

ԱՖՐԻԿՅԱՆ ՎԱՉՈՐԴՆԵՐԻ ՖԵՆՈՄԵՆԸ

Է. Զ. Մարտիրոսյան

Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան

Առանցքային բառեր: Դիմացկունություն, աշխարհամաս, դոմինանտություն, ֆենոմեն, միջնավազք, հեռավազք, գենետիկա, ապրելակերպ:

Հետազոտության արդիականություն: Աթլետիկական վազքային դասական մրցաձևերում, հատկապես՝ միջնավազքում, հեռավազքում և մարաթոնյան վազքում ակնհայտ է «սև» մայրցամաքը ներկայացնող մարզիկների առավելությունը: Քառորդ դար է ինչ աթլետիկական համաշխարհային խոշոր ստուգատեսներում աֆրիկյան վազորդները ստեղծել են «անպարտելիության մթնոլորտ», քանի որ նվաճում են գրեթե բոլոր մեդալները:

Աֆրիկացի վազորդների ֆենոմենն իսկապես զարմացրել է սպորտային գիտությամբ զբաղվող մասնագետներին: Նախորդ դարի վերջերից աֆրիկյան աշխարհամասի վազորդների հաղթարշավը ոլորտի մասնագետներին ստիպեց ուսումնասիրել և հետազոտել աֆրիկացիների առեղծվածային հաջողության գաղտնիքը [5, 6]: Բազմաթիվ գիտական հետազոտություններում փորձեր են արվել պար-

զել, թե որն է աֆրիկյան վազորդների ֆենոմենը՝ աթլետիկական դիմացկունության մրցաձևերում: Գիտական հետազոտությունները հիմնականում ուղղված էին գենետիկական տվյալների, ապրելակերպի, աշխարհագրական և բնակլիմայական պայմանների, ինչպես նաև մարզումային գործընթացի ուսումնասիրմանը [1, 3, 4, 8]:

Հետազոտողները նշում են, որ աֆրիկացիներն ունեն բոլորովին այլ մկանային կառուցվածք, քան մյուս աշխարհամասի բնակիչները, ավելին, նրանք ունեն ավելի երկար ու բարակ ոտքեր, կարճ իրան, կրունկի երկար ոսկորներ, համեմատաբար երկար Աքիլեսյան ջիլ, ենթամաշկային ճարպի քիչ պարունակություն, ինչպես նաև թոքերի կենսական տարողության բարձր ցուցանիշ: Այս գենետիկ տվյալները միասին զգալի առավելություն են տալիս աֆրիկացի վազորդներին [1, 3, 4, 7, 8]:

Շատ գիտնականներ նշում են, որ աֆրիկացի վազորդների ֆենոմենը կապված է նաև նրանց բնակլիմայական և աշ-

խարհագրական պայմանների առանձնահատկությունների հետ: Ժամանակի մեծ մասն անցկացնելով և մարզվելով ծովի մակարդակից մոտ 2000-2500 մետր բարձրության վրա՝ վազորդներն ունենում են թոքերի կենսական տարողության բարձր ցուցանիշ, ինչպես նաև արյան մեջ հեմոգլոբինի և հեմատոկրիտի բարձր մակարդակ: Վերջինս իր հերթին հանգեցնում է աշխատող մկաններին թթվածին տեղափոխելու ունակության բարձրացմանը [2, 5, 6, 7]: Պակաս տարածված չէ այն տեսությունը, որ աֆրիկացիների հաղթանակները բացատրվում են նրանց ապրելակերպով: Գիտնականները նշում են, որ Աֆրիկա մայրցամաքի ներկայացուցիչները միայն դպրոց գնալու և առօրյա գործերն իրականացնելու համար երբեմն ստիպված են լինում հաղթահարել տասնյակ կիլոմետրեր: Ըստ այդ տեսակետի՝ տրամաբանական է, որ այդ դեպքում աթլետիկական դիմացկունության մրցածները նրանց համար մարտահրավեր կամ մարդկային հնարավորությունների փորձություն չեն [3, 6, 8]:

Մյուս հավանական տեսությունը դժվար և բարդ մարզումներն են, քանի որ աֆրիկացիների հաղթանակները չեն կարող բացատրվել միայն գենետիկ, բնակլիմայական կամ աշխարհագրական դիրքի առավելությամբ: Նրանցից շատերի համար վազքը գոյատևելու, աղքատությունից խուսափելու և հայտնի դառնալու

միակ միջոցն է: Այդ պատճառով շատ մարզվել և ազգային հավաքական ընդգրկվելը գրեթե բոլորի երազանքն է: Աֆրիկյան վազորդների մարզման գործընթացի հիմնական առանձնահատկությունները մեծ հաշվով հասանելի չեն այլ երկրների ներկայացուցիչներին: Այդ մասին առաջին անգամ բարձրաձայնվել է 2000-ական թվականների սկզբին: Ըստ որոշ տեղեկատվական աղբյուրների՝ աֆրիկյան երկրներում գործում են սպորտային ճամբարներ, որտեղ մարզվողները կատարում են մեծ ծավալի և բարձր ինտենսիվությամբ վազքային աշխատանքներ [1, 2, 3, 8]:

Բացի վերը նշված գործոններից, աֆրիկացի վազորդների մարզական հաջողության մեջ մեծ կարևորություն ունի նաև սնունդը: Նրանք իրենց կալորիաների 86%-ը ստանում են բուսական սննդից, իսկ 14%-ը՝ կենդանական սննդից, շատ են օգտագործում կաթով կամ շաքարով թեյ, հատկապես՝ մարզումներից հետո [3, 5]:

Չնայած այն հանգամանքին, որ Աֆրիկա աշխարհամասի վազորդների հաղթանակի գրավականը համարվող այս բոլոր տեսությունները բավականին համոզիչ են թվում, սակայն դրանցից ոչ մեկը դեռ պաշտոնական ճանաչում չի ստացել:

Հետազոտության նպատակն է՝ բացահայտել աֆրիկյան երկրների ուժեղագույն միջնավազորողների, հեռավազորողների և մարաթոնյան վազորողների դոմինանտությունը մյուս աշխարհամասերի վազորողների նկատմամբ:

Հետազոտության խնդիրները: 1. Ուսումնասիրել աֆրիկյան վազորողների առանձնահատկությունները դիմացկունության մրցաձևերում: 2. Ուսումնասիրել և վերլուծել աշխարհի ուժեղագույն վազորողների տոկոսային համամասնությունն ըստ աշխարհամասերի:

Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը: Հետազոտության մեթոդներն են՝ 1. մասնագիտական գրականության, տեղեկատվական աղբյուրների ուսումնասիրում և վերլուծում, 2. մաթեմատիկական վիճակագրական վերլուծություն: Վիճակագրական վերլուծության արդյունքներն ըստ աշխարհամասերի հաշվարկվել և ներկայացվել են տոկոսային հարաբերությամբ:

Ուսումնասիրվել է Համաշխարհային աթլետիկայի (World Athletics) պաշտոնական էջում [9, 10, 11, 12, 13] ներկայացված աշխարհի 2013-2022 թվականների յուրաքանչյուր տարվա 100 լավագույն մարզիկների տվյալներն ըստ աշխարհամասերի և երկրների: Ըստ մրցաձևերի՝ ուսումնասիրվել են 800 մ, 1500 մ, 5000 մ, 10 000 մ և մարաթոնյան

վազքի ընդհանուր առմամբ 10.000 մարզիկ-մարզուհիների տվյալներ:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն: Ուսումնասիրության արդյունքները ցույց են տալիս, որ տղամարդկանց 800 մ վազքում վերջին տասը տարիների 2013-22 թթ. աշխարհի 1000 լավագույն արդյունքի 34,8 տոկոսը բաժին է հասնում Աֆրիկյա աշխարհամասը ներկայացնող մարզիկներին (Տրգ. 1): Եվրոպական աշխարհամասի ներկայացուցիչները 33,6 տոկոս են: Հյուսիսային Ամերիկայի մարզիկների քանակը կազմել է 193 մարզիկ կամ 19,3 տոկոս: Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի մարզիկների քանակը 3,5 տոկոս է, ասիացիները՝ 4,7 տոկոս, իսկ Ավստրալիան և Օվկիանիան ներկայացնող մարզիկների քանակը կազմել է 4,1 տոկոս: Հետազոտության արդյունքները ցույց տվեցին նաև, որ առաջատար համարվող աֆրիկյան մայրցամաքի մարզիկների կեսից ավելին՝ 18,9 տոկոսն Արևելյան Աֆրիկյան ներկայացնող Քենիայի և Եթովպիայի մարզիկներն են:

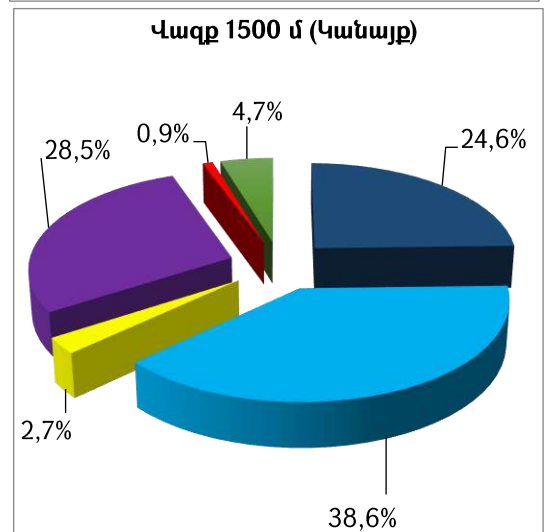
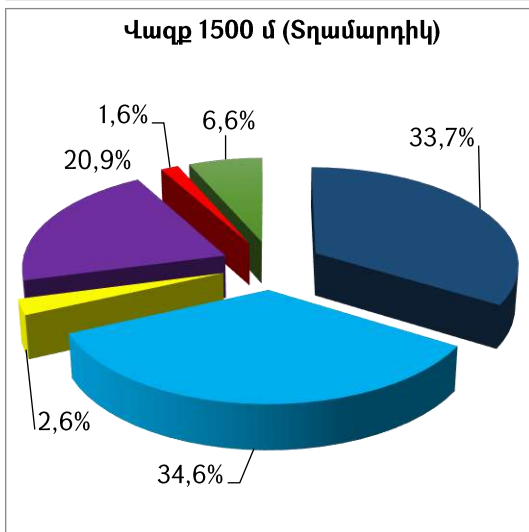
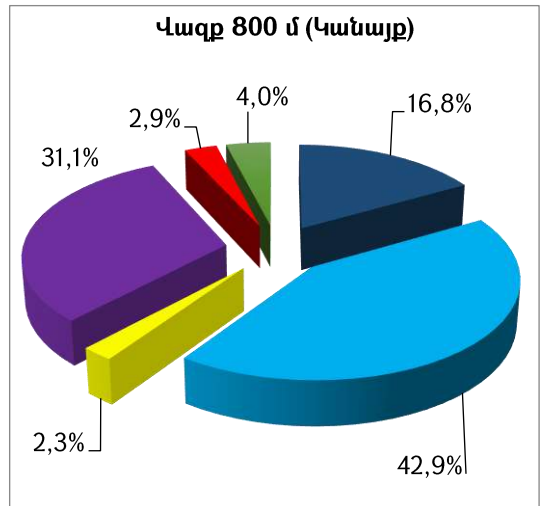
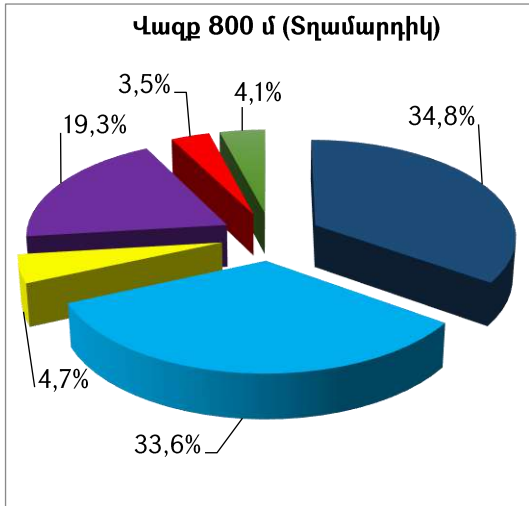
Կանանց 800 մ վազքում տասը տարիների 1000 լավագույն արդյունքների 42,9 տոկոսը բաժին է հասնում Եվրոպա աշխարհամասը ներկայացնող մարզուհիներին: Հյուսիսային Ամերիկյան ներկայացնող մարզուհիները կազմել են 31,1 տոկոս: 16,8 տոկոսը Աֆրիկյա աշխարհամասը ներկայացնող մարզուհիներն են,

որոնցից 10,3 տոկոսը քենիացիներ՝ 6,1

Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկան ներկայացնող մարզուիների քանակը՝ 2,9 տոկոս է, Ասիան՝ 2,3

տոկոս և եթովպացիներ՝ 4,2 տոկոս են:

տոկոս, Ավստրալիան և Օվկիանիան՝ 4,0 տոկոս:



Աֆրիկա ■ Եվրոպա ■ Ասիա ■ Հյուսիսային Ամերիկա ■ Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա ■ Ավստրալիա և Օվկիանիա ■

Տրամագիր 1. Միջնավազքի մրցածներում մարզիկների ընդգրկվածության տոկոսային հարաբերակցությունն ըստ աշխարհամասերի

Չնայած այն հանգամանքին, որ այս մրցաձևում Եվրոպա աշխարհամասը ներկայացնող մարզուհիների քանակը (ի հաշիվ Մեծ Բրիտանիայի և Ռուսաստանի) 26,1 տոկոսով ավել է, քան Աֆրիկա աշխարհամասինը, այնուամենայնիվ, հարկ է նշել նաև, որ Մեծ Բրիտանիայի մարզիկ-մարզուհիների գրեթե 57,8 տոկոսը սևամորթ են և ունեն աֆրիկյան ծագում [9]: Աթլետիկայի միջազգային ֆեդերացիայի պաշտոնական տվյալների համաձայն՝ տարեկան 20-25 մարզիկ Աֆրիկա աշխարհամասից ներգաղթում են տարբեր երկրներ՝ հիմնականում Եվրոպա [1, 3]:

Ինչ վերաբերում է 1500 մ վազքին, ապա ուսումնասիրված տարիների 1000 լավագույն մարզիկների 34,6 տոկոսը ներկայացնում են Եվրոպա աշխարհամասը: Աֆրիկան ներկայացնող մարզիկները, թեև քիչ, բայց զիջում են եվրոպացիներին՝ 33,7 տոկոս: Հյուսիսային Ամերիկայի ներկայացուցիչները կազմել են 20,9 տոկոսը, 6,6 տոկոսը բաժին է հասել Ավստրալիա և Օվկիանիայի, 2,6 տոկոսը՝ Ասիա աշխարհամասի և ամենաքիչ՝ 1,6 տոկոսը Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի մարզիկներին: Այս մրցաձևում Եվրոպան ներկայացնող մարզուհիների մասնակցությունը կազմում է 38,6 տոկոս, ընդգրկվածության համամասնությամբ երկրորդ տեղը՝ 28,5 տոկոսով զբաղեց-

նում են Հյուսիսային Ամերիկա աշխարհամասի մարզուհիները: Աֆրիկյան երկրների մարզուհիների քանակը այս մրցաձևում կազմել է 24,6 տոկոս, Ավստրալիա և Օվկիանիայի, Ասիայի, Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի մարզուհիների մասնակցությունը կազմել է համապատասխանաբար 4,7 տոկոս, 2,7 տոկոս և 0,9 տոկոս [10]:

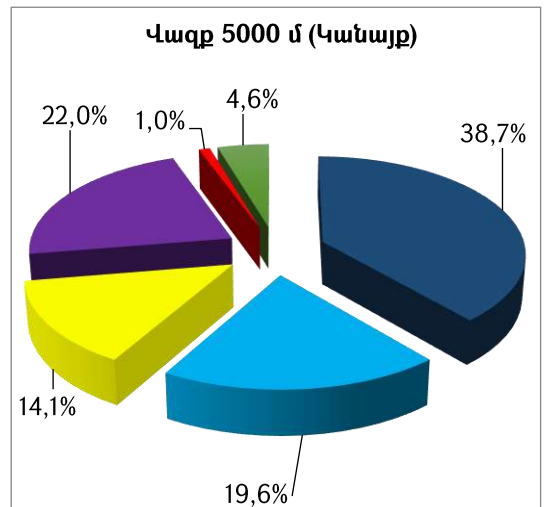
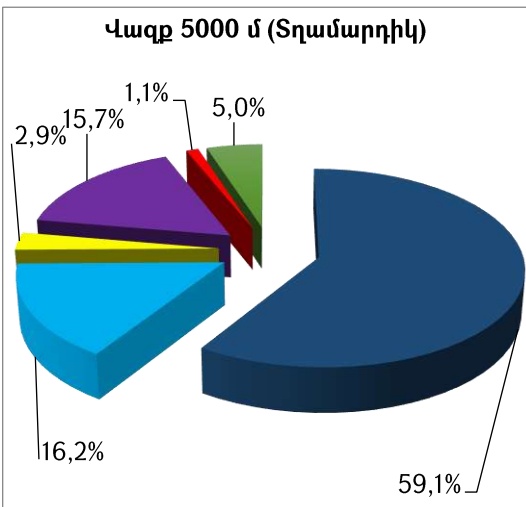
Հետաքրքիր փաստ է, որ Համաշխարհային աթլետիկայի պատմության ընթացքում տղամարդկանց 1500 մ վազքի աշխարհի 10 լավագույն արդյունքներից ութը ցույց են տվել «սև» մայրցամաքը ներկայացնող մարզիկները, աշխարհի ռեկորդները նույնպես 38 տարի է սահմանում են աֆրիկյան երկրների ներկայացուցիչները: Կանանց 1500 մ մրցատարածության լավագույն տասնյակում, որքան էլ տարօրինակ է, ընդգրկված է աֆրիկյան երկու մարզուհի, իսկ տասը լավագույն արդյունքներից հինգը պատկանում է չինուիներին:

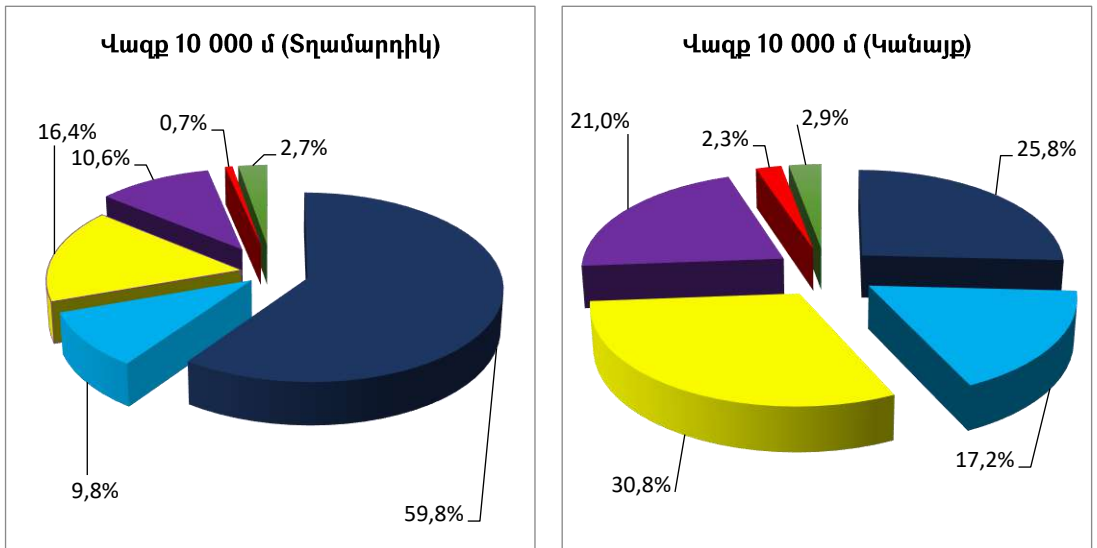
5000 մ հեռավազքում ակնհայտ է Աֆրիկա աշխարհամասի մարզիկների առավելությունն իրենց մրցակիցների նկատմամբ՝ 59,1 տոկոս: Եվրոպա և Հյուսիսային Ամերիկա աշխարհամասը ներկայացնող հեռավազորդ տղամարդկանց քանակը 3,5 անգամ զիջում է աֆրիկացիներին՝ 16,2 և 15,7 տոկոսով: Մյուս աշ-

խարհամասերը ներկայացնող մարզիկների ընդգրկվածությանը 1000 լավագույների շարքում հետևյալն է՝ Ավստրալիա և Օվկիանիա՝ 5 տոկոս, Ասիա՝ 2,9 տոկոս, Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա՝ 1,1 տոկոս (Տրգ. 2):

Ինչ վերաբերվում է այս մրցաձևում կանանց մասնակցությանը, այստեղ ևս առավելությունը «սև» աշխարհամասը ներկայացնող մարզուհիներինն է՝ 38,7 տոկոս: Հաջորդիվ հյուսիսամերիկացի մարզուհիներն են՝ 22,0 տոկոսով, որից հետո եվրոպացիները՝ 19,6 տոկոսով, ասիացիները՝ 14,1 տոկոսով, Ավստրալիայի և Օվկիանիայի մարզուհիները՝ 4,6 տոկոսով: Վեցնյակը եզրափակում են Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի մարզուհիները՝ 1,0 տոկոսով:

10000 մ վազքատարածությունում ուսումնասիրված տարիների 1000 լավագույների ցանկում, ինչպես սպասելի էր, գերակշռող դերը զբաղեցնում են աֆրիկյան վազորդները՝ 59,8 տոկոսով: Ասիան ներկայացնող մարզիկները կազմել են 16,4 տոկոս, Հյուսիսային Ամերիկան՝ 10,6 տոկոս: Որքան որ զարմանալի է եվրոպա աշխարհամասը ներկայացնող վազորդները բավականին զիջում են իրենց մրցակիցներին և 9,8 տոկոսով գտնվում են չորրորդ տեղում: Ավստրալիա և Օվկիանիա աշխարհամասի մարզիկների ընդգրկվածությունը լավագույն հազարյակում կազմել է 2,7 տոկոս, իսկ ամենաքիչ՝ 0,7 տոկոս մասնակցություն ունեցել են Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի ներկայացուցիչները (Տրգ. 2):





Աֆրիկա ■ Եվրոպա ■ Ասիա ■ Հյուսիսային Ամերիկա ■ Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա ■ Ավստրալիա և Օվկիանիա ■

Տրամագիր 2. Հեռավազքի մրցաձևերում մարզիկների ընդգրկվածության տրոհության հարաբերակցությունն ըստ աշխարհամասերի

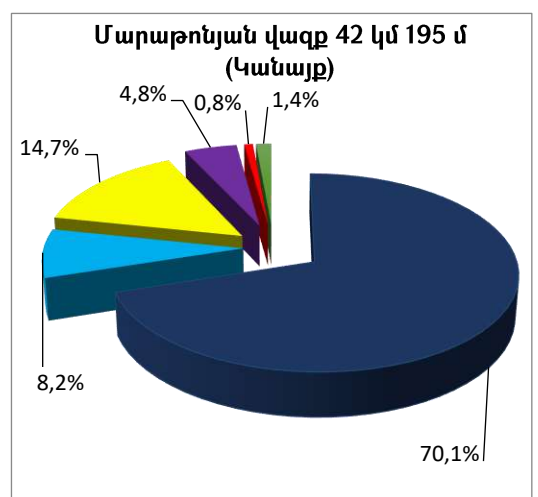
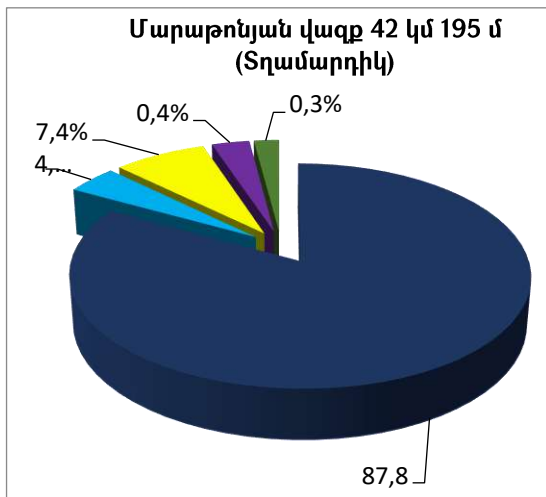
Նույն մրցաձևում ամենաշատ մասնակցություն ցուցաբերել են Ասիա աշխարհամասը ներկայացնող մարզուհիները՝ 30,8 տոկոս, որից գերակշռող մասը՝ 26,3 տոկոսը ճապոնուհիներն են: Աֆրիկացի մարզուհիները 25,8 տոկոսով, իսկ Հյուսիսային Ամերիկա աշխարհամասի մարզուհիները 21,0 տոկոսով համապատասխանաբար զբաղեցնում են երկրորդ և երրորդ տեղերը: Անսպասելի էր Եվրոպա աշխարհամասի մարզուհիների քիչ ընդգրկվածությունը՝ ընդամենը 17,2 տոկոս: Ավստրալիա և Օվկիանիայի մարզուհիները կազմել են 2,9 տոկոս, իսկ վերջին

տեղում են Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկան ներկայացնող մարզուհիները, որոնց ընդգրկվածությունը լավագույն 1000 վազորդների ցանկում կազմել է 2,3 տոկոս:

Աթլետիկական ամենաերկար, դասական վազքային մրցաձևի՝ մարաթոնյան վազքի, վերլուծությունից պարզվեց, որ Աֆրիկա աշխարհամասի մարզիկները շատ քիչ հնարավորություն են թողել մյուս աշխարհամասի ներկայացուցիչներին (Տրգ. 3): Ուսումնասիրված տարիների 1000 լավագույն մարաթոնյան վազորդների 87,8 տոկոսը կազմել են աֆրիկացի

մարզիկները, Ասիան ներկայացնող մարզիկները 7,4 տոկոսով, երկրորդ, իսկ Եվրոպայի մարզիկները՝ 4,1 տոկոսով՝ երրորդ տեղում են: Հյուսիսային Ամերիկայի վազորդները՝ 0,4 տոկոսով, իսկ Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկայի վազորդները՝ 0,3 տոկոսով, չորրորդ և հինգերորդ տեղում են: Տասը տարիների

ընթացքում Ավստրալիայի և Օվկիանիա աշխարամասը ներկայացնող ոչ մի մարզիկ չի ընդգրկվել այս կազմում: Ավստրալիա և Օվկիանիայի մարաթոնյան վազորդները վերջին տասը տարիների լավագույն հազարյակում մասնակցություն չեն ունեցել:



Աֆրիկա ■ Եվրոպա ■ Ասիա ■ Հյուսիսային Ամերիկա ■ Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա ■ Ավստրալիա և Օվկիանիա ■

Տրամագիր 3. Մարաթոնյան վազքում մարզիկների ընդգրկվածության տոկոսային հարաբերակցությունն ըստ աշխարհամասերի

Գրեթե նույն պատկերն է մարաթոնյան վազքի կանանց մրցապայքարում: Աֆրիկացի մարզուհիների սովոր խումբը կազմել է 70,1 տոկոս, Ասիայի ներկայացուցիչները՝ 14,7 տոկոս, Եվրոպացիները՝ 8,2 տոկոս, հյուսիսամերիկացիները՝ 4,8 տոկոս, Ավստրալիա և Օվկիանիայի մարզուհիները՝ 1,4 տոկոս, իսկ կենտրոնական

և հարավամերիկյան մարզուհիները՝ 0,8 տոկոս:

Հետազոտության արդյունքներից ստացված թվական տվյալները ցույց են տալիս, որ, որքան երկարում է մրցատարածությունը, այնքան ավելանում է աֆրիկյան վազորդների գերակայությունը:

Եթե միջնավազքում եվրոպացի և հյուսիս-ամերիկացի մարզիկ-մարզուիիներն ունեն որոշակի առավելություն, ապա հեռավազքի մրցաձևերում այդ հնարավորությունը գնալով նվազում է:

Հարկ է նշել նաև, որ աֆրիկյան վազորդների զգալի մասը ներկայացնում են Քենիան և Եթովպիան: Այս երկրների մարզիկները միասին ժամանակակից օլիմպիական խաղերում նվաճել են 171 մեդալ (Քենիա 113, Եթովպիա 58): Վերջին տարիներին նրանց են միացել նաև Հարավ Աֆրիկյան Հանրապետության, Ուգանդայի, Էրիթրեայի, Մարոկկոյի, Ալժիրի, մարզիկները [1, 3, 5]:

Եզրակացություն: 1. Ուսումնասիրությունները և վերլուծությունները ցույց տվեցին, որ աֆրիկյան երկրների վազորդներն ունենալով գենետիկական, բնակլիմայական, աշխարհագրական դիրքի և ապրելակերպի որոշակի առավելություններ, մարզման համեմատաբար կարճ ժամանակահատվածում դիմացկունության մրցաձևերում հասնում են մար-

զական բարձր նվաճումների: 2. Ուսումնասիրությունները ցույց տվեցին նաև, որ աֆրիկյան երկրների մարզիկների վերը նշված առավելությունները դեռևս գիտականորեն հիմնավորված և պաշտոնապես ճանաչված չեն: 3. Հետազոտության արդյունքներից պարզվեց, որ մարզիկ-մարզուիիների տոկոսային ընդգրկվածությունը դիմացկունության բոլոր մրցաձևերում՝ ըստ աշխարհամասերի ունի հետևյալ պատկերը, տղամարդիկ՝ Աֆրիկա՝ 55,16, Եվրոպա՝ 19,66, Հյուսիսային Ամերիկա՝ 13,38, Ասիա՝ 6,8, Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա՝ 1,44, Ավստրալիա և Օվկիանիա՝ 3,56 տոկոս, կանայք՝ Աֆրիկա՝ 35,2, Եվրոպա՝ 25,3, Հյուսիսային Ամերիկա՝ 21,48, Ասիա՝ 12,92, Կենտրոնական և Հարավային Ամերիկա՝ 1,58, Ավստրալիա և Օվկիանիա՝ 3,52 տոկոս: Սակայն հարկ է նշել, որ Աֆրիկա աշխարհամասի բարձր տոկոսային հարաբերությունը պայմանավորված է Արևելյան Աֆրիկայի՝ մասնավորապես Քենիայի և Եթովպիայի մարզիկ-մարզուիիների քանակով:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1 Антони Ла Торе, Франко Импеллизеро, Антонио Дотти, Енрико Анселли, // Легкоатлетический вестник ИААФ, Должны ли спортсмены европейской расы уходить в отставку под давлением африканцев в беге на средние и длинные дистанции? 2005 №4 С. 39-49

2. Джек Д., От 800 метров до марафона. Проверенные методы и программы подготовки для успеха в беге на выносливость / Джек Дэниелс; пер. с англ. Натальи

Беловой; [под ред. Ивана Нечаева]. - 3-е изд., перераб. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019. - 304 с.

3. Зеличенко В., «Легкая атлетика» // Кенийский феномен - легенды и реальность. М.: 2001, № 1-2, С. 31-33

4. Hamilton B., East African running dominance: what is behind, it? Br J Sports Med: first published as 10.1136/bjism.34.5.391 on 1 October 2000

5. Hoberman J. Darwin's athletes. How sport has damaged black america and preserved the myth of race. 1st ed. New York: Houghton Mifflin Company, 1997.

6. Hurst M. Running: Not a black and white issue. Fun Runner 1995:24-6

7. <http://surl.li/mtjhi> [մուտք 02-05. 09. 2023, 09-11. 09. 2023]

8. <http://surl.li/mtjlt> [մուտք 23-28. 08. 2023, 04-06. 09. 2023]

9. <http://surl.li/mtjfa> [մուտք` 02-08. 04. 2023]

10. <http://surl.li/mtjjp> [մուտք` 15-21. 04. 2023]

11. <http://surl.li/mtjkb> [մուտք` 01-06. 05. 2023]

12. <http://surl.li/mtjki> [մուտք` 14-23. 06. 2023]

13. <http://surl.li/mtjli> [մուտք` 03-11. 07. 2023]

THE PHENOMENON OF AFRICAN RUNNERS

E. Z. Martirosyan

Armenian State Institute of Physical Culture and Sport,
Yerevan, Armenia

ABSTRACT

Keywords: endurance, continent, dominance, phenomenon, middle-distance running, long-distance running, marathon running, genetics, lifestyle.

Research relevance: The advantage of athletes representing the "black" continent is obvious in track and field running competitions, especially in middle-distance, long-distance and marathon running. A quarter of a century has passed since African runners created an "atmosphere of invincibility" at international sports competitions.

In many scientific studies, attempts to identify the phenomenon of the results of African runners in running competitions at various distances have been made.

Research aim: The purpose of the study is to identify the dominance of the strongest middle-distance and long-distance runners and marathon runners from African countries over runners from other regions of the world.

Research methods and organization: Study and analysis of specialized literature, various sources of information, statistical analysis.

Research result analysis: The results of the research show that more than half of the world's 1000 top results in all types of endurance running over the past ten years have been achieved by athletes representing the African continent. It has been established that while European and North American athletes have a certain advantage over Africans in middle-distance running, African runners demonstrate obvious dominance in long-distance running and marathon.

Conclusion: The research results have reveal that the participation of runners of both sexes in all endurance competitions in all regions over the world has the following picture in percentages:

- a) men: Africa - 55.16, Europe - 19.66, North America - 13.38, Asia - 6.8, Central and South America - 1.44, Australia and Oceania - 3.56;
- b) Women: Africa - 35.2, Europe - 25.3, North America - 21.48, Asia - 12.92, Central and South America - 1.58, Australia and Oceania - 3.52.

ФЕНОМЕН АФРИКАНСКИХ БЕГУНОВ

Э. З. Мартиросян

*Государственный институт физической культуры
и спорта Армении, Ереван, Армения*

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова: выносливость, континент, доминантность, феномен, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, марафонский бег, генетика, образ жизни.

Актуальность исследования. Преимущество спортсменов, представляющих «черный» континент, очевидно в соревнованиях по легкоатлетическому бегу, особенно в беге на средние дистанции, длинные дистанции и марафоне. Прошло четверть века с тех пор, как африканские бегуны создали «атмосферу непобедимости» на спортивных соревнованиях международного масштаба.

Во многих научных исследованиях сделаны попытки выявить феномен результатов африканских бегунов в соревнованиях по бегу на различные дистанции.

Цель исследования - выявить доминирование сильнейших бегунов на средние и длинные дистанции, и марафонцев из стран Африки над бегунами из других регионов мира.

Задачи исследования. Изучить особенности феномена африканских бегунов в соревнованиях на выносливость и проанализировать процент сильнейших бегунов мира по континентам.

Методы и организация исследования. Изучение и анализ специальной литературы, различных источников информации, статистический анализ.

Анализ результатов исследования. Результаты исследования показывают, что более половины из 1000 лучших мировых результатов во всех видах бега на выносливость за последние десять лет достигнуты спортсменами, представляющими африканский континент. Установлено, что если европейские и североамериканские спортсмены имеют определенное преимущество перед африканцами в беге на средние дистанции, то в беге на длинные дистанции и марафоне явно выражено доминирование африканских бегунов.

Краткое заключение: В итоге проведенного исследования установлено, что участие бегунов обоого пола на всех соревнованиях на выносливость по регионам мира имеет следующую картину в процентах: а) мужчины: Африка - 55,16, Европа - 19,66, Северная Америка - 13,38, Азия - 6,8, Центральная и Южная Америка - 1,44, Австралия и Океания - 3,56; б) женщины: Африка - 35,2, Европа - 25,3, Северная Америка - 21,48, Азия - 12,92, Центральная и Южная Америка - 1,58, Австралия и Океания - 3,52.

Տեղեկություններ հեղինակի մասին

Էրիկ Ջավենի Մարտիրոսյան՝ մ.գ.թ., Ցիկլիկ մարզաձևերի ամբիոնի դոցենտ, Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան, E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am, ORSID: 0009-0002-5171-1761

Information about the author

Eric Zaven Martirosyan, Ph.D. in Pedagogy, Associate Professor of the Department of Cyclic Sports, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia, E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am, ORSID. 0009-0002-5171-1761

Հոդվածն ընդունվել է 01.12.2023-ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 03.12.2023-ին:

Գրախոս՝ մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ֆ. Ղազարյան