



**Первый заведующий кафедрой  
Борис Павлович Адамович**



**Кафедра теории и методики атлетизма**

№ 16 (72)  
ПОНЕДЕЛЬНИК,  
10 июня  
1957 года  
-----  
Год издания третий  
Цена 10 коп.

# За физкультурные КАДРЫ

Орган партбюро,  
комитета ВЛКСМ,  
профкома, месткома и  
дирекции  
Государственного  
Ордена Ленина и  
Ордена Красного  
Знамени института  
физической культуры  
имени П. Ф. Лесгафта

## НАШ ЮБИЛАР

(К 60-летию со дня рождения и 40-летию спортивной и педагогической деятельности заведующего кафедрой тяжелой атлетики Б. П. Адамовича)

В 1926 году в приемную комиссию института имени П. Ф. Лесгафта поступило заявление от Б. Адамовича. Уже зрелый спортсмен, чемпион БССР по тяжелой атлетике, человек с 10-летним стажем практической работы по спорту Б. Адамович решил продолжить свое совершенствование в любимом деле. Начав заниматься гимнастикой, легкой атлетикой, футболом в 1915 году в любительском кружке «Спорт», а позднее в рабочем кружке тяжелой атлетики и борьбы, Борис Павлович уже тогда сумел добиться хорошей, разносторонней физической подготовки. Результатом упорных тренировок явился и приход мастерства в избранном виде спорта, а именно — в тяжелой атлетике. В 1924 году он выигрывает первенство БССР и участвует в первенстве Союза в Киеве. Рано началась педагогическая деятельность Бориса Павловича. Одновременно с личной тренировкой он



много времени уделял тогда преподавательской работе в системе Всеобуча. Эта практическая школа позволила ему в стенах института обогатить и углубить свои знания и бы-

стро подняться в ряды ведущих руководителей по тяжелой атлетике Ленинграда и Советского Союза. С 1932 года, возглавляя в нашем институте работу по тяжелой атлетике, Борис Павлович уделяет много внимания научно-исследовательской работе и пишет ряд научно-методических работ, а также является постоянным консультантом диссертаций по тяжелой атлетике и борьбе.

Борис Павлович принимает непосредственное участие и в подготовке выдающихся спортсменов, таких, как А. Жижин, Ю. Дуганов, Ф. Богдановский и многие другие.

15 июня Борису Павловичу исполняется 60 лет. В этот день коллектив института, с которым связаны 25 лет педагогической работы юбиляра, отмечая эту дату, желает ему здоровья, дальнейших больших успехов в его многогранной деятельности.

А. ГУНБИН

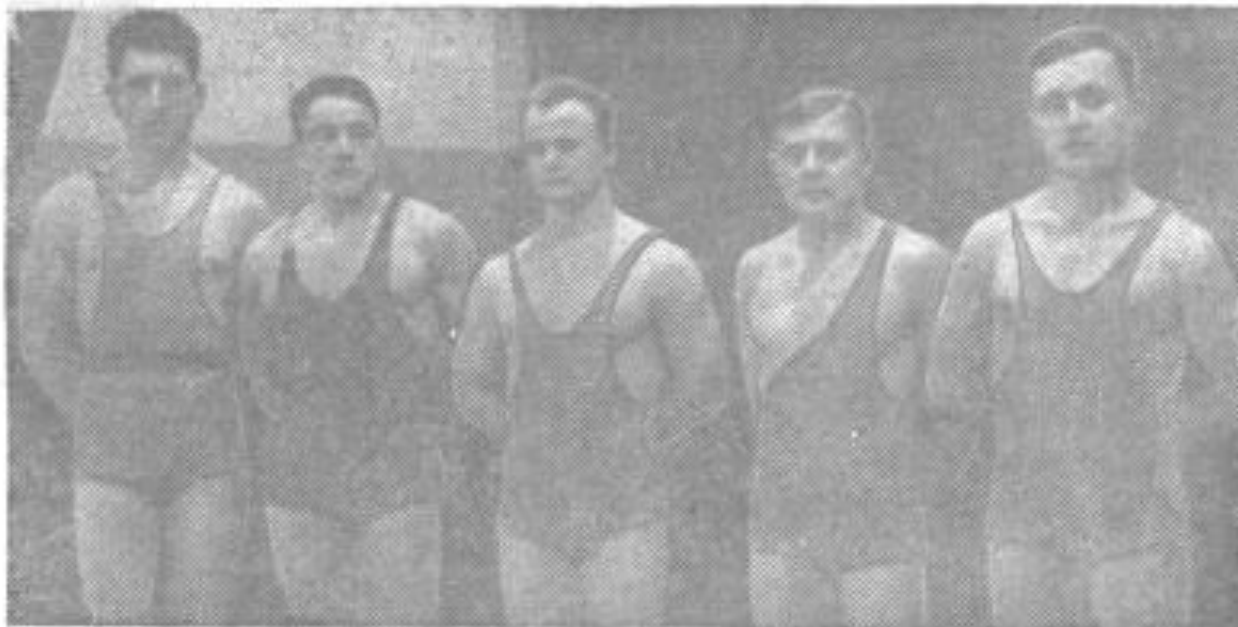
ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Суббота,  
15 февраля  
1941 г.

№ 8 (38)  
Цена 10 коп.

# ЛЕ С Г А Ф Т О В Е Ц

О Р Г А Н  
партбюро и дирекции  
Государственного  
ордена Ленина  
института  
физической культуры  
имени П. Ф. ЛЕСГАФТА



Лучшие тяжелоатлеты института (слева направо): студенты  
Буглак, Джигоев, Самоданов, Чухломин, Ткаченко.  
Фото С. Колесникова.



Выпускники кафедры тяжёлой атлетики 1940-1941 учебный год

# Информация о Б.П.Адамовиче

**Гундбин А. Наш юбиляр / За физкультурные кадры. – 1957. - №16 – 10 июня (К 60-летию со дня рождения и 40-летию спортивной и педагогической деятельности заведующего кафедрой тяжёлой атлетики Б.П.Адамовича).**

[http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files//paperlesgaft/z\\_1957\\_06\\_10\\_n16\\_72.pdf](http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files//paperlesgaft/z_1957_06_10_n16_72.pdf)

**Адамович Б. Соревнования по поднятию тяжестей / Лесгафтовец. – 1941. - №3 – 11 января.**

[http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files//paperlesgaft/lesgaftovetz\\_1941\\_01\\_11\\_n03.pdf](http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files//paperlesgaft/lesgaftovetz_1941_01_11_n03.pdf)

•1928•1932•1936•1948•1952•1956•1960•1964• 968•1972•

Д.ИВАНОВ



# ШТАНГА

на весах  
времени

600

590

512.5

500

460

452.5

410

380

372.5



Во Дворце пел арии из «Бориса Годунова» и классически рвал штангу, уходя в подсед на носочек, присаживаясь на икру впереди стоящей ноги, Константин Назаров (ныне вице-президент Международной федерации тяжелой атлетики и культуризма). Его называли «Косыка волосатый», наверно, потому, что, когда он склонял голову над штангой, черные волосы, падая на лоб, закрывали все его большое скуластое лицо.

Верховодил во Дворце, поводя горделиво начальственным оком, предельно аккуратный Николай Кошелев, автор многих рекордов, конструктор «рекордной» штанги и разных тяжелоатлетических снарядов.

Зал был гордостью Кошелева. Помосты, а их насчитывалось не меньше дюжины, стояли двумя рядами от входных дверей до возвышения, на котором покоился самый большой помост — соревновательный. Под окнами вдоль стен блестели никелем и светлой краской гири, гантели, шаровые штанги, металлические палки. И было много-много света.

Тренировки «великих ленинградцев» отличались большой артистичностью. Атлеты любили показать себя, все свои достоинства. Элегантный Петров, носивший титул рекордсмена мира, вначале прохаживался по залу, напрягая шары-бицепсы то правой руки, то левой. Потом, раскуражившись, он начинал жонглировать «двухпудовиками», перебрасываясь ими, как мячиками, со своим постоянным партнером по выступлениям в парках и домах культуры величественным Гаргантюа — Тимоном Соловьевым.

Здесь же показывал «фокусы» человек, который, казалось, попал к атлетам по недоразумению, — сухощавый Михаил Раппопорт. Сам он весил около 60 килограммов, а толкал одной рукой почти центнер. Было удивительно и непонятно, чем Раппопорт берет рекордную штангу. Когда он, костистый, подходил к снаряду, подергиваясь, то казалось, вот-вот рассыплется, но, вцепившись мертвой хваткой в гриф, атлет преображался...

Чудо, как хороши были для меня ленинградские штангисты послевоенных лет. Я готов их окрасить в самый голубой цвет, превознести до небес — они подвижники в спорте сильных, до мозга костей атлеты. Не все из них были знаменитыми. Но в этом ли дело? Я до сих пор вспоминаю Евгения Каптаровича, выступавшего в лег-

чайшем весе, и его соперника Александра Елизарова, очень разных: первый атлет — интеллигент, второй — «рабочая косточка». С восторгом и почтением относился к Петру Хрястову — патриарху ленинградской тяжелой атлетики, который, кстати, не очень-то верил в мое атлетическое будущее, говорил моему тренеру: «Зря, Федя, возишься с Ивановым. Поверь мне, мастером он никогда не станет».

Часто бывал во Дворце Борис Адамович, старший преподаватель института им. П. Ф. Лесгафта. С насмешливым прищуром голубых глаз, незаметный с виду, он подходил к тренирующемуся атлету и бросал, будто между прочим, пару слов, которые были дороже нной диссертации на степень кандидата педагогических наук. Адамович слыл повелителем штанги, хотя и не прикасался к ней, тренируя своих студентов.

Посмотревшись на именитых, я с еще большей жадностью набрасывался на штангу — жал, рвал и толкал ее каждый день — утром, в обед, вечером. Ось от кареты, которую поднимал дома, обрастала свинцовыми дисками, а я — мышцами. Соседка по квартире Сарра Матвеевна, глядя на меня, вспоминала какого-то непутевого племянника Леву и говорила мне: «Когда станешь чемпионом, я обязательно напишу в газету... Ты же герой, Дима!».

Как я был благодарен за эти слова и особенно за сочные бифштексы, которыми она, бывало, меня подкармливала. Еды мне очень не доставало, хотя все до копейки тратили на «белки и углеводы», из-за чего, по словам матери, был я босой и раздетый. Мне нужно было быть не просто сытым — я искал самый-самый белковый продукт и нашел его. Вычитал в какой-то книге, что в вяленой вобле 42 процента белков. Получив зарплату, на все деньги купил мешок воблы и ведро клюквы (услышал, что она снижает кровяное давление).

В конце концов, решил переквалифицироваться: устроиться на какое-либо пищевое предприятие грузчиком — и сытно будет, и работа сродни тяжелой атлетике — восьмичасовая тренировка. И опять-таки меня чуть было не подвели очки.

Бывалые грузчики кондитерской фабрики им. Самойловой меня приняли за интеллигента и высмеяли. Каково же было их удивление, когда «очкарик» на спор поднял