

VÝVOJ ATLETICKEJ CHÔDZE NA 20 KM NA VRCHOLNÝCH PODUJATIACH V ROKOCH 1964-2008

Martin PUPIŠ

Katedra telesnej výchovy a športu, Fakulta humanitných vied, Univerzita Mateja Bela
Banská Bystrica, Slovenská republika

RESUMÉ

Za posledných štyridsať rokov zaznamenala atletická chôdza vo svete výrazný posun. Kým pred štyridsiatimi rokmi ašpirovali na víťazstvo 2-3 pretekári, dnes sa boj o medaile rozšíril na tri desiatky pretekárov. Rovnako sa zvýšila i výkonnosť chodcov, dnes je potrebné na víťazstvo dosahovať približne o 10 minút rýchlejšie časy ako pred 40 rokmi a priemerný čas v prvej desiatke sa vylepšil o 14-20 minút.

Kľúčové slová: atletická chôdza, Majstrovstvá sveta, Majstrovstvá Európy, Olympijské hry.

ÚVOD

Atletická chôdza, tak ako všetky atletické disciplíny zaznamenala v posledných rokoch veľké zmeny v historických tabuľkách. Pochopiteľne chôdza je na rozdiel od iných disciplín limitovaná aj technikou, takže za posledné desaťročie sa svetový rekord posunul len o pár sekúnd, ale na druhej strane sa zvýšil záujem o túto disciplínu a vďaka tomu sa špičková metodika rozšírila do celého sveta. Výsledkom teda nie je dramatický posun svetového rekordu, ale to, že dnes dosahujú špičkové výkony viacerí pretekári, ktorí tak právom ašpirujú na popredné umiestnenia v pretekoch najvyššej kategórie.

PROBLÉM

Začiatky chodeckého športu môžeme hľadať už v dávnych dobách, keďže chôdza ako prirodzená lokomočná činnosť človeka (Čillík, 2004) a potreba rýchlo chodiť bola nevyhnutnosťou pre prežitie. Súťaže v chôdzi sa konali ako stávky a ako dôkaz fyzickej zdatnosti. Prvé zmienky o chodeckom športe v zahraničí sa zachovali zo sedemnásteho storočia z Anglicka. V roku 1670 sa prizeral anglický kráľovský dvor pokusu o prekonanie 5 míľ v čase pod 1 hodinu lordom Digbym o stávkou 50 libier. 1682 sa na Londýnskej promenáde Pall Mall konala chodecká súťaž pred kráľom Jakubom. Z histórie anglického športu sa dozvedáme, že už v osemnástom storočí boli chodecké súťaže rovnako populárne ako bežecké. O spopularizovanie chodeckých súťaží sa zaslúžil hlavne Foster Powell, advokátsky pisár, narodený v roku 1736 v Horsforte pri Leedsi.

V druhej polovici devätnásteho storočia sa súťažná chôdza rozšírila po celom území Veľkej Británie a Severnej Ameriky. Dokazuje to prehľad amatérskych a profesionálnych rekordov uverejnených v roku 1893 v športovom časopise Sporting Life. Rekordy sa uvádzali na tratiach: 1, 2, 3, 5, 10, 20, 100 míľ. Už i v tomto období sa súťažilo o finančné odmeny. Keď napríklad v roku 1882 G. Hazeal na pretekoch v Madison Square Gardene v New Yorku zvládol 600 míľ za jeden týždeň, získal okrem titulu Champion Longdistance Pedestrian of the World i finančnú odmenu 5200 dolárov.

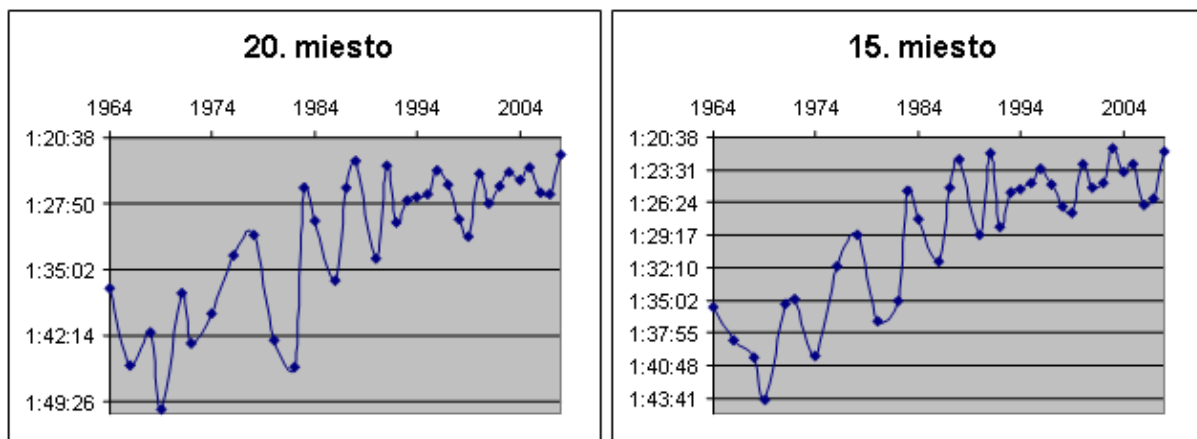
Presné pravidlá chôdze boli uplatňované od roku 1895. Na Olympijské hry sa chôdza prvýkrát dostala v roku 1904 v St. Louis ako súčasť viacboja, kde sa pretekalo aj v chôdzi na 800 yd.. Samostatná chôdza sa objavila na nasledujúcich hrách v Londýne 1908, kde sa

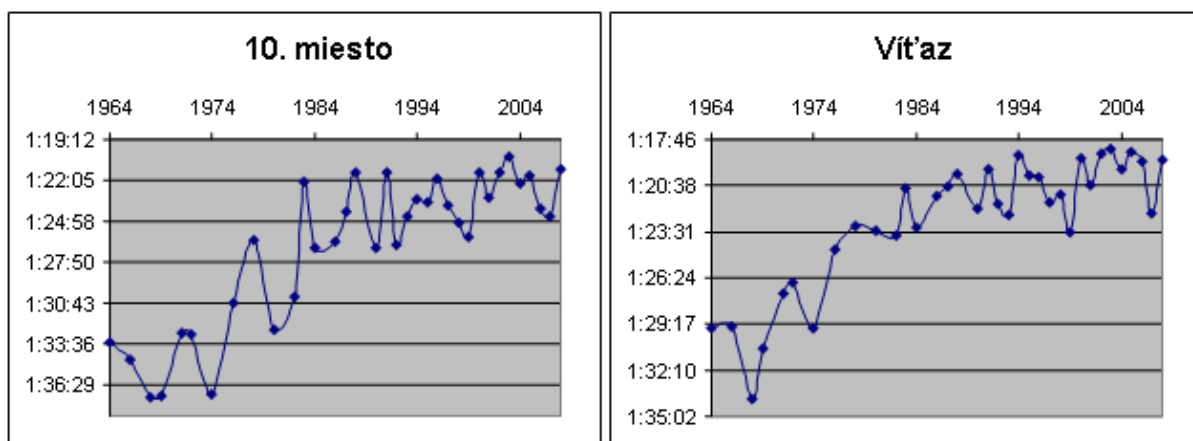
súťažilo na vzdialenostiach 3500 metrov a 10 míľ na dráhe. Prvým Olympijským víťazom sa stal v chôdzi na obidvoch tratiach G. Langer (Gbr.) časom 14:55, resp. 1:15:57. Na OH v Paríži v roku 1924 vznikli problémy s rozhodovaním a chôdza sa vrátila na program OH až v roku 1932 v Los Angeles. Tu sa po prvý krát súťažilo v chôdzi na 50 kilometrov, keď zvíťazil Green (Gbr.) časom 4:50:10. Neskôr v roku 1946 na OH v Stockholme pribudlo aj 10000 metrov na dráhe a od OH v roku 1956 v Melbourne sa chodí až dodnes 20 a 50 kilometrov. Výnimkou boli iba OH v Montreale v roku 1976, keď sa opäť objavili spory ohľadne rozhodovania a 50 kilometrov bolo vypustených z olympijského programu. V roku 1992 sa okrem tradičných disciplín v chôdzi mužov na 20 a 50 kilometrov zaradila do programu OH v Barcelone aj chôdza žien na 10 kilometrov. Prvou ženskou víťazkou sa stala Chen Yueling (Chn.) časom 44:32. Ďalšia zmena nastala na OH 2000 v Sydney, keď došlo ku zmene vzdialenosti 10 kilometrov na 20 kilometrov u žien.

Veľký význam pre rozvoj súťaží v atletickej chôdzi mali preteky Lugáno Thropy, ktoré sa usporiadali po prvý krát v kategórii mužov v roku 1961 v Lugáne a od roku 1979 na pretekoch v Eschborne súťažili aj ženy na trati 5 kilometrov. Neskôr boli tieto preteky premenované na Svetový pohár IAAF v atletickej chôdzi, ktoré sa konajú každé dva roky na olympijských vzdialenostiach u mužov na 20 a 50 kilometrov a u žien od Svetového pohára v Mezidone v roku 1999 na 20 kilometrovej trati. Od roku 1996 sa v dvojročných intervaloch koná pod záštitou EAA Európsky pohár v atletickej chôdzi, kde bolo prvý krát zaradených aj 10 kilometrov pre súťaže juniorských kategórií. Vzhľadom k tomu, že chôdza na 20 km je neoddeliteľnou súčasťou všetkých podujatí najdlhšie, rozhodli sme sa v našej práci rozanalyzovať jej vývoj na vrcholných podujatiach v rokoch 1964-2008. Chôdza je na rozdiel od ostatných atletických disciplín výrazne limitovaná technikou, keď podobne, ako napr. aj pri vrhu guľou môže byť pretekár upozornený na zlú techniku, ale na rozdiel od iných disciplín môže byť pretekár pre porušovanie techniky diskvalifikovaný. Chôdza si svoje miesto v atletickom svete získavala postupne, keď na prvých svetových podujatiach dosahoval počet štartujúcich sotva 20, dnes je už bežné, že na pretekoch ako Svetový pohár štartuje takmer 400 pretekárov v dvoch mužských a jednej ženskej disciplíne. S narastajúcim záujmom o chôdzu sa pochopiteľne zvyšovala úroveň najlepších pretekárov, pričom však boli výrazne rozdiely medzi absolútnou špičkou a napríklad pretekármi končiacimi na miestach na začiatku druhej desiatky.

VÝSLEDKY

Atletická chôdza podobne ako iné atletické disciplíny zaznamenala v posledných 40 rokoch výrazný posun vpred, keď, ako vidíme na obrázku 1 je dnes potrebné na víťazstvo dosahovať približne o 10 minút rýchlejšie časy ako pred 40 rokmi.

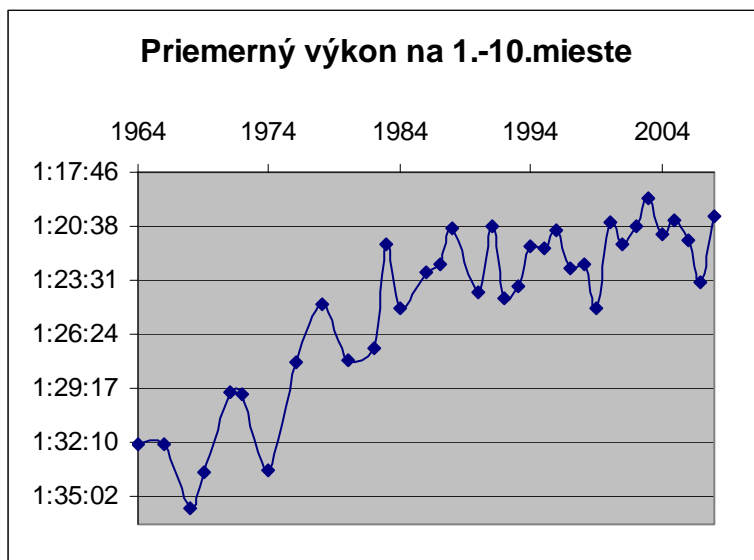




Obrázok 1 Vývoj chôdze na 20 km v rokoch 1964-2008 z hľadiska dosiahnutých časov na 1.,10.,15.,20. mieste na najvýznamnejšom podujatí sezóny

Ako ďalej ukazuje obrázok 1 aj špička sa postupne vyrovnávala, keď predtým strácal 10. pretekár v cieľi na víťaza 5-8 min, dnes sa tento rozdiel zúžil na 1:30 – 2 min.

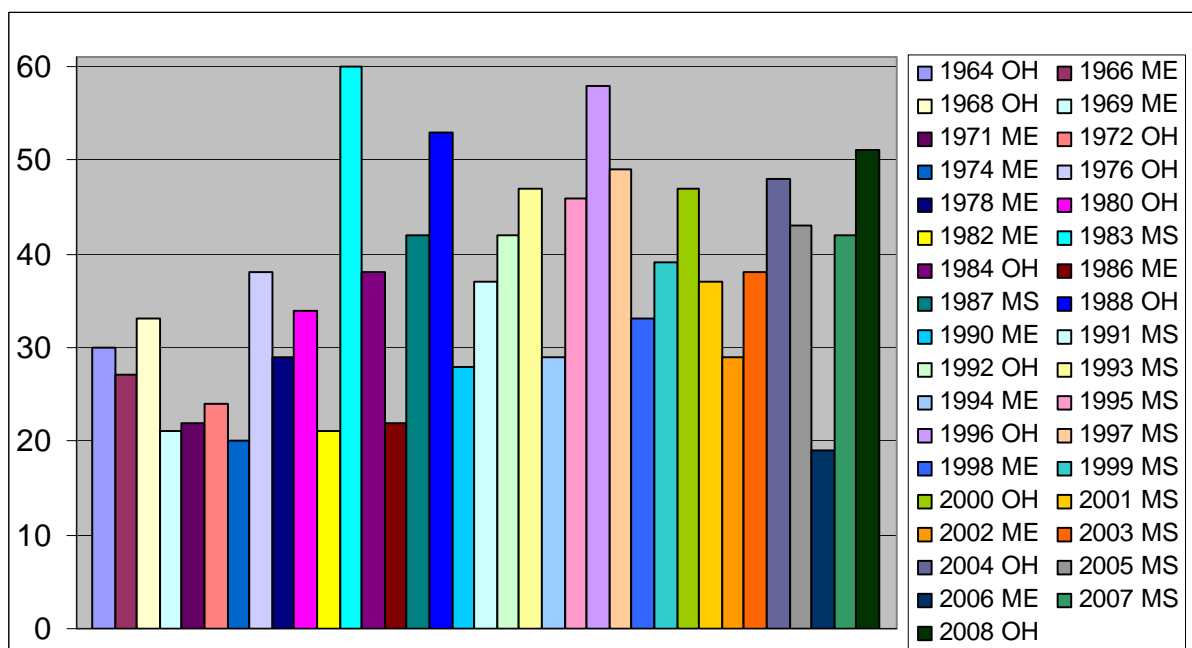
Veľký posun nastal aj na 15. a 20. mieste, keď pred 30 – 40 rokmi strácal 15. a 20. pretekár v cieľi na víťaza 9-20 minút, pričom v posledných 15 rokoch sa tento rozdiel zúžil na 4-6 minút. Tento fakt sa odvíja najmä od toho, že rovnako ako v iných disciplínach sa výrazne vyrovnala svetová špička, čo potvrdzuje aj obrázok 2.



Obr. 2 Vývoj priemerného času u pretekárov na 1. – 10. mieste v vrcholných podujatiach v rokoch 1964-2008

Priemerný čas v prvej desiatke sa vylepšil o 14-20 minút, čo je výrazný posun. Vyrovnanosť sa odzrkadlila aj na tom, že dnes už skoro každý pretekár na štarte môže ašpirovať na umiestnenie v prvej desiatke. Toto potvrdzuje aj skutočnosť, že majster sveta z roku 1995 Michele Didoni skončil na OH 1996 na 30. mieste a naopak Jefferson Perez, ktorý skončil na spomínaných MS 1995 na 30. mieste a na OH 1996 zvíťazil. Atletika sa snaží pomocou programu „GLOBAL ATHLETICS“ o rozšírenie do celého sveta, pričom veľmi úspešná je v tomto smere aj atletická chôdza, keď medailisti najvýznamnejších podujatí pochádzajú dnes zo všetkých kontinentov a historická dominancia európskej chôdze sa stráca. Celosvetovú popularitu chôdze potvrdzujú teda nielen stotisícové divácke návštevy na najvýznamnejších chodeckých pretekoch, ale zvýšený počet štartujúcich na svetových podujatiach, kde počet

štartujúcich vo všetkých troch chodeckých disciplínach presahuje v pohárových súťažiach štyristo. Najviac štartujúcich pretekárov sa okrem pohárových súťaží objavuje na olympijských hrách, či majstrovstvách sveta a majstrovstvách jednotlivých kontinentov. Najviac štartujúcich chodcov na 20 km bolo na prvých Majstrovstvách sveta v atletike v roku 1983, keď sa na štart postavilo 60 pretekárov. Svetová atletická federácia (IAAF) musela pristúpiť k sprísneniu limitov potrebných pre účasť na MS a OH, pretože kapacity organizátorov by nedokázali pokryť všetkých pretekárov, ktorí dokázali splniť nominačné limity. Sprísňovaniu limitov predchádzal vždy vysoký počet štartujúcich, keď ako vidíme na obrázku 3, po pretekoch s najvyšším počtom štartujúcich pretekárov došlo vždy k poklesu účastníkov v ďalších sezónach. Tento fakt bol vždy výsledkom sprísňovania nominačných kritérií.



Obr. 3 Počet štartujúcich chodcov na vrcholných podujatiach v rokoch 1964 - 2008

Pochopiteľne menej štartujúcich bolo na európskych šampionátoch, ale aj tu nastal určitý nárast, keď pred 40 rokmi štartovalo okolo 20 pretekárov a dnes je to viac ako 30. Ako ukazujú všetky tri obrázky (obr. 1, 2, 3) najväčší zlom nastal v polovici osemdesiatych rokov, kedy sa uskutočnili nielen prvé Majstrovstvá sveta, ale aj popularita športu vo svete zaznamenala výrazný nárast. V tomto období začali pretekári dosahovať oveľa vyššiu výkonnosť a aj svetová špička sa začala vyrovnávať, čo sa prejavilo najmä na super rýchlej olympiáde v Soule 1988, kde zhodou okolností zvíťazil jediný slovenský olympijský víťaz v atletike Jozef Pribilinec.

ZÁVERY

Atletická chôdza zaznamenáva v posledných rokoch výrazný nárast popularity. V Európe a severnej Amerike je to najmä v dôsledku vyvrátenia teórie o zdravotných rizikách takejto aktivity. Chôdza totiž na rozdiel od behu nenamáha kĺby, pretože pri pohybe chodca nedochádza k zvýšeniu ťažiska, ale naopak k zníženiu a tak pri dopade nevzniká náraz. V ostatných častiach sveta to bolo zapríčinené celkovou popularizáciou športu ako zdravého životného štýlu.

V druhej polovici osemdesiatych rokov došlo k výraznému nárastu počtu účastníkov na chodeckých podujatiach a tento trend naďalej pretrváva, aj keď došlo k úmyselnému utlmeniu tohto trendu zo strany IAAF. Zvýšený počet účastníkov totiž vyžaduje aj vyššie náklady a kapacity a tomu sa snaží v posledných rokoch zabrániť tak IAAF ako aj MOV, a preto sa pristupuje k sprísňovaniu nominačných limitov. Výsledkom toho je výrazné zníženie počtu štartujúcich pretekárov vo všetkých atletických disciplínach vrátane atletickej chôdze.

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

1. **ČILLÍK, I. - PUPIŠ, M. – KORČOK, P.** 2005. Chód sportowy. In :LEKKOATLETYKA- Podrecznik dla studentów, nauczycieli i trenerów. (Cześć I – Biegi i chód sportowy). Katowice : Akademia Wychowania Fizycznego w Katowiciach, 2005, s.303 – 329. ISBN 83-87478-86-5
2. **KORČOK, P. – PUPIŠ, M.** 2006. Všetko o chôdzi. Banská Bystrica : Katedra telesnej výchovy a športu, Fakulta humanitných vied Univerzity Mateja Bela, 2006, 236 s. ISBN 80-8083-185-8

SUMMARY

Last forty years, race walking in world reach great progression . Before forty years was on race walking championships only 2 or 3 adepts for winning, but now on podium position pretend more as thirty race walking competitors. It was the same on race walker performance, when now walkers need minimal of 10 minutes faster times as they needed before forty years. The average time of top ten walkers of top competitions is now more better than 14 minutes.

Key words: race walking, World championship, European championship, Olympics games.