

Janusz Iskra

Podręczniki biegów przez płotki

Bibliotheca Nostra : śląski kwartalnik naukowy 4/4, 47-48

2007

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

RECENZJE

Janusz Iskra

Podręczniki biegów przez płotki.

Zainteresowanie lekką atletyką, a w szczególności biegami przez płotki, w różnych aspektach zmusza do ciągłego śledzenia zmian sposobów pojmowania i przedstawiania tej grupy niezwykle ciekawych konkurencji. Rywalizacja na rynku wydawniczym, a przede wszystkim wszechpotężny Internet sprawiają, że globalizacja obejmuje także dostęp do wiedzy specjalnej, w tym przypadku związanej z biegami przez płotki.

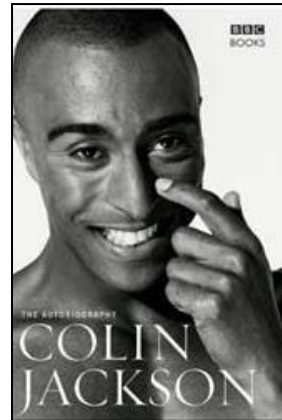
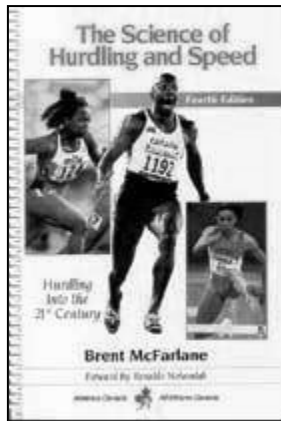
W ostatnim czasie udało mi się zdobyć trzy niezwykle ciekawe, zupełnie odmienne pozycje zwarte związane z organizacją treningu płotkarzy wysokiego poziomu sportowego.

Malcolm Arnold to jeden z najbardziej znanych trenerów płotkarskich w historii lekkiej atletyki, m.in. mistrza olimpijskiego w biegu na 400 m ppł Johna Aki-Bua (1972) oraz rekordzisty świata w biegu na 110 m ppł Colina Jacksona (1995). Jako kultowa już pozycja *Hurdling*, mająca swoje początki w 1972 r. w dalszym ciągu figuruje na liście chętnie sprzedawanych książek sportowych wydawnictwa Amazon. Na pozór niepozorna książka (tylko 60 stron), z nieco podstarzałymi zdjęciami niesie ze sobą nieodparty urok prostoty, kompetencji i smaku. Na początkowym etapie analizy tekstu (niestety angielskiego) wydawało mi się, że znany szkoleniowiec skrótowo traktuje 4 olimpijskie konkurencje, jednakże z biegiem czasu tekst objawiał podstawowe prawdy przygotowań płotkarzy wysokiego poziomu sportowego. Arnold uważa m.in., że nauczanie i doskonalenie biegu przez płotki jest zawsze kompromisem między wysokością płotków i zmianami odległości między nimi. Stwierdzenie to wymaga dużego doświadczenia i odwagi szkoleniowca z 40-letnim stażem. Programy treningowe przedstawione w końcowej części pracy są spójne, dość kreatywne, ale z całą pewnością nierewolucyjne. Polecam tę książkę tym, którzy szukają inspiracji do doskonalenia metodyki treningu.

Kolejną pozycją godną uwagi to obszerne działo (310 stron) kanadyjskiego trenera i teoretyka Brenta McFarlane'a.

Tytuł ostatniego (2004) czwartego wydania to *The Science of Hurdling and Speed*. W przeciwieństwie do Arnolda, McFarlane to przede wszystkim teoretyk sportu, systematycznie gromadzący płotkarską wiedzę z całego świata. W tym przypadku świat zahacza także o Polskę, gdyż Kanadyjczyk przedstawia osiągnięcia trenerskie Gerarda Macha i Tadeusza Szczepańskiego. Dla młodszych czytelników polecam ich sylwetki,

w polskich lekkoatletycznych periodykach. Książka McFarlane'a jest obszerna, skupiona głównie na aspektach motorycznych biegu przez płotki. Ogromna liczba tabel i rycin w znacznej mierze ułatwia analizę problemu. Dla tzw. praktyków wadą pozycji będzie znaczne uogólnienie problematyki, dla „teoretyków” - uproszczenie teorii naukowych dla potrzeb wąskiej specjalizacji sportowej. McFarlane, autor (jak sam podkreśla) 450 artykułów (!) miesza ze sobą wszystkich autorów i wszystkie poglądy. Na ile te wysiłki są tylko mieszaniną czy udanym związkiem ocenić można po przeglądnięciu (prze czytaniu) lektury.



Na koniec pozostawiam „kioskowe”, papierowe wydanie *The Autobiography of Colin Jackson* z 2004 roku, którą słynny płotkarz napisał wspólnie z Davidem Cohnem. Książkę tę przysłał mi zagorzały fanatyk biegu przez płotki, szkocki trener Alexander Ewen, który kiedyś przeczytał jeden z moich artykułów. Ta nieco niespodziewana pozycja piśmiennictwa z całą pewnością nie należy do typowych książek metodycznych, jednakże przebieg kariery najlepszego płotkarza światowej lekkoatletyki wskazuje, że oprócz metodyki treningu i ingerencji medycznej, ważnym elementem mistrzostwa sportowego jest sfera społeczna, życiowa bohaterów stadionów. Trener Colina Jacksona, wspomniany na początku Malcolm Arnold twierdził: „Nie jest ważne skąd pochodzi zawodnik, ale dokąd doprowadzą go jego ambicje”. To uwaga nie tylko dla młodego Jacksona ale dla wszystkich sportowców.

Dr hab. Janusz Iskra, prof. AWF jest pracownikiem Katedry Sportów Indywidualnych AWF w Katowicach.