**История возникновения и развития тяжелой атлетики.**

## Соревнования по поднятию тяжестей встречаются в культуре народов с древних времён. Наиболее ранние упоминания подобных состязаний относятся к [Древнему Египту](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D0%95%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%82), [Древнему Китаю](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9) и [Древней Греции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D1%8F%D1%8F_%D0%93%D1%80%D0%B5%D1%86%D0%B8%D1%8F).

# В зарождении этого богатырского вида спорта немалая заслуга принадлежит профессиональным силачам, которые во второй половине 19 века выступали на цирковых и балаганных подмостках. Гастролируя, они пробуждали живой интерес публики к атлетике во Франции, Англии, Германии, Голландии, Дании, Италии, России и других странах Старого Света.

# Профессиональные атлеты существовали и на Американском континенте. Во многих странах были свои геркулесы, которые вызывали в народе живой интерес к атлетизму. Так, канадец Луи Сир, в 1880 поднял до колен вагонную ось весом 669 кг. Американец Том Вальтер Кеннеди оторвал от земли до полного выпрямления ног и спины 600-килограммовое ядро, чех Антон Риха перенес на себе груз весом в 854 кг. Российский матрос Василий Бабушкин славился тем, что на его груди разбивали молотом гранитную глыбу весом около 200 кг.

# Становление и формирование тяжелой атлетики как вида спорта приходится на период между 1860-1920 гг. В эти годы во многих странах организовывались атлетические кружки и клубы, изготавливались и совершенствовались различные типовые снаряды, формировались правила подъема тяжестей и условия соревнований. В современном виде этот спорт оформился в середине XIX века.

# Первые официальные соревнования начались в 1860-е годы в США, а затем в 1870-е годы стали проводиться в Европе. Первый международный чемпионат прошёл в 1891 году в Великобритании, а официальный чемпионат мира состоялся в 1898 году в Вене.

# В 1912 году образован Всемирный тяжелоатлетический союз. В это же время стандартизируются правила соревнований.

# Соревнования тяжелоатлетов входили в программу большинства Олимпийских игр (кроме 1900,1908 и 1912). На первых Олимпийских играх в Афинах в1896 году в программу входили два упражнения: поднятие штанги одной и двумя руками. Первыми Олимпийскими чемпионами стали англичанин Л. Эллиот, поднявший одной рукой 71 кг, и датчанин В. Иенсен, который поднял двумя руками самую тяжелую штангу - 111,5 кг.

# В 1913 состоялся Международный конгресс по тяжелой атлетике, итогом которого было создание Всемирного союза тяжелоатлетов.

# В 1920 появилась Международная федерация тяжелой атлетики - ФИХ (ныне ИВФ). ФИХ стала разыгрывать официальные чемпионаты Европы и мира. Программа соревнований и весовые категории спортсменов постоянно менялись. До создания [Международной федерации тяжелоатлетов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B6%D0%B4%D1%83%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%84%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8) (ФИХ) атлеты соревновались в [жиме](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D0%BC_%D0%BD%D0%B0%D0%B4_%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9) и толчке двумя руками, иногда - в рывке и толчке одной рукой. С 1920 года в программе соревнований -троеборье (рывок и толчок одной рукой, толчок двумя руками).

# Международная федерация тяжёлой атлетики(ИВФ, IWF).

## - международная организация, занимающаяся проведением соревнований по [тяжёлой атлетике](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0). Штаб-квартира ИВФ и её европейского отделения находится в [Будапеште](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%83%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D0%B5%D1%88%D1%82) (Венгрия). Официальными языками организации являются [английский](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA), [французский](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA), [испанский](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) и [русский](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA), но так как устав ИВФ написан на английском, то все спорные вопросы обсуждаются только на этом языке, чтобы стороны спора могли ссылаться на устав. Текущее руководство организацией осуществляет Бюро организации, в которое входят президент, 6 вице-президентов, генеральный секретарь-казначей и еще 8 членов организации. Наиболее важные решения принимает верховный орган – ежегодный конгресс ИВФ.

## На конец [2008 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/2008_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) членами организации являются национальные тяжелоатлетические федерации 187 стран мира. Первая попытка создания международной организации, под эгидой которой проводились бы все мировые и континентальные чемпионаты по тяжёлой атлетике, была предпринята в [1905 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1905_%D0%B3%D0%BE%D0%B4), но она так и не увенчалась успехом.

## В [1912 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1912_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) состоялся I Международный конгресс по тяжелой атлетике, на котором было принято решение о создании Всемирного союза тяжелоатлетов. Процесс создания этой организации затянулся и был прерван [Первой мировой войной](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D0%B2%D0%BE%D0%B9%D0%BD%D0%B0).

### Только в [1920 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1920_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) была создана Международная федерация тяжелоатлетов (ФИХ, от [фр.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) Federation International Halterophile - FIH).

## С [1949](https://ru.wikipedia.org/wiki/1949) по [1968 годы](https://ru.wikipedia.org/wiki/1968_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) она носила название Международная федерация тяжелой атлетики и культуризма (ФИХК). В дальнейшем с образованием самостоятельной [Международной федерацией бодибилдинга](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B5%D0%B6%D0%B4%D1%83%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D1%84%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B5%D0%B9_%D0%B1%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%B1%D0%B8%D0%BB%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B0&action=edit&redlink=1) (ИФББ, от [англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) International Federation of Body-Builders — IFBB), организации было возвращено название ФИХ, а в [1972 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1972_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) она получила современное название ИВФ. Имеет Зал Славы.

## [Союз Советских Социалистических Республик](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%8E%D0%B7_%D0%A1%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%A0%D0%B5%D1%81%D0%BF%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BA) (CCCP) присоединился к ФИХ в [1946 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1946_%D0%B3%D0%BE%D0%B4), а [Россия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) в лице [Федерации тяжёлой атлетики России](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A4%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8&action=edit&redlink=1) (ФТАР) стала членом ИВФ в [1992 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1992_%D0%B3%D0%BE%D0%B4).

## Президенты Международной федерации тяжёлой атлетики (ИВФ)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Годы** | **Президент** | **Страна** |
| 1. | 1905—1912 | *Комиссия без президента* | |
| 2. | 1912—1920 | [Петер Татич](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A2%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%87,_%D0%9F%D0%B5%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1) | [Флаг Австро-Венгрии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Austria-Hungary_(1869-1918).svg?uselang=ru) [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/b/bc/Civil_Ensign_of_Hungary.svg/22px-Civil_Ensign_of_Hungary.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) [Венгрия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) |
| 3. | 1920—1923 | [Жюль Россе](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D1%8E%D0%BB%D1%8C_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B5&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/c3/Flag_of_France.svg/22px-Flag_of_France.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) [Франция](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) |
| 4. | 1923—1924 | [Джим Линден](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D0%B6%D0%B8%D0%BC_%D0%9B%D0%B8%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D0%BD&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/2/20/Flag_of_the_Netherlands.svg/22px-Flag_of_the_Netherlands.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%8B) [Нидерланды](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%8B) |
| 5. | 1924—1937 | [Жюль Россе](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D1%8E%D0%BB%D1%8C_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B5&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/c3/Flag_of_France.svg/22px-Flag_of_France.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) [Франция](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) |
| 6. | 1937—1941 | [Джим Линден](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D0%B6%D0%B8%D0%BC_%D0%9B%D0%B8%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D0%BD&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/2/20/Flag_of_the_Netherlands.svg/22px-Flag_of_the_Netherlands.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%8B) [Нидерланды](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%8B) |
| 7. | 1941—1946 | *Должность вакантна* | |
| 8. | 1946—1952 | [Жюль Россе](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D1%8E%D0%BB%D1%8C_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B5&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/c3/Flag_of_France.svg/22px-Flag_of_France.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) [Франция](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) |
| 9. | 1952—1952 | [Диттрих Уортман](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D0%B8%D1%82%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%85_%D0%A3%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%BC%D0%B0%D0%BD&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/a/a4/Flag_of_the_United_States.svg/22px-Flag_of_the_United_States.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%91%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%A8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B_%D0%90%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B8) [США](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%91%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%A8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B_%D0%90%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B8) |
| 10. | 1952—1960 | [Бруно Ниберг](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%91%D1%80%D1%83%D0%BD%D0%BE_%D0%9D%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B3&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/b/bc/Flag_of_Finland.svg/22px-Flag_of_Finland.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%BD%D0%BB%D1%8F%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F) [Финляндия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%BD%D0%BB%D1%8F%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F) |
| 11. | 1960—1972 | [Кларенс Джонсон](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D0%B6%D0%BE%D0%BD%D1%81%D0%BE%D0%BD,_%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%81_(%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82_%D0%98%D0%92%D0%A4)&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/a/a4/Flag_of_the_United_States.svg/22px-Flag_of_the_United_States.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%91%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%A8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B_%D0%90%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B8) [США](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D1%91%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%A8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B_%D0%90%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B8) |
| 12. | 1972—2001 | [Готтфрид Шёдль](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%93%D0%BE%D1%82%D1%82%D1%84%D1%80%D0%B8%D0%B4_%D0%A8%D1%91%D0%B4%D0%BB%D1%8C&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/4/41/Flag_of_Austria.svg/22px-Flag_of_Austria.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B2%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%8F) [Австрия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B2%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%8F) |
| 13. | 2001—настоящее время | [Тамаш Аян](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A2%D0%B0%D0%BC%D0%B0%D1%88_%D0%90%D1%8F%D0%BD&action=edit&redlink=1) | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/b/bc/Civil_Ensign_of_Hungary.svg/22px-Civil_Ensign_of_Hungary.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) [Венгрия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) |

## О чемпионатах Европы по тяжёлой атлетике.

## Чемпионат Европы по тяжёлой атлетике – соревнования лучших тяжелоатлетов стран Европы, проводимые Европейской федерацией тяжёлой атлетики.

## Чемпионат Европы по тяжёлой атлетике – соревнования лучших тяжелоатлетов стран Европы, проводимые Европейской федерацией тяжёлой атлетики.

## Первый чемпионат Европы по тяжёлой атлетике прошёл в 1896 году в Роттердаме. Участники соревновались в трёх видах упражнений без разделения на весовые категории. В дальнейшем было принято решение ввести деление атлетов на весовые категории, количество которых неоднократно менялось. С 1998 года мужчины соревнуются в 8 весовых категориях, а женщины в 7-ми. Также неоднократно менялось количество упражнений, по сумме результатов в которых определялись победители и призёры. С 1973 года атлеты выступают только в рывке и толчке, а чемпионаты Европы проходят ежегодно.

## В период с 1948 по 1989 годы они часто проводились в рамках чемпионатов мира и дважды в рамках летних Олимпийских игр. С 1990 года всегда проходят как отдельные соревнования.

## С 1988 года начали проводиться также женские чемпионаты Европы сначала отдельно от мужских чемпионатов, а с 1998 года совместно с ними.

## О чемпионатах мира по тяжёлой атлетике.

## Первый чемпионат мира по тяжёлой атлетике состоялся в 1891 году в Лондоне (Великобритания). В нём приняло участие 7 атлетов из 6 стран.

## В 1898 году в Вене (Австро-Венгрия) прошёл второй чемпионат мира, где по сумме многоборья, состоявших из 14 упражнений, третье место занял российский атлет Г. Хаккеншмидт. Через год в Милане (Италия) первым российским чемпионом мира стал Сергей Елисеев.

## В 1905 году впервые на чемпионатах мира были введены весовые категории. Атлеты были поделены на три категории: до 70 кг (лёгкий вес), до 80 кг (средний вес) и свыше 80 кг (тяжёлый вес).

## В начале ХХ века чемпионаты мира по тяжёлой атлетике проводились в течение одного года несколько раз: в 1905 году – три раза, в 1910 году – два

## раза, в 1911 году – четыре раза. С 1920 года проводятся лично-командные чемпионаты мира.

## В 1949-1989 годах в рамках большинства чемпионатов мира, проходивших на европейском континенте, проводились также чемпионаты Европы. В 1964, 1968, 1972, 1980 и 1984 годах чемпионаты мира по тяжёлой атлетике проводились в рамках летних Олимпийских игр. Позднее в годы проведения летних Олимпийских игр чемпионаты мира не проводились.

## У мужчин за всю историю проведения чемпионатов мира наибольшее количество медалей завоевали атлеты Советского Союза – 331 золотую, 208 серебряных и 93 бронзовых медалей.

## С1924 года в программе - пятиборье (рывок и толчок одной рукой, жим, рывок и толчок двумя руками).

## В 1928 году на смену пятиборью (рывок и толчок разноименными руками, жим, рывок и толчок двумя руками) пришло Олимпийское троеборье - (жим, рывок и толчок двумя руками), которое просуществовало 44 года (до 1972), затем двоеборье (рывок и толчок двумя руками).

## с 1973 в программе официальных соревнований - двоеборье (рывок и толчок двумя руками), которое действует до сих пор.

## ****Правила соревнований.****

### Тяжёлая атлетика - это прямое [соревнование](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5), когда каждый [атлет](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82) имеет три попытки в рывке и три попытки в толчке. Самый тяжёлый вес поднятой штанги в каждом упражнении суммируется в общем зачёте.

### Как правило, соревнования проводятся с определением победителей и призёров в каждой весовой категории, исходя из веса тела спортсменов-участников. Иногда соревнования спортсменов разных весовых категорий проводятся в общем потоке, а победитель и призёры определяются не по абсолютной максимальной сумме поднятых килограммов, а подсчётом очков по специальным уравнивающим формулам (Синклера, Стародубцева, Райдена).

## Современная официальная программа.

## [Рывок](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D1%8B%D0%B2%D0%BE%D0%BA_(%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)) - упражнение, в котором спортсмен осуществляет подъём [штанги](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B3%D0%B0_(%D1%81%D0%BD%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4)) над головой одним слитным движением прямо с помоста на полностью

### выпрямленные руки, одновременно [подседая](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%81%D0%B5%D0%B4_(%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)" \o "Подсед (тяжёлая атлетика)) под неё, это низкий сед или разножка [Попова](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2,_%D0%93%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B8%D0%B9_%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87). Затем, удерживая штангу над головой, спортсмен поднимается, полностью выпрямляя ноги.

### [Толчок](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%BE%D0%BB%D1%87%D0%BE%D0%BA_(%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)) — упражнение, состоящее из двух раздельных движений. Во время взятия штанги на грудь спортсмен отрывает её от помоста и поднимает на грудь, одновременно подседая «низкий сед» или «разножка [Попова](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2,_%D0%93%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B8%D0%B9_%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87)», а потом поднимается. Затем он полуприседает и резким движением посылает штангу вверх на прямые руки, одновременно подседая под неё, разбрасывая ноги чуть в стороны «[швунг](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B2%D1%83%D0%BD%D0%B3_%D0%B6%D0%B8%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9" \o "Швунг жимовой)» или вперед-назад «ножницы». После фиксирования положения штанги над головой спортсмен выпрямляет ноги, ставя стопы на одном уровне (параллельно), удерживая штангу над головой.

### [Жим двумя руками](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D0%BC_(%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)) (исключено из программы соревнований в [1972 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1972_%D0%B3%D0%BE%D0%B4)) — упражнение, заключающееся во взятии с помоста штанги на грудь (аналогично первому движению в упражнении «толчок») и выжимании её над головой за счёт одних лишь мышц рук. Это упражнение исключено в связи с тем, что многие атлеты начали делать вместо него жимовой «толчок» — толкание штанги грудью и всем телом при помощи мышц ног (использование [подседа](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%81%D0%B5%D0%B4_(%D1%82%D1%8F%D0%B6%D1%91%D0%BB%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0))). В результате мышцы рук почти не участвовали в этой работе. При этом разницу между «честным жимом» и таким «трюком» судьям заметить было очень сложно. В итоге атлеты, которые по-прежнему делали «честный жим», оказались в невыгодном положении. Кроме того, жим оказался очень травмоопасным, многие получили травму пояснично-крестцового отдела позвоночника. Исходя из всего этого, жим был исключён из программы соревнований, но по-прежнему является эффективным силовым упражнением и до сих пор используется в тренировках штангистов.

# В толчке обычно поднимается б0льший вес. [Тяжелая атлетика (толчок штанги)](https://megabook.ru/media/%d0%a2%d1%8f%d0%b6%d0%b5%d0%bb%d0%b0%d1%8f%20%d0%b0%d1%82%d0%bb%d0%b5%d1%82%d0%b8%d0%ba%d0%b0%20(%d1%82%d0%be%d0%bb%d1%87%d0%be%d0%ba%20%d1%88%d1%82%d0%b0%d0%bd%d0%b3%d0%b8))

# Соревнования по тяжёлой атлетике судят 3 [арбитра](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%83%D0%B4%D1%8C%D1%8F_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82)) и их решения становятся официальными по принципу большинства. Победителем считается атлет, поднявший наибольший вес по сумме двух движений (рывок и толчок).

## Если два атлета покажут одинаковый результат, побеждает тот, чей собственный вес меньше.

## [Тяжелая атлетика (вес взят)](https://megabook.ru/media/%d0%a2%d1%8f%d0%b6%d0%b5%d0%bb%d0%b0%d1%8f%20%d0%b0%d1%82%d0%bb%d0%b5%d1%82%d0%b8%d0%ba%d0%b0%20(%d0%b2%d0%b5%d1%81%20%d0%b2%d0%b7%d1%8f%d1%82)) - Вес взят.

## Общие правила для всех упражнений.

## Разрешается способ захвата грифа штанги в «замок», который заключается в обхвате большого пальца другими пальцами этой же руки.

## Во всех упражнениях рефери должны вынести решение «Подъем неудачный» в любой незаконченной попытке, в которой гриф штанги достиг высоты колен.

## После сигнала рефери опустить штангу штангист должен опускать штангу перед собой, а не ронять ее преднамеренно или случайно.

## Захват грифа штанги может быть освобожден, как только гриф прошел уровень талии.

## Участник, который не может полностью выпрямить локти вследствие анатомической деформации, должен сообщить об этом трем рефери и жюри до начала соревнования.

## При вставании из седа в рывке и подъеме на грудь штангист может помочь себе раскачивающими движениями тела.

## Использование на бедрах масла, жира, талька, воды или любого аналогичного смазывающего материала запрещено. Штангисту, который выходит на соревновательный помост со смазочным материалом, приказывают убрать его. Во время удаления часы продолжают идти.

## Использование мела (магнезии) на руках, бедрах разрешается.

## Неправильные движения для всех упражнений.

## Подъем с виса – касание помоста какой-либо другой частью тела, кроме ступней. Неровное или неполное выпрямление рук при завершении движения. Остановка во время выпрямления рук. Дожим. Сгибание и разгибание локтей в завершающей фазе движения.

## Уход с помоста во время выполнения упражнения, т. е. соприкосновение с территорией за пределами помоста любой частью тела.

## Опускание штанги на помост до сигнала рефери. Бросание штанги после сигнала рефери. Непараллельная при завершении упражнения постановка ступней и штанги плоскости туловища.

## Неправильное опускание штанги на помост, штанга должна первой коснуться помоста.

## Неправильные движения в рывке. Остановка во время подъема штанги. Касание головы штангиста грифом.

## Неправильные движения в подъеме на грудь. Размещение грифа на груди перед поворотом локтей. Касание бедер или колен локтями или верхней частью рук.

## Неправильные движения в толчке от груди. Любая явная попытка толчка, которая не закончена. Это включает опускание тела или сгибание ног в коленях. Любое преднамеренное раскачивание штанги для получения преимуществ. Перед толчком с груди атлет и штанга должны оставаться неподвижными.

## Штанга.

## На соревнованиях под юрисдикцией IWF используется только штанги, отвечающие требованиям IWF. Штанга состоит из следующих частей: а) грифа; б) дисков; в) замков. Мужской гриф весит 20 кг, женский гриф – 15 кг.

## Диски должны отвечать следующим требованиям:

## а) должны быть следующих весов и цветов: 25 кг – красный, 20 кг – синий, 15 кг – желтый, 10 кг – зеленый 5 кг – белый, 2 кг – синий, 1 кг – зеленый, 0,5 кг – белый;

## б) диаметр самых больших дисков 450 мм с допуском ± 1 мм;

## в) диски размером 450 мм должны быть покрыты резиной или пластиком и окрашены с обеих сторон в неизменный цвет или, по крайней мере, должна быть окрашена поверхность обода;

## г) диски легче 10 кг могут быть изготовлены из металла или другого утвержденного материала;

## д) все диски должны иметь ясное указание веса.

## Замки.

## Для закрепления дисков мужской и женский грифы должны быть оснащены двумя замками весом 2,5 кг каждый.

## Гриф.

## Мужской гриф должен иметь маркировку голубого цвета, женский – желтого цвета. Эти цвета соответствуют цветам двадцати и пятнадцати килограммовых дисков.

## Помост.

## Все упражнения должны быть выполнены на соревновательном помосте. Помост должен быть квадратным, плоским, размером 4×4 м.

## Экипировка участников.

## Костюм.

## Одежда участников должна быть чистой, функциональной, дизайн которой должен отвечать следующим критериям: состоят из цельного или двух частей, но при этом закрывать туловище; плотно облегать; без воротника; может быть любого цвета; не должен закрывать локти и колени.

## Под костюм может быть надета майка с коротким рукавом. Рукава ее не должны закрывать локти, она должна быть без воротника. Облегающие шорты (велосипедные трусы) могут быть надеты под или поверх костюма. Они не должны закрывать колени.

## Майка с короткими рукавами и спортивные трусы не могут заменить костюм; можно надевать носки, но они должны быть ниже колен и не должны закрывать любые бандажи на запрещенных зонах.

## Обувь тяжелоатлетов.

## Участники должны носить спортивную обувь (называемую ботинками для тяжелоатлетов), чтобы защитить ступни и придать им устойчивость на помосте.

## Ботинки должны быть сделаны таким образом, чтобы не давать никаких преимуществ или дополнительной помощи. На части ботинка, называемой подъемом, разрешается использовать ремешок. Та часть ботинка, которая закрывает пятку, может быть усилена. Максимально разрешенная высота ботинка, измеряемая от верхнего края подошвы, не должна превышать 130 мм.  Подошва нигде не должна выходить за край ботинка более, чем на 5 мм. Ботинки могут быть сделаны из любого материала или комбинации материалов. Не существует минимальной или максимальной высоты подошв. Нет ограничений для формы ботинок.

## Пояс.

## Максимальная ширина пояса не должна превышать 120 мм.

## Не разрешается надевать пояс под костюм спортсмена.

## Бинты, бандажи и пластыри могут быть надеты на запястья, колени, кисти рук. Бинты или пластыри могут быть надеты на пальцы рук. Бинты могут быть сделаны из марли, медицинского крепа или кожи. Цельный эластичный бандаж или прорезиненный наколенник, которые не стесняют движений, могут быть надеты на колени. Эта часть экипировки не может быть никаким способом усилена. На запястьях бинты не должны закрывать участок кожи шириной более 100 мм. На коленях бинты не должны закрывать участок кожи шириной более 300 мм. Не существует ограничения на длину бинтов. Разрешается использовать пластыри и бинты как на внутренней, так и внешней поверхности кистей. Эти пластыри или бинты могут быть прикреплены к запястью, но не к грифу штанги. Разрешается иметь пластыри на пальцах, но они не должны выступать за кончики пальцев. Для предохранения ладоней разрешается надевать специальные перчатки без пальцев, например, гимнастические предохранители ладоней, перчатки велосипедистов. Эти перчатки могут покрывать только первые фаланги пальцев. Если на пальцах имеется пластырь, должна быть видимая граница между пластырем и перчаткой. Не разрешается надевать бандажи или заменители бандажей на следующие части тела: на локти; туловище; бедра; голени; предплечья. В случае травмы дежурный врач может наложить пластыри на любую кровоточащую часть тела. Разрешается пользоваться только одним видом бандажа на любой части тела.

## Между костюмом и бандажом должна быть видимая граница.

## Взвешивание.

## Взвешивание спортсменов в каждой весовой категории начинается за два часа до начала соревнования и длится один час.

## Каждый участник должен предъявить секретарю соревнования свой паспорт или удостоверение личности. Участники взвешиваются обнаженными или в нижнем белье в присутствии рефери соответствующего пола. Участник, вес которого находится в пределах весовой категории, в которой он (она) заявлен (а), взвешивается только один раз. Участник, вес которого ниже или выше границы своей категории, может возвращаться для взвешивания необходимое число раз, не придерживаясь очереди. Участник, не прошедший взвешивание в категории, в которой он (она) был (а) официально заявлен (а), не допускается к участию в данном соревновании.

## Соревнование.

## Штанга нагружается последовательно, участник, заявивший наименьший вес, поднимает первым. Уже объявленный установленный вес штанги нельзя уменьшить. Вес штанги должен быть всегда кратным 1 кг. После успешной попытки надбавка к весу должна быть минимум 1 кг.

## Каждому участнику предоставляется одна минута (60 с) между объявлением его (ее) имени и фамилии и началом попытки. По истечении 30 с раздается предупреждающий сигнал. Если участник выполняет две попытки подряд, для выполнения следующей попытки ему (ей) предоставляется две минуты (120 с). За 30 секунд до окончания отведенного времени раздается предупреждающий сигнал. Если в конце отведенного времени участник не поднял штангу, три рефери объявляют попытку незасчитанной. Отсчет времени ведется от завершения объявления спикером вызова атлета или завершения установки веса на штангу, если оно было последним.

## Перерыв. После соревнования в рывке разрешается десятиминутный перерыв для подготовки участников к соревнованию в толчке.

## Жюри по своему усмотрению может сократить или увеличить продолжительность перерыва. В этом случае должно быть сделано соответствующее объявление.

## С 1 января 2007 г. автоматическое увеличение веса между 1 и 2 подходами составляет 2 кг. Это правило относится только ко второму подходу, применяется для рывка и толчка, мужчин и женщин, взрослых и юниоров. Для третьего подхода атлеты могут добавлять любой вес, начиная с 1 кг.

## Также перезаявку веса нужно объявить в течение первых 30 с выделенного на подход времени. Это относится к обоим случаям: одна минута или две на подход.

## Снаряды для соревнований.

## Тяжелоатлетические снаряды претерпели значительные изменения. В конце 20-х годов единым для всех международных соревнований снарядом стала разборная штанга с дисками диаметром 45-55 см, с тонким диаметром 30 мм, вращающимся на втулках грифом, длина которого 187 см. В советские времена спортсмены поднимали «кошелевскую» штангу. К Олимпийским играм в Москве (1980) советские специалисты изготовили модернизированную бесшумную штангу с резиновыми дисками разной окраски.

### Весовые категории.

# Границы весовых категорий участников чемпионатов мира менялись несколько раз. До 1905 взвешивание вообще не проводилось. В 1905 было введено три весовые категории. В 1913 -пять. В 1947 -новая категория легчайшего веса -до 56 кг. В 1951 - от 82,5 до 90 кг. С 1969 были узаконены две новые категории - наилегчайшая (до 52 кг) и первая тяжелая (от 90 до 110 кг). В 1977 была создана еще одна категория - вторая полутяжелая (в границах свыше 90 до 100 кг). Все официальные соревнования проводятся в десяти весовых категориях (54 кг, 59 кг, 64 кг, 70 кг, 76 кг, 83 кг, 91 кг, 99 кг, 108 кг, более 108 кг).

# На апрель 2019 года в тяжёлой атлетике установлены следующие

### весовые категории:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мужчины** | до 55 кг | до 61 кг | до 67 кг | до 73 кг | до 81 кг | до 89 кг | до 96 кг | до 102 кг | до 109 кг | свыше 109 кг |
| **Женщины** | до 45 кг | до 49 кг | до 55 кг | до 59 кг | до 64 кг | до 71 кг | до 76 кг | до 81 кг | до 87 кг | свыше 87 кг |

### Исторические весовые категории [Мужчины](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%83%D0%B6%D1%87%D0%B8%D0%BD%D1%8B):

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Годы** | **1905-1913** | **1913-1946** | **1947-1950** | **1951-1968** | **1969-1976** | **1977-1992** | **1993-1997** | **1998-2018** |
| **Наилегчайший вес** | — | — | — | — | до 52 кг | до 52 кг | до 54 кг | — |
| **Легчайший вес** | — | — | до 56 кг | до 56 кг | до 56 кг | до 56 кг | до 59 кг | до 56 кг |
| **Полулёгкий вес** | — | до 60 кг | до 60 кг | до 60 кг | до 60 кг | до 60 кг | до 64 кг | до 62 кг |
| **Лёгкий вес** | до 70 кг | до 67,5 кг | до 67,5 кг | до 67,5 кг | до 67,5 кг | до 67,5 кг | до 70 кг | до 69 кг |
| **Полусредний вес** | до 80 кг | до 75 кг | до 75 кг | до 75 кг | до 75 кг | до 75 кг | до 76 кг | до 77 кг |
| **Средний вес** | — | до 82,5 кг | до 82,5 кг | до 82,5 кг | до 82,5 кг | до 82,5 кг | до 83 кг | до 85 кг |
| **Полутяжёлый вес** | — | — | — | до 90 кг | до 90 кг | до 90 кг | до 91 кг | до 94 кг |
| **Тяжёлый (Первый тяжёлый) вес** | свыше 80 кг | свыше 82,5 кг | свыше 82,5 кг | свыше 90 кг | до 110 кг | до 100 кг | до 99 кг | до 105 кг |
| **Второй тяжёлый вес** | — | — | — | — | — | до 110 кг | до 108 кг | — |
| **Супертяжёлый вес** | — | — | — | — | свыше 110 кг | свыше 110 кг | свыше 108 кг | свыше 105 кг |

# В настоящее время наиболее сильными странами в тяжёлой атлетике являются:Китай, КНДР, Иран, Казахстан, Россия, Болгария.

# Тяжелая атлетика в России.

# Издавна русский народ славился сильными, мужественными людьми.

# О доблестных и великодушных богатырях земли русской, таких, как Илья Муромец, который посохом «во сто пуд» разил врагов направо и налево, сложены песни и героические былины.

# Бурное развитие капитализма, подъём политического сознания пролетариата вызвали в стране резкое обострение классовой борьбы. Это было время возникновения народнических организаций, первых революционных рабочих союзов, первых марксистских кружков... Под влиянием передовых идей произошла подлинная революция в области общественной и педагогической мысли. Лучшие представители российской интеллигенции, сознавая необходимость коренной перестройки всей системы народного образования, активно выступили за претворение в жизнь прогрессивных научных теорий образования и воспитания, в том числе и физического. В 1880 году профессор П.Ф. Лесгафт в своей известной, привлекшей внимание широкой общественности статье "Приготовление учителей гимнастики" наметил основные элементы физического воспитания учащейся молодёжи. В своих публичных выступлениях он неоднократно подчёркивал, что надо удовлетворять естественную тягу народа к физической культуре.

## Днем рождения российской тяжелой атлетики считается 10 (23) августа 1885 года. Тогда в Петербурге был открыт первый в России «Кружок любителей тяжелой атлетики». Его руководителем был врач и педагог В. Ф. Краевский, которого называли «отцом русской тяжелой атлетики». Разработанная им система тренировок была прогрессивнее западноевропейской, а в основе его методики лежала система рационального развития силы.  Уникальный документ - рукопись Краевского "Катехизис здоровья» - правила для занимающихся спортом, утверждённые цензурой 9 декабря 1899 года. По неизвестным причинам рукопись так и не была опубликована. Содержание рукописи раскрывает те положения и идеи, которые Краевский считал основополагающими в занятиях атлетическим спортом. В первую очередь это "...физическое развитие, здоровье и закаливание организма". Специфичность атлетизма Краевский вводил в разумные рамки, настойчиво противопоставляя его голому "накачиванию" мышц. "Катехизис здоровья" - работа замечательная во всех отношениях. Например, Краевский чётко изложил в ней идеи, касающиеся методики преподавания спорта и подготовки педагогических кадров в стране. И вместе с тем, как выразитель устремлений лучших представителей спортивных кругов Петербурга, как подлинный патриот Отечества, Краевский заключил свой "Катехизис" страстным призывом-пожеланием: …*"Мы должны не только заботиться о преуспевании своих обществ, но и насаждать спорт на родине, поставить спорт на подобающую высоту в своём Отечестве, доказать миру, что Россия — культурная страна и что спорт в России, двинутый мощью народного духа, займёт в будущем по успехам первое место в соперничанье народов."*

## Многие члены кружка Краевского впоследствии стали профессионалами, страстными организаторами профессионального тяжелоатлетического спорта, его активными популяризаторами, настойчивыми проводниками в массы.

## В результате в ряде городов России, а именно в Москве, Киеве, Уфе, Нижнем Новгороде, Екатеринославе и многих других, возникли новые кружки любителей тяжёлой атлетики. В.Ф.Краевский поддерживал с ними постоянную творческую связь, изучал передовые методы тренировок, знакомился с современным оборудованием, помогал советами, обменивался опытом работы. И не зря в последующем В.Ф.Краевского стали называть не иначе, как "отцом российской тяжёлой атлетики".

# Впервые был осуществлен врачебный контроль над занимающимися.

# В 1898 ученики Краевского триумфально выступили на европейском чемпионате в Вене. За удивительную силу и ловкость Г. Гаккеншмидт был назван прессой «русским львом». Механик из Петербурга не имел себе равных в борьбе и взял третий приз в поднятии тяжестей. Другой ученик богатырь С. Елисеев в Милане выиграл все состязания европейского континента, и ему вручили золотую медаль чемпиона мира.

# Лучший ученик доктора Краевского И. В. Лебедев (легендарный «дядя Ваня») организовал спортивные курсы, а затем и школу физического развития, просуществовавшую до 1912. В программу школы входили: тяжелая атлетика, борьба, бокс, фехтование. Во многих российских городах были кружки любителей атлетики. Большую помощь кружкам оказывали меценаты. Наиболее яркой фигурой среди них был граф Г. Рибопьер. Главный редактор журнала «Геркулес» И. В. Лебедев так характеризовал этого энтузиаста атлетики: «Если доктор В. Ф. Краевский был отцом русской атлетики, то граф Г. И. Рибопьер был ее «кормильцем». 100 тысяч рублей, если не более, отдал на русский спорт граф Г. И. Рибопьер. Благодаря меценатству этого человека, русский спорт миновал тяжелое время, окреп и вырос теперь в нечто ставшее на свои ноги, большое и сильное».

# Первый чемпионат России по тяжёлой атлетике в России состоялся в 1897 году в Петербурге. Первый чемпион России по тяжёлой атлетике Гвидо Мейер (Петербург).

# В 1913 был создан Всероссийский союз тяжелоатлетов (ВСТ) под председательством пропагандиста спорта и атлета Л. Чаплинского, в том же году Всероссийский союз тяжелоатлетов вступил в Международный любительский союз тяжелоатлетов. Берлинский конгресс этого союза в 1913 году принял ряд решений: название «тяжелая атлетика» объединила три вида спорта: поднимание тяжестей (штанга и гири), бокс и все виды борьбы. Для штангистов включены рывок и толчок разноименными руками, толкание камня (или веса) не менее 10 кг и для команд - перетягивание каната. Атлеты делились на пять весовых категорий: до 60,67.5,75,82.5 и свыше 82.5 кг. Были утверждены мировые рекорды и инструкции о взвешивании атлета и штанги при установлении рекорда.

# В марте 1918 года Всероссийский союз тяжелоатлетов провёл в Москве первый при советской власти чемпионат страны. Первый чемпион Советской республики – российский тяжелоатлет Александр Бухаров (Москва).

# Наиболее выдающимися атлетами того времени были обладатели мировых рекордов Я. Краузе, П. Херудзинский, А. Неуланд, Л. Чаплинский, Л. Алекс, Л. Бухаров, К. Павленко, Г. Чикваидзе, А. Красовский, С. Тонколей, Ф. Гриненко. Атлетам России принадлежали 25 рекордов мира из 50 зарегистрированных Всемирным союзом мировых рекордов. В 20-е годы тяжелоатлетический спорт культивировался, в основном, как средство эффективного развития мускулатуры и укрепления здоровья. Силачи выступали в рабочих спортклубах, парках культуры и отдыха. К 1928 состязания в поднимании тяжестей были включены в программу 1 Всесоюзной спартакиады в Москве, где выступили более 7000 атлетов. Из них 612 были представителями спортивных организаций разных стран мира. В 1930-е гг. в тяжелой атлетике происходит бурный рост результатов. В мае 1934 московский динамовец Николай Шатов поднял в рывке левой рукой 78,4 кг и тем самым побил рекорд мира. В те годы рекордсменами мира стали Г. Попов, С. Амбарцумян, М. Шишов, Н. Кошелев, А. Жижин, Д. Наумов. На 3 рабочей Олимпиаде 1937 года в Антверпене советские тяжелоатлеты заняли первое командное место, выиграв состязания во всех весовых категориях. В этих соревнованиях особенно уверенно выступал киевлянин Г. Попов, который превысил мировые рекорды американца Тони Терлаццо. В предвоенные годы было побито большое количество рекордов (50 всесоюзных, из них - 24 выше мировых). В стране насчитывалось 25 тысяч тяжелоатлетов. Список советских рекордсменов мира в эти годы пополнился такими именами, как Г. Новак, Е. Хотимский, В. Крылов, Р. Манукян, М. Касьяник, А. Петров, А. Божко.

# В 1946 советские тяжелоатлеты вступили в Международную федерацию тяжелой атлетики и впервые приняли участие в первенстве мира в Париже. Из советских спортсменов москвич Г. Новак первые завоевал титул чемпиона мира, в категории до 82,5 кг. А первым чемпионом мира в тяжелом весе стал советский пятисотник москвич А. Медведев.

**Участие России в Олимпийских играх. Тяжёлая атлетика**

**Командный зачёт в олимпиаде 2004 года в Афинах (Греция)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Страна** | **Золото** | **Серебро** | **Бронза** | **Всего** |
| 1 | [Флаг Китайской Народной Республики](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_the_People%27s_Republic_of_China.svg?uselang=ru) [Китай](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9) | 5 | 3 | 0 | 8 |
| 2 | [Флаг Турции](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Turkey.svg?uselang=ru) [Турция](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%83%D1%80%D1%86%D0%B8%D1%8F) | 3 | 0 | 2 | 5 |
| 3 | [Флаг Таиланда](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Thailand.svg?uselang=ru) [Таиланд](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4) | 2 | 0 | 2 | 4 |
| 4 | [Флаг России](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Russia.svg?uselang=ru) [Россия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) | **1** | **2** | **4** | **7** |
| 5 | [Флаг Украины](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Ukraine.svg?uselang=ru) [Украина](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D0%B8%D0%BD%D0%B0) | 1 | 1 | 0 | 2 |
| 6 | [Флаг Болгарии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Bulgaria.svg?uselang=ru) [Болгария](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D0%B3%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%8F) | 1 | 0 | 1 | 2 |
| 7 | [Флаг Грузии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Georgia.svg?uselang=ru) [Грузия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D1%83%D0%B7%D0%B8%D1%8F) | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 7 | [Флаг Ирана](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Iran.svg?uselang=ru) [Иран](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%80%D0%B0%D0%BD) | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 8 | [Флаг Белоруссии (1995-2012)](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Belarus_(1995%E2%80%932012).svg?uselang=ru) [Белоруссия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) | 0 | 2 | 1 | 3 |
| 9 | [Флаг Республики Корея](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_South_Korea.svg?uselang=ru) [Южная Корея](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AE%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%8F) | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | [Флаг Венгрии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Civil_Ensign_of_Hungary.svg?uselang=ru) [Венгрия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 10 | [Флаг Казахстана](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Kazakhstan.svg?uselang=ru) [Казахстан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%85%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD) | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 10 | [Флаг Латвии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Latvia.svg?uselang=ru) [Латвия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B2%D0%B8%D1%8F) | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 10 | [Флаг Индонезии](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Indonesia.svg?uselang=ru) [Индонезия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%8F) | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 10 | [Флаг КНДР](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_North_Korea.svg?uselang=ru) [КНДР](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%9D%D0%94%D0%A0) | 0 | 1 | 0 | 1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тяжёлая атлетика. Количество медалей на олимпиаде в Пекине в 2008 году** | | | | | | | | [Olympic flag.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Olympic_flag.svg?uselang=ru) | |
| **Место** | **Страна** | | **Золото** | | **Серебро** | **Бронза** | | **Всего** | |
| 1 | [Flag of the People's Republic of China.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_the_People%27s_Republic_of_China.svg?uselang=ru) [Китай](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 5 | | 1 |  | | 6 | |
| 2 | [Flag of South Korea.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_South_Korea.svg?uselang=ru) [Южная Корея](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AE%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 2 | | 2 |  | | 4 | |
| 3 | [Flag of Russia.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Russia.svg?uselang=ru) [Россия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | | 2 |  | | 3 | |
| 4 | [Flag of North Korea.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_North_Korea.svg?uselang=ru) [КНДР](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%9D%D0%94%D0%A0_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | | 1 |  | | 2 | |
|  | [Flag of Chinese Taipei for Olympic games.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Chinese_Taipei_for_Olympic_games.svg?uselang=ru) [Тайвань](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B9%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%8C_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | | 1 |  | | 2 | |
| 6 | [Flag of Thailand.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Thailand.svg?uselang=ru) [Таиланд](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | |  | 2 | | 3 | |
| 7 | [Flag of Poland.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Poland.svg?uselang=ru) [Польша](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%88%D0%B0_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | |  | 1 | | 2 | |
| 8 | [Flag of Belarus (1995–2012).svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Belarus_(1995%E2%80%932012).svg?uselang=ru) [Белоруссия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | |  |  | | 1 | |
|  | [Flag of Germany.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Germany.svg?uselang=ru) [Германия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | |  |  | | 1 | |
|  | [Flag of Kazakhstan.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Kazakhstan.svg?uselang=ru) [Казахстан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%85%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2008) | | 1 | |  |  | | 1 | |
| **Общее количество медалей НА ОЛИМПИАДЕ в 2012 году в Лондоне** | | | | | | | |
| **Место** | **Страна** | | **Золото** | | **Серебро** | | **Бронза** | **Всего** | |
| 1 | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/f/fa/Flag_of_the_People%27s_Republic_of_China.svg/22px-Flag_of_the_People%27s_Republic_of_China.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9) [Китай](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9) | | **5** | | 2 | | 0 | **7** | |
| 2 | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/ca/Flag_of_Iran.svg/22px-Flag_of_Iran.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%80%D0%B0%D0%BD) [Иран](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%80%D0%B0%D0%BD) | | 3 | | 2 | | 0 | 5 | |
| 3 | [Flag of North Korea.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_North_Korea.svg?uselang=ru) [КНДР](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%9D%D0%94%D0%A0_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2012) | | 3 | | 0 | | 1 | 4 | |
| 4 | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/1/12/Flag_of_Poland.svg/22px-Flag_of_Poland.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%88%D0%B0) [Польша](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%88%D0%B0) | | 1 | | 1 | | 1 | 3 | |
| 5 | [Олимпийский флаг Тайваня](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Chinese_Taipei_for_Olympic_games.svg?uselang=ru) [Китайский Тайбэй](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%A2%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D1%8D%D0%B9) | | 1 | | 0 | | 0 | 1 | |
| [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/9/9a/Flag_of_Spain.svg/22px-Flag_of_Spain.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F) [Испания](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F) | | 1 | | 0 | | 0 | 1 | |
| [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/d/d9/Flag_of_Canada_%28Pantone%29.svg/22px-Flag_of_Canada_%28Pantone%29.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B0) [Канада](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B0) | | 1 | | 0 | | 0 | 1 | |
| 8 | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/9/9f/Flag_of_Indonesia.svg/22px-Flag_of_Indonesia.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%8F) [Индонезия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%8F) | | 0 | | 2 | | 1 | 3 | |
| 9 | [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/f/f3/Flag_of_Russia.svg/22px-Flag_of_Russia.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) [Россия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) | | 0 | | 1 | | 1 | 2 | |
| [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/7/73/Flag_of_Romania.svg/22px-Flag_of_Romania.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D1%83%D0%BC%D1%8B%D0%BD%D0%B8%D1%8F) [Румыния](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D1%83%D0%BC%D1%8B%D0%BD%D0%B8%D1%8F) | | 0 | | 1 | | 1 | 2 | |
| [Flag of Thailand.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Thailand.svg?uselang=ru) [Таиланд](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2012) | | 0 | | 1 | | 1 | 2 | |
| [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/0/09/Flag_of_South_Korea.svg/22px-Flag_of_South_Korea.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%81%D0%BF%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%8F) [Республика Корея](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%81%D0%BF%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%8F) | | 0 | | 1 | | 1 | 2 | |
| [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/f/fe/Flag_of_Egypt.svg/22px-Flag_of_Egypt.svg.png](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%82) [Египет](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%82) | | 0 | | 1 | | 1 | 2 | |
| **Общее количество медалей на Олимпиаде в Рио де Жанейро (Бразилия) 2016 г. Из-за нарушений по доппингу права выступать на Олимпийских играх 2016 лишены тяжелоатлеты из** [**Росси**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016)**и и** [**Болгарии**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D0%B3%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016)**.** | | | | | | | |
| **Место** | **Страна** | **Золото** | | **Серебро** | | | **Бронза** | **Всего** |
| 1 | [Flag of the People's Republic of China.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_the_People%27s_Republic_of_China.svg?uselang=ru) [Китай](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B9_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | **5** | | 2 | | | 0 | **7** |
| 2 | [Flag of Thailand.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Thailand.svg?uselang=ru) [Таиланд](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 2 | | 1 | | | 1 | 4 |
| 3 | [Flag of Iran.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Iran.svg?uselang=ru) [Иран](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%80%D0%B0%D0%BD_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 2 | | 0 | | | 0 | 2 |
| 4 | [Flag of North Korea.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_North_Korea.svg?uselang=ru) [КНДР](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%9D%D0%94%D0%A0_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | **3** | | | 0 | 4 |
| 5 | [Flag of Kazakhstan.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Kazakhstan.svg?uselang=ru) [Казахстан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%85%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | 1 | | | **4** | 6 |
| 6 | [Flag of Georgia.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Georgia.svg?uselang=ru) [Грузия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D1%83%D0%B7%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | 0 | | | 1 | 2 |
| [Flag of Colombia.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Colombia.svg?uselang=ru) [Колумбия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BB%D1%83%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | 0 | | | 1 | 2 |
| [Flag of Chinese Taipei for Olympic games.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Chinese_Taipei_for_Olympic_games.svg?uselang=ru) [Тайвань](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D0%B9%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%8C_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | 0 | | | 1 | 2 |
| 9 | [Flag of Uzbekistan.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Uzbekistan.svg?uselang=ru) [Узбекистан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A3%D0%B7%D0%B1%D0%B5%D0%BA%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 1 | | 0 | | | 0 | 1 |
| 10 | [Flag of Armenia.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Armenia.svg?uselang=ru) [Армения](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%80%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 0 | | 2 | | | 0 | 2 |
| [Flag of Belarus.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Belarus.svg?uselang=ru) [Белоруссия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 0 | | 2 | | | 0 | 2 |
| [Flag of Indonesia.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Flag_of_Indonesia.svg?uselang=ru) [Индонезия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%8F_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_2016) | 0 | | 2 | | | 0 | 2 |

# Олимпийские чемпионы-тяжелоатлеты.

# В 1952 советские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх в Хельсинки. Так было положено начало первым олимпийским победам. Первым золотую медаль среди штангистов завоевал Иван Удодов, звания олимпийского чемпиона удостоились Р. Чимишкян и Т. Ломакин.

# Полным триумфом советских спортсменов закончился тяжелоатлетический турнир на Олимпийских играх в Риме в 1960году. Было установлено 15 олимпийских рекордов, 7 из которых превысили мировые.

# Юрий Власов не только выиграл состязания у двух американских знаменитостей - Н. Шеманского и Д. Бредфорда, но на 25 кг превысил мировой рекорд. Победная сумма Ю. Власова - 537,5 кг.

# Аркадий Воробьев вторично завоевал звание Олимпийского чемпиона. Золотые награды получили Е. Минаев, В. Бушуев, А. Курынов, который сумел победить американского атлета - «железного гавайца» Томми Коно, который не знал поражений с 1952года.

# В тяжелоатлетическом спорте, как ни в одном другом Олимпийском виде состязаний, спортсмены добивались и добиваются исключительно большого прогресса. Рекорды росли и продолжают расти баснословно быстро от Олимпиады к Олимпиаде. Даже самые смелые фантасты вряд ли могли предположить, что тяжеловесы будут поднимать в сумме по 600 и более кг.

# В Мюнхене в 1972 году советский исполин Василий Алексеев победил с результатом 640 кг. Его рекорд в троеборье навечно вошел в золотую летопись мировой тяжелой атлетики.

# На Олимпийских играх в Монреале в1976 году В. Алексеев, выступавший во втором тяжелом весе, на 30 кг опередил немецкого тяжелоатлета Бонка, занявшего 2 место, и установил мировой рекорд в толчке — 255 кг. Семь золотых и одна серебряная медаль принесли команде СССР 1 место. Это самый большой успех советской команды тяжелоатлетов за всю историю выступлений на Олимпиадах. Высочайшие достижения продемонстрировали тяжелоатлеты на Олимпиаде в Москве в 1980 году. На Олимпийском помосте в Москве установлен 21 олимпийский рекорд, причем 13 из них были мировые.

# Впервые трехкратным Олимпийским чемпионом в тяжелой атлетике стал турецкий спортсмен Наим Сулейман–оглы (Атланта, 1996), выступавший в категории 64 кг.

# Двукратными Олимпийскими чемпионами являются американцы Ч. Винчи, Т. Коно, Д Дэвис, поляк В. Башановский, француз Л. Остин, болгарин Н. Нурикян, японец И. Миякэ, грек П. Димас, белорус А. Курлович, российские атлеты - А. Воробьев, Л. Жаботинский, В. Алексеев.

# [Жаботинский Леонид Иванович (1964 год)](https://megabook.ru/media/%d0%96%d0%b0%d0%b1%d0%be%d1%82%d0%b8%d0%bd%d1%81%d0%ba%d0%b8%d0%b9%20%d0%9b%d0%b5%d0%be%d0%bd%d0%b8%d0%b4%20%d0%98%d0%b2%d0%b0%d0%bd%d0%be%d0%b2%d0%b8%d1%87%20(1964%20%d0%b3%d0%be%d0%b4)) На фото: Леонид Жаботинский в центре, Юрий Власов - слева.

# Дополнительное внимание к этому виду спорта привлекает женская тяжёлая атлетика, которая была включена в программы Олимпийских игр 2000 года. Лидировали на них китайские спортсменки. Россиянка А. Попова завоевала серебряную медаль. В состязаниях среди мужчин высших наград были удостоены атлеты Греции, Болгарии, Ирана, Китая и Турции. Российские спортсмена А. Чемеркин и А. Петров получили бронзовые медали.

# [Чемеркин Андрей (вес на грудь)](https://megabook.ru/media/%d0%a7%d0%b5%d0%bc%d0%b5%d1%80%d0%ba%d0%b8%d0%bd%20%d0%90%d0%bd%d0%b4%d1%80%d0%b5%d0%b9%20(%d0%b2%d0%b5%d1%81%20%d0%bd%d0%b0%20%d0%b3%d1%80%d1%83%d0%b4%d1%8c)) На фото: Андрей Чемеркин.

# На Олимпиаде в Афинах в 2004году золото выиграл Д. Берестов (в категории до 105 кг), среди женщин серебро завоевала Н. Заболотная, а В. Попова удостоилась бронзы.

# Легенды советской тяжелой атлетики.

# 1.Легендарный советский штангист Юрий Власов родился 5 декабря 1935 в городе Макеевка, недалеко от Донецка (Украина). Является заслуженным мастером спорта СССР, которое было присвоено в 1959 году. До 1957 года выступал под началом тренера Евгения Николаевича Шаповалова, после 1957 года готовить Власова стал Сурен Петросович Багдасаров. Основные достижения:

## Золотая медаль на Олимпиаде 1960 года, серебряная – на Играх 1964 года;

## 4-кратный чемпион мира (1959, 1961, 1962, 1963 гг.);

## 6-кратный чемпион Европы (1959, 1960, 1961, 1962, 1963, 1964 гг.);

## 5-кратный чемпиона СССР (1959, 1960, 1961, 1962, 1963 гг);

## всего установил: 31 мировой рекорд и 41 рекорд СССР.

# С 1959 года Юрий Власов активно занимался литературной деятельностью. Был главой Федерации тяжелой атлетики СССР. В период с 1989 по 1991 гг

## занимал пост народного депутата СССР, а в период с 1993 по 1995 гг. являлся депутатом Государственной Думы РФ. Баллотировался на пост президента России.

## 2. Василий Иванович Алексеев родился 7 января 1942 года в селе Покрово-Шишкино (с 1965 года вошло в состав поселка Милославское) Рязанской области. Отец Иван Иванович Алексеев и мать Евдокия Ивановна были коренными жителями соседнего села Дегтярка и лишь перед Великой Отечественной войной перебрались в Покрово-Шишкино.

## В 1953 году Алексеевы переехали в посёлок Рочегда Виноградовского района Архангельской области. В 1961 году Василий Иванович поступил в Архангельский лесотехнический институт, где встретился со своим первым тренером Семёном Милейко. Затем жил в Тюменской области и в городе Коряжма Архангельской области.

## Окончил Шахтинский филиал Новочеркасского политехнического института. С 1966 года жил в городе Шахты Ростовской области, где его именем названа детско-юношеская спортивная школа по тяжёлой атлетике. В 1989–1992 годах был главным тренером сборной СССР и Объединённой команды по тяжёлой атлетике.

## 9 ноября 2011 года из-за проблем с сердцем отправлен из Барселоны (где был членом сборной России на телевизионном спортивно-

## развлекательном шоу «Большие гонки») в кардиологическую клинику Мюнхена, где 25 ноября 2011 года скончался. Похоронен на центральном кладбище города Шахты.

## Деятельность Федерации тяжелой атлетики России.

## Президентом Федерации тяжелой атлетики России на протяжении 25 лет был В.А. Поляков, который в 1993 году сложил свои полномочия. На этот пост был избран олимпийский чемпион 1988 года И. Арсамаков. С 1996 по 2000 год президентом федерации был В.И. Клоков, который внес большой вклад в совершенствование методики подготовки спортсменов, укрепил материальную базу федерации, организовал проведение международных турниров в Москве, укрепил связь с IWF. С 2000 по 2003 год президентом федерации был Ю. Захаревич, деятельность которого вынудила общественность провести внеочередную выборную конференцию в июне 2003 года, когда президентом федерации был избран вице-президент IWF, который затем дважды – в 2004 и 2008 годах – переизбирался на новый срок.

## Деятельностью Федерации тяжелой атлетики России руководят президент, исполком и президиум. В состав президиума входят 23 представителя сильнейших региональных федераций. Исполком состоит из вице-президентов (5 человек), генерального секретаря, главных и старших тренеров. Начальником сборной команды России и генеральным секретарем федерации является Юрий Владимирович Теряев. Главным тренером сборной мужской команды является Д.А. Ригерт, женской – С.О. Каракотов.

## В настоящее время в тяжёлой атлетике в России много молодых

## талантливых спортсменов, подающих надежды: россиянка Каширина установившая мировой рекорд на ЧМ по тяжелой атлетике, Ольга Зубова, которая над головой может удерживать 157 кг в толчке и 125кг – в рывке,

## Тина Гуриева, Руслан Албегов, Александр Иванов, Апти Аухадов.

## Самым больным вопросом в современном спорте, в том числе и в тяжелой атлетике, является применение допинга. Не удалось избежать допингового скандала российским тяжелоатлетам. Решением, вынесеным на основании данных, полученных Всемирным антидопинговым агентством (WADA) из московской антидопинговой лаборатории, отстранены за нарушения антидопинговых правил от участия в соревнованиях: серебряный призер чемпионата мира Дмитрий Лапиков, призеры чемпионатов Европы Адам Малигов и Максим Шейко, двукратная чемпионка Европы Надежда Евстюхина и вице-чемпионка Европы Юлия Коновалова, а также Чингиз Могушков и Магомед Абуев.

Ранее IWF были временно отстранены пятеро российских спортсменов, среди которых чемпион мира и Европы, призер Олимпийских игр Руслан Албегов и чемпионка мира и Европы Тина Гуриева.