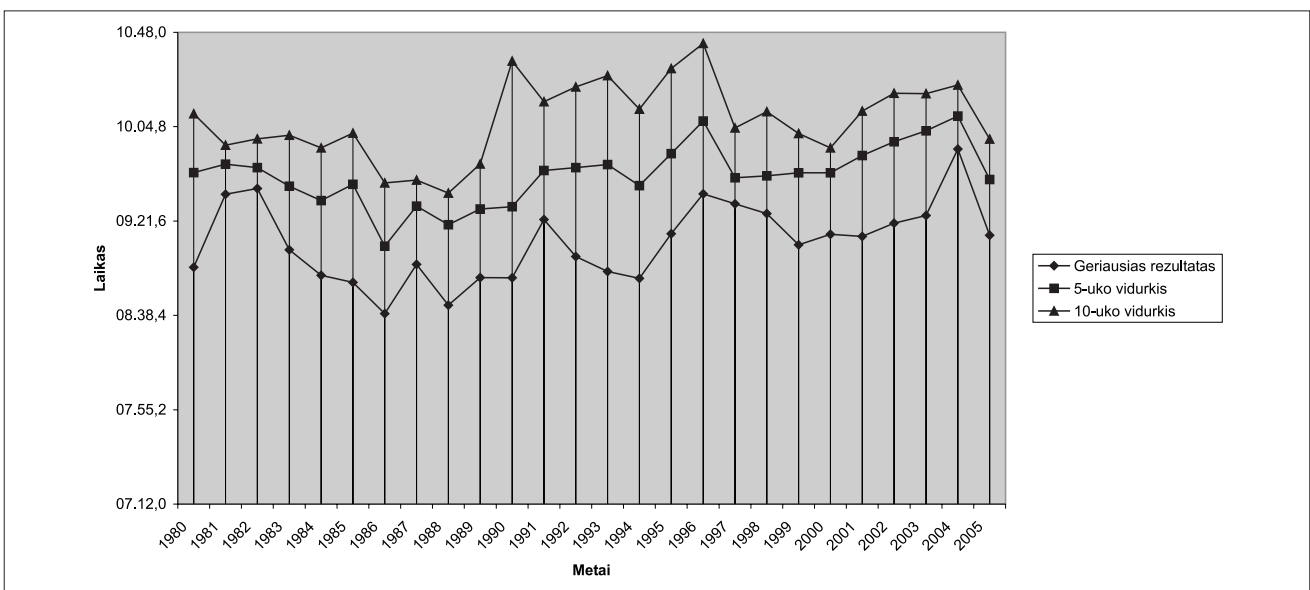
1995 m. rezultatai šiek tiek blogesni (išimtis 1991 m., kai rezultatas daug blogesnis – 9.22,3). Pasitraukus iš bėgimo takelio R. Čistiaikovai, nuo 1995 m. iki šių dienų geriausi 3000 m bėgimo rezultatai yra labai žemo lygio (4 pav.). Tik 1999 m. I. Juodeškienės pasiektas rezultatas – 9 min 10,7 s – išsiskiria iš kitų šių dienų lietuvių rezultatų. Penketukų ir dešimtųjų rezultatų vidurkiai nuo 1990 m. taip pat smarkiai pablogėjo. Ypač blogi dešimties geriausių rezultatų vidurkiai 1990–1996 m.

Šių dienų 3000 m bėgimo rezultatams galėjo turėti įtakos tai, kad nuo 1996 m. 3000 m bėgimas išbrauktas iš olimpinių rungčių sąrašo. Šis faktas taip pat daro įtaką rungties populiarumui: bėgikėms šis nuotolis tapo antraeile rungtimi.

Analizuojant geriausių Lietuvos 1500 ir 3000 m rezultatų dešimtųjų 1980–2005 m. nustatyta, kad



3 pav. 1500 m bėgimo geriausi Lietuvos moterų rezultatai



4 pav. Geriausi Lietuvos moterų 3000 m bėgimo rezultatai

geriausi rezultatai buvo pasiekti 9-ajame dešimtmetyje, t. y. kai sportavo garsiausios Lietuvos bėgikės L. Baikauskaitė ir R. Čistiakova. Labai aukšto lygio tiek 1500 m, tiek 3000 m rungties rezultatai pasiekti 1984–1988 metais. Puikūs rezultatai buvo ne pavienių sportininkų, bet visos didelio sportinio meistriškumo sportininkų kartos: L. Baikauskaitės, R. Čistiakovos, B. Skurdelytės, S. Statkuvienės, R. Verbickienės. Net 7 sportininkės visų laikų geriausių Lietuvos 1500 m bėgimo rezultatų reitingo 15-uke yra gimusios 1961–1962 m., o 3000 m bėgimo rungtyje 5 iš 6 pirmųjų pozicijų atitenka tais metais gimusioms sportininkėms.

1992–1994 m. bėgimo lyderėms pasitraukus iš bėgi-

mo takelių, pastebimas staigus rezultatų pablogėjimas. Geresni rezultatai užfiksuoti 1999–2000 m., kai savo meistriškumo viršūnę pasiekia nauja sportininkų karta: I. Krakoviak (1500 m), I. Juodeškienė (3000 m), Ž. Balčiūnaitė (3000 m), bet ir šių sportininkų rezultatai dar nepriartėjo prie geriausių Lietuvos sportininkų laimėjimų 1500 ir 3000 m rungtyse.

Išvados

1. Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo rekordai nuo jų registravimo pradžios buvo gerinami iki 1988 m. Nors Lietuvos jaunių ir jaunimo vidutinių nuotolių bėgimo rekordai ir pastaraisiais metais gerinami, suaugusiųjų rekordai jau 17 metų nekinta.

2. Lyginamosios analizės metodu nustatyta, kad mažiausias skirtumas tarp pasaulio ir Lietuvos 1500 ir 3000 m bėgimo rekordų buvo 1990 m.: 1500 m – 7,8 s, 3000 m – 17,0 s. Tai įrodo, kad L. Baikauskaitės ir R. Čistiakovos pasiekti rezultatai tuo laikotarpiu buvo labai aukšto lygio.
3. Lietuvos moterų 1500 ir 3000 m bėgimo penkių ir dešimties geriausių rezultatų vidurkių duomenys 1980–2005 m. laikotarpiu geriausi buvo 9-ajame dešimtmetyje, t. y. kai sportavo garsiausios Lietuvos bėgikės L. Baikauskaitė ir R. Čistiakova. Labai aukšto lygio rezultatai 1500 ir 3000 m bėgimo rungtyse pasiekti 1984–1988 metais. Puikius rezultatus pasiekė ne pavienės sportininkės, o visa didelio sportinio meistriško sportininkių karta: L. Baikauskaitė, R. Čistiakova, B. Skurdelytė, S. Statkuvienė, R. Veržbickienė.
4. Skirtingai nuo 9-ojo dešimtmečio, kai sportininkėms buvo sudaromos visos sąlygos sportuoti, dabartinės kartos bėgikės ir jų treneriai viskuo pasirūpinti turi patys. Jaunos bėgikės baigia sportuoti dėl socialinių priežasčių: labai jauno amžiaus (20–22 metų), iki galo nepanaudojusios visų savo potencialių galimybių, pradeda dirbti, sukuria šeimas. Analizuojant pastarųjų metų rezultatus ir žinant šių dienų padėtį galima daryti prielaidą, kad artimiausiu metu 1500 ir 3000 m bėgimo rekordai nebus

pagerinti, o geriausių rezultatų vidurkiai išliks panašaus lygio.

LITERATŪRA

1. Burokas, E. (2002). Olimpinio ciklo pusiaukelėje. *Lengvoji atletika*, 8, 12.
2. Gulbinas, B. (2005). Olimpiečių rengimo technologijų naujovės. *Sporto mokslas*, 2, 2–5.
3. Isurinas, V., Škliaras, V. (2001). Šiuolaikinis olimpinis rengimas: padėtis ir problemos. *Sporto mokslas*, 2, 8–11.
4. Karoblis, P. (2001). *Lietuvos lengvoji atletika*. Vilnius: Homo liber.
5. Kukšta, A. (1999). Lietuvos olimpinio rezervo rengimo sistema laukia permainų. *Treneris*, 2, 3–9.
6. Lietuvos lengvosios atletikos federacija. Top 10-2005 (žiūrėta 2005-10-02). Prieiga per internetą: <http://www.laf.lt>.
7. Lukauskas, R. (2001). *Lietuvos lengvaatlečiai amžių sandūroje*. Vilnius: Asveja.
8. Marcinkevičiūtė, M. (2002). Kada sprinteriai stoja į kovą, mano krūtinėje kaupiasi įtampa. *Lengvoji atletika*, 8, 10–11.
9. Nėnius, V. (2002). Sporto ir gyvenimo aukštumų link. *Sporto mokslas*, 1, 2–4.
10. Statistics (žiūrėta 2005-08-13). Prieiga per internetą: <http://www.global-athletics.com>.
11. Suslov, F. (2002). Patyrusių sportininkų rengimo olimpinėms žaidynėms strategija. *Sporto mokslas*, 1, 5–9.
12. World record progression (žiūrėta 2005-08-05). Prieiga per internetą: <http://www.wr3000women.htm>.
13. World record progression (žiūrėta 2005-08-05). Prieiga per internetą: <http://www.1500women.htm>.
14. World Women (žiūrėta 2005-07-29). Prieiga per internetą: <http://www.runnersworld.com>.

ALTERNATION OF LITHUANIAN 1500 M AND 3000 M FEMALE RUNNING RECORDS AND BEST RESULTS (1980–2005)

Asta Šarkauskienė
University of Klaipėda

SUMMARY

The objective is to identify the alternation of the best results (1980 – 2005) and 1500 m and 3000 m running records of Lithuanian females.

During the research we analyzed the alteration of the running records of Lithuanian and world females in 1500 m and 3000 m distances from the date they were registered to 2005. We made the comparative analysis of these records. Evaluated the skills of Lithuanian female runners in different periods, analyzed the best results in 1980-2005 of the Lithuanian females in the running of 1500 m and 3000 m distance events.

The records of the Lithuanian women 1500 m and 3000 m run have been improving from the date of their registry to 1988. Although the records of medium distance runs of juniors and youth of Lithuania have been improving in the recent years, the results of the adults haven't been changing for 17 years. Using the

method of comparative analysis we have established that the least difference between Lithuanian and world's records in 1500 m and 3000 m runs were in 1990: 1500 – 7,8 sec., 3000 m – 17.00 sec. That shows that the results achieved by L. Baikauskaitė and R. Čistiakova were of a very high level at that time.

The best average results of the top fives and top tens of Lithuanian women in 1500 m and 3000 m runs were in the ninth decade, when the best Lithuanian runners L. Baikauskaitė and R. Čistiakova were doing sports. Very high results in the 1500 m and 3000 m runs were achieved in 1984-1988. Not only individuals were able to achieve such results, but also all the generation of skillful sportswomen: L. Baikauskaitė, R. Čistiakova, B. Skurdelytė, S. Statkuvienė, R. Veržbickienė.

Keywords: female runners of medium and long distances, records of 1500 m and 3000 m runs, best results of 1500 m and 3000 m runs.