

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА И ОРДЕНА КРАСНОГО ЗНАМЕНИ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ имени П.Ф. ЛЕСГАФА

---

На правах рукописи

СКОБЛИКОВ Валентин Иванович

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
УСТАНОВОК НА СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ

(на примере прыжков в длину)

(13.00.04 - Теория и методика физического  
воспитания и спортивной тренировки)

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Ленинград  
1973

АКАДЕМИЯ НАУК СССР  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Работа выполнена в Государственном ордена Ленина  
■ ордена Красного Знамени институте физической культуры  
имени П.Ф.Лесгафта.

Научный руководитель — кандидат педагогических наук,  
доцент И.И.ШУСТЕР

Научный консультант — доктор психологических наук,  
профессор А.Ц.ПУНИ

Официальные оппоненты — доктор медицинских наук,  
профессор Н.В.ЗИМКИН;  
кандидат педагогических наук  
О.Н.ТРОФИЛОВ

Дополнительный отзыв дает Ленинградский научно-  
исследовательский институт физической культуры.

Автореферат разослан 28 " апрель 1973г

Защита диссертации состоится на заседании Совета  
ГДОИФК им.П.Ф.Лесгафта (Ленинград, ул.Лекабристов, 35,  
учебный корпус, аудитория 419) "31" мая 1973 года  
в 15 часов.

С диссертацией можно ознакомиться в читальном  
зале института

Ученый секретарь Совета  
кандидат педагогических наук,  
доцент Г.И.ЧЕРНЯЕВ

Работа посвящена изучению влияния различных установок на изменение спортивного результата (на примере прыжков в длину). В этой связи уточнены основные установки, рекомендуемые литературой и экспериментально определена их эффективность в учебно-тренировочном процессе и в условиях соревнований, что позволит в спортивной практике дифференцированно подойти к имеющимся рекомендациям и повысит эффективность непосредственной подготовки спортсмена-прыгуна к выполнению предстоящего упражнения.

В литературе при рассмотрении вопроса о взаимосвязи спортивного результата и содержания мыслительной деятельности последняя представляется как один из компонентов формирования состояния готовности спортсмена, в котором фокусируется отношение атлета к предстоящему действию и формируется план выполнения этого действия. (А.Ц.Пуни, 1949, 1959, 1963, 1968; Р.С.Абельская, 1955; Л.Ф.Егупов, 1955; В.М.Дьячков, 1955, 1970; Н.Г.Озолин, 1957, 1958, 1972; П.А.Рудик, 1958, 1965, 1967; Е.Г.Козлов, 1968; Ф.Генов, 1969; В.И.Скобликов, 1969, 1972, 1973 и др.).

Обобщение передовой спортивной практики по данным литературы, опроса спортсменов и тренеров позволило выявить, что в ходе непосредственной подготовки к прыжку спортсмены выполняют его мысленно. Подготовка заканчивается сосредоточением внимания, как правило, на какой-либо части целостного действия (И.П.Сергеев, 1948; С.Кузнецов, 1955; В.М.Дьячков, 1955; Д.Кеннет Логерти, 1958, Дин Кромуэлл, 1958; А.Ц.Пуни, 1959, 1961-1967; В.Б.Попов, 1962; Э.Кехрис, 1965; Д.П.Марков, Н.Г.Озолин, 1965; И.Тер-Ованесян, 1971).

Успех в соревновании прыгуны в длину чаще всего связывают с направленностью сознания на эффективное выполнение разбега или отталкивания (по характеру усилий, нарастанию скорости, амплитуде движения и т.д.). Такого рода установки вытекают из представлений о зависимости дальности прыжка от начальной скорости полёта и угла вылета тела прыгуна. (Б.П.Милевский, 1936; Н.А.Бернштейн, 1940; Д.А.Семёнов, 1951; Н.Г.Озолин, 1940, 1952, 1965, 1972 и др.). Поэтому методика тренировки в прыжках, в основном, направлена на развитие физических качеств и координационных возможностей, обеспечивающих выполнение быстрого разбега и мощного отталкивания. (Б.П.Милевский, 1936; Н.А.Бернштейн, 1940; Д.А.Семенов, 1951; Н.Г.Озолин, 1940, 1952, 1965, 1972; В.М.Дьячков, 1952, 1955, 1970; Д.Кеннет Логерти, 1958; М.Шимек, 1960; В.Б.Попов, 1962, 1963, 1966, 1968; Тер-Ованесян, 1971 и др.). Отсюда следует, что при выполнении прыжка в условиях соревнований на эффективное выполнение разбега или отталкивания должна быть направлена не только двигательная, но и сознательная активность прыгуна. (И.П.Сергеев, 1948; В.М.Дьячков, 1952, 1955; С.Кузнецов, 1955; М.Шимек, 1960; В.Б.Попов, 1962, 1966; Э.Кехрис, 1963; Т.Шелканова, 1963; О.Н.Трофимов, 1970; И.Тер-Ованесян, 1971 и др.). Таким образом как для построения обучения, так и для выбора установок в ходе соревнований определяющими являются биомеханические закономерности техники прыжка. Однако ряд авторов успешное выступление в соревновании связывают с установкой на достижение конечной цели действия, а не на эффективное выполнение какой-либо

части прыжка. (А.В.Коробков, 1957; Н.Г.Озолин, 1958; В.Креер, 1964; ).

Разноречивые представления об установках, направленных на достижение лучшего спортивного результата в прыжках в длину с разбега приводят к мысли о необходимости изучения данного вопроса, тем более, что из установки вытекает цель деятельности и конкретных действий человека и не только в спорте. Конечно, достижение того или иного спортивного результата зависит и от техники выполнения прыжка (Б.А.Милевский, 1938; Д.А.Семёнов, 1939; В.М.Дьячков, 1955; Н.Г.Озолин, 1952, 1972; В.Б.Попов, 1966; Д.Л.Донской, 1968 и др.) и от уровня развития физических качеств (А.Н.Крестовников, 1939, 1954; В.М.Дьячков, 1955, 1958; Д.В.Верхошанский, 1963; Ю.С.Еремин, 1967; В.Б.Попов, 1968; Н.Г.Озолин, Д.П.Марков, 1972 и др.) и от психической готовности к выполнению прыжка (А.Ц.Пуни, 1961, 1967, 1969; А.С.Егоров, 196 ; В.К.Петрович, 1966; А.Д.Ганюшкин, 1972 ).

Однако, при всех обстоятельствах в деятельности человека цель имеет универсальное и определяющее значение. Это вытекает из фундаментальных работ П.К.Анохина, посвящённых нейрофизиологии условного рефлекса, Н.А.Бернштейна о физиологии активности, Д.Н.Узнадзе о психологии установки и др., но главное из анализа К.Марксом процесса труда, в котором, пишет К.Маркс, "... цель... как закон определяет способ и характер его(человека-В.С.) действий и которой он должен подчинить свою волю."<sup>1)</sup> Существенно и другое поло-

1)К.Маркс и Ф.Энгельс. Сочинения. Издание второе. Гос. издат.политической литературы, М., 1960, том 23, стр.189

жение К. Маркса о том, что целесообразная воля выражается во внимании.<sup>1)</sup>

По современным же данным советской психологии внимание характеризует избирательную направленность и сосредоточенность сознания человека.

Из всего этого следует, что при разных целях деятельности, будет разная направленность сознания, разные способы и характер действия. Значит, различен, можно предположить, будет и результат.

Всё сказанное послужило основанием для определения направления исследования, основные задачи которого были сформулированы следующим образом:

1. Изучить влияние различных установок на эффективность прыжков.

2. Выяснить роль внимания в реализации прыгунами различных установок.

3. Установить влияние скоростно-силовых качеств прыгунов на эффективность прыжка при различных установках.

Для решения поставленных задач использовались: анализ литературных источников, обобщение передового опыта спортивной практики, педагогический эксперимент в естественных условиях учебно-тренировочного процесса, педагогический эксперимент на специально организованных группах, спидография, сравнительный анализ киноматериалов, динамография, линейные измерения и хронометраж, тестирование, математико-статистический анализ.

<sup>1)</sup> К. Маркс и Ф. Энгельс. Сочинения. Изд. второе, Госиздат, политической литературы, М., 1960. том 23, стр. 189

#### ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТА

Исследование проводилось на 206 спортсменах различной квалификации в течение 1969-1972 гг. и включало четыре этапа.

На первом этапе в эксперименте приняло участие четыре группы. В каждой группе в ходе обучения прыжки выполнялись с одной из установок: "на разбег", "на толчок", "на мах", "на далёкое приземление". Итоговые соревнования выявили группы, показавшие меньшие и большие изменения исходных результатов. Затем в этих группах была произведена смена установок и, в этой связи, прослежена динамика спортивных результатов в прыжках.

На втором этапе было проведено два разовых эксперимента. Было прослежено влияние изучаемых установок на результат прыжка в длину с места. В одном эксперименте участвовали три группы. Испытуемые первой группы выполняли прыжок с установкой "на толчок", второй - "на мах", третьей - "на далёкое приземление."

В другом эксперименте участвовала ещё одна группа, разделённая на три подгруппы. Испытуемые каждой подгруппы выполнили прыжок при различной последовательности изучаемых установок.

На третьем этапе эксперимент проводился в условиях учебно-тренировочных занятий со студентами Ленинградского института воённого транспорта, специализирующимися по лёгкой атлетике. Занятия проходили два раза в неделю на зимнем стадионе.

В эксперименте изучались влияние установок "на разбег", "на толчок", "на мах", "на далекое приземление" и динамики показателей, характеризующих развитие скоростно-силовых качеств испытуемых на спортивно-технический результат прыжка в длину с разбега. Изучались также интенсивность, сосредоточенность, распределение и переключение внимания в связи с указанными установками и достигаемым результатом в прыжках.

На четвертом этапе изучалось влияние смены обычной для спортсменов установки "на разбег" и "на толчок" на установку "на далекое приземление" у спортсменов высших разрядов (мастера спорта, первый разряд). В связи со сменой установки определялись также изменения некоторых параметров динамической структуры прыжка и плотность связи достигаемого результата с указанными выше характеристиками внимания.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.

На первом этапе исследования четыре экспериментальные группы по исходным результатам прыжка в длину с разбега были приблизительно равными. Об этом свидетельствуют полученные величины критерия X Ван-дер-Вардена. Как было сказано выше, в ходе обучения каждая группа совершенствовалась в выполнении прыжка при одной из изучаемых установок. На заключительных соревнованиях исходные результаты были улучшены испытуемыми всех групп. Однако величина изменения исходных результатов в прыжках в длину с разбега была различна: при установках "на разбег" - 26 см, "на толчок" - 30 см,



"на мах" - 8 см. и на "далёкое приземление" - 44 см.

Наибольший прирост исходного результата оказался в группе 4, где при установке "на далёкое приземление" 94,1% испытуемых улучшили начальный результат. В группе же которая реализовала установку "на мах" аналогичный показатель равнялся 59%, а 41% испытуемых даже не удалось достигнуть своего исходного результата.

В группах 3 (установка "на мах") и 4 (установка "на далёкое приземление") была затем произведена смена установки. Это привело к тому, что у испытуемых группы 3, ранее выполнявшей прыжки с установкой "на мах", а теперь - "на далёкое приземление", результат прыжка увеличился не на 8 см, а на 27 см, процент же испытуемых улучшивших его достиг 81,2%.

У испытуемых группы 4, ранее выполнявшей прыжок с установкой "на далёкое приземление", а теперь - "на мах", результат прыжка снизился на 38 см, количество испытуемых, имевших снижение составило 46,6%.

Из сказанного вытекает, что в условиях соревнований установка "на далёкое приземление", отражающая конечную цель действия, имеет преимущество перед установками "на разбег", "на мах", "на толчок", направленными на эффективное выполнение отдельных частей прыжка. Это позволяет думать, что если результат в прыжках и зависит от быстрого разбега и мощного отталкивания, то это совсем не значит, что в условиях соревнований следует избирать установки на выполнение этих частей действия, так как они не обеспечивают интеграции возможностей атлета, необходимой для достижения спортивного результата.

На втором этапе исследования изучался вопрос о влиянии установки на результат прыжка в длину с места. Прыжок в длину с места был избран потому, что здесь нет приводящего фактора - разбега, окорость которого различна у испытуемых и может влиять на длину прыжка.

Три группы испытуемых выполняли прыжок с установками "на толчок", "на мах", "на делёкое приземление". Лучшие результаты были достигнуты при установке "на делёкое приземление". В этом случае испытуемым удалось улучшить исходный результат на 5 см. При установках же "на толчок" и "на мах" он был ухудшен, соответственно, на 5 см и на 3 см. Сравнение конечных результатов I-2, I-3, 2-3 групп приводит к заключению о существенности различий величин, полученных при установке "на делёкое приземление."

Сравнение конечных результатов между I-2, I-3, 2-3 группами позволяет отдать предпочтение величинам, показанным при установке "на делёкое приземление", т.к. полученные значения критерия  $X = 7,39$  и  $X = 7,41$  превышают табличное значение, равное при  $X_{05} = 3,24$  и  $X_{01} = 4,07$ . Сравнение результатов при установках "на толчок" и "на мах" дало значение критерия  $X = 2,05$ , что не позволяет отдать предпочтение ни одной из них.

В дальнейшем ходе эксперимента с целью выяснения вопроса о влиянии последовательности установок на результат прыжка, три другие группы испытуемых, легкоатлетов высокой квалификации, выполняли прыжки с разным порядком использования установок. В одной он был следующим:

"на толчок", "на далёкое приземление", "на мах", во второй - "на мах", "на толчок", "на далёкое приземление" и в третьей - "на далёкое приземление", "на мах" и "на толчок."

В этих условиях испытуемыми были показаны следующие результаты: 262 см. - при установке "на толчок", 263 см. - "на мах", 272 см. - на далёкое приземление". Разница между результатами оказалась существенной только при установке "на далёкое приземление". По критерию  $X$  она равняется 9,33 по отношению к установке "на толчок" и 11,31 по отношению к установке "на мах", что значительно превышает табличное значение  $X_{05} = 5,75$  и  $X_{01} = 7,50$ .

Таким образом эксперимент показал, что и в прыжках в длину с места установка "на далёкое приземление" способствует достижению более высокого результата, нежели установка "на толчок" и "на мах".

На третьем этапе эксперимента решался вопрос о влиянии развития скоростно-силовых качеств на эффективность прыжка, выполняемого при различных установках. Для суждения о развитии этих качеств использовались контрольные упражнения в беге на 60 м., прыжке в длину с места и броске ядра через голову назад. За трёхмесячный период занятий исходные результаты в беге на 60 м. улучшились в среднем на 0,33 сек., в прыжках в длину с места на 7,5 см. и в броске ядра через голову на 79 см. При этом исходный результат в прыжках в длину с разбега повысился при установке "на разбег" в среднем - на 29 см., "на толчок" - на 22 см., "на мах" - на 22 см. и на "далёкое приземление" - на 44 см. Разница в приросте исходного результата при уста-

новке "на далёкое приземление" по сравнению с другими установками находится на высоком уровне статистической значимости:  $X=8,36$ ;  $X=9,41$ ;  $X=9,13$  при табличном значении  $X_{05}=6,50$  и  $X_{01}=8,51$ .

Таким образом были получены данные, позволяющие считать, что и при прогрессивном развитии важных для прыгунов в длину с разбега скоростно-силовых качеств фактор установки имеет существенное значение в достижении высокого спортивного результата прыжка.

Изучение влияния внимания на спортивный результат в прыжках в длину с разбега показало преимущественное значение интенсивности и сосредоточенности. В этом случае испытуемые превысили исходный результат на 59 см. и 61 см. ( $\eta_1=0,92$  и  $\eta_2=0,96$ ). Испытуемые с лучшим распределением и переключением внимания смогли прибавить к исходному результату лишь 37 см. и 35 см. ( $\eta_3=0,89$  и  $\eta_4=0,84$ ). Как в первом, так и во втором случаях эти результаты показаны при установке "на далёкое приземление."

Из сказанного вытекает, что для достижения большого спортивного результата важна не только эффективная установка, но, что не менее важно, и способность сосредоточивать внимание на её реализации.

На четвертом этапе исследования из бесед со спортсменами было определено, что при непосредственной подготовке к прыжку они выполняют его мысленно, оканчивая представление сосредоточением внимания на технике выполнения разбега или отталкивания.

В эксперименте определялась динамика спортивного результата у квалифицированных спортсменов под влиянием смены обычной для прыгуна установки ("на разбег", "на толчок") на установку "на далёкое приземление", которая по результатам проведенных экспериментов была определена как наиболее эффективная. При этом результат в прыжках в длину с разбега был улучшен с 6м.77 см. до 7м. 01 см.

В исследовании установлено, что смена одной установки на другую отражается на структуре прыжка. Так например, скорость в разбеге при установке "на далёкое приземление" на 0,11 сек. — 0,21 сек. выше, чем при установке "на разбег", "на толчок" и "на мах". Это говорит о том, что сосредоточение внимания на эффективном выполнении какой-либо части прыжка не позволяет полностью проявиться возможностям спортсмена. Сравнительный анализ киноматериалов показывает, что угол отталкивания при смене установок изменяется от 58° (установка "на мах"), до 65° ("на разбег"). При установках "на толчок" и "на далёкое приземление" угол отталкивания равен, соответственно, 63° и 61°.

Наблюдается большая вариативность в показателях суставных углов в период отталкивания и характере проявления усилий. Так, например,<sup>1)</sup> если к 0,031 сек отталкивания угол сгибания в коленном суставе составляет 150° ("Р"), 146° ("М"), 137° ("П") и 134° ("Т"), то к 0,093 сек. отталкивания этот показатель равен 148° ("Т"), 141° ("Р"), 136° ("П"), 130° ("М")

<sup>1)</sup> Здесь и в дальнейшем в целях сокращения установки будут обозначаться буквами "Р" ("на разбег"), "Т" ("на толчок"), "М" ("на мах"), "П" ("на далёкое приземление").

и к 0,127 сек  $180^{\circ}$  ("П"), ("Т");  $157^{\circ}$  ("Р") и  $149^{\circ}$  ("М"). На меньшая вариативность наблюдается и в динамике угла между бедрами, который к 0,062 сек отталкивания составляет  $40^{\circ}$  - "П",  $28^{\circ}$  - "Т",  $18^{\circ}$  - "Р" и  $11^{\circ}$  - "М". Как видим, при установке "на мах" наблюдается опаздывание с махом, что является одним из характерных моментов проявления установок на эффективное выполнение частей прыжка.

Время от окончания фазы амортизации до максимальных усилий в отталкивании при различных установках колеблется от 0,029 ("на далёкое приземление") до 0,068 ("на толчок").

По данным тензометрии определено, что усилия, развиваемые прыгуном в отталкивании при различных установках, достигают разницы в 40-50 кг.

Из сказанного вытекает, что изменение установки приводит к колебаниям спортивного результата, что является следствием проявления возможностей спортсмена, по-разному стимулируемых изучаемыми установками. При этом, если реализуются установки, отражают эффективное выполнение частей целостного упражнения (разбег, толчок, мах), то спортивный результат бывает хуже, чем при установке, отражающей конечную цель действия (приземлиться дальше от места отталкивания), и эта разница находится на высоком уровне статистической значимости. Это говорит о том, что установки на эффективное выполнение частей прыжка, которые условно можно назвать "локальными", не обеспечивают необходимой стимуляции действий спортсмена в условиях соревнований. Установка, отражающая конечную цель действия, которую условно можно назвать

"глобальной", приводит к большему спортивному результату, отличающемуся от аналогичного показателя при "локальных" установках, что указывает на её большую стимулирующую возможность в условиях соревнования. Особенно ярко это прослеживается на примере, имевшем место в одном из экспериментов. Испытуемые II-ов и II-ов в начале эксперимента пробежали 60 м. со старта, соответственно, за 7,5 сек. и 7,7 сек; прыгнули в длину с места на 258 см. и 251 см. и бросили ядро через голову на 8,2 м. и 5 м. При этом в прыжках в длину с разбега ими были показаны результаты 5 м. 01 см. и 4 м. 64 см. Перед студентами была поставлена цель в текущем учебном году (1971-1972), как минимум, выполнить норматив третьего разряда единой Всесоюзной спортивной классификации. В ходе эксперимента результаты были улучшены: в прыжках в длину с места на 26 см. и 25 см., в броске ядра через голову на 89 см. и 96 см. и в беге на 60 метров на 0,2 сек. и 0,3 сек. При этих изменениях в контрольных упражнениях спортсмены улучшили результат в прыжках в длину с разбега до, соответственно, 5 м. 75 см. и 5 м. 65 см. Оба результата показаны при установке "на далёкое приземление". При установках, направленных на эффективное выполнение частей прыжка, были показаны следующие результаты: 5 м. 58 см. и 5 м. 35 см. ("на разбег"), 5 м. 52 см. и 5 м. 41 см. ("на толчок"), 5 м. 46 см. и 5 м. 47 см. ("на мах"). Улучшение результата в прыжках явилось следствием положительных изменений, произошедших в ходе учебно-тренировочного процесса, у истоков которого была цель спортсмена.

В условиях соревнований "глобальная" установка "на далёкое приземление" также явилась лучшим стимулятором деятельности по сравнению с "локальными" установками "на разбег" , "на толчок", "на мах".

Таким образом, видим, что если в первом случае конечная цель действия побудила занимающихся к двигательной активности (учебно-тренировочный процесс), то во втором случае лучшим образом стимулировала приобретенные в ходе обучения психомоторные возможности уже в другой ситуации, в условиях соревнований по прыжкам в длину с разбега.



## ВЫВОДЫ

1. Обобщение передового опыта спортивной практики по данным литературы, бесед со спортсменами, тренерами и специально проведённого исследования позволяет разделить установки на две группы:

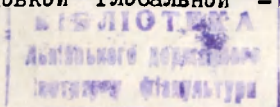
а) к первой группе относятся установки, направленные на эффективное выполнение какой-либо части прыжка (разбег, толчок, мах и т.д.). Установки этой группы условно можно назвать "локальными"; б) ко второй группе относятся установки, направленные на достижение конечной цели действия. Установки этой группы условно можно назвать "глобальными."

2. Выяснено, что наиболее эффективной для достижения лучшего результата в прыжках является "глобальная" установка "на далёкое приземление."

3. При "локальных" установках "на разбег", "на толчок" и "на мах" достигаются приблизительно одинаковые и менее высокие, чем при установке "на далёкое приземление", результаты.

4. Смена "глобальной" установки на "любую" локальную ведёт к снижению спортивно-технического результата и наоборот, "локальной" установки на "глобальную" приводит к его улучшению.

5. Результаты исследования позволяют считать, что "локальными" установками целесообразно пользоваться при овладении техникой прыжка и ее совершенствовании в процессе тренировки, при выполнении же прыжков на результат, особенно в соревнованиях, установкой "глобальной" — "на далёкое приземление."



6. Улучшение результата во многом зависит от изменений в показателях контрольных упражнений, характеризующих скоростно-силовую подготовку спортсмена.

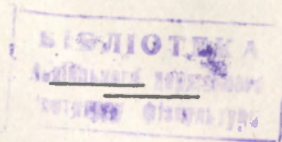
Полученные данные позволяют считать, что при прогрессивном развитии важных для прыгунов в длину с разбега скоростно-силовых качеств, фактор установки имеет существенное значение в достижении высокого, возможного для спортсмена, результата прыжка.

7. Исследование подтверждает то, что умение сосредоточивать внимание благоприятно влияет на реализацию "локальных" и "глобальной" установок, следовательно и на достигаемый результат прыжка.

Основные положения диссертации  
опубликованы в следующих работах автора:

- 5029
1. Специальные упражнения в тренировке прыгуна. Журнал "Легкая атлетика", 1962, № 12.
  2. Экспериментальное исследование влияния установки на спортивный результат. Тезисы докладов XX итоговой научной конференции профессорско-преподавательского состава СГИФК. Смоленск, 1969.
  3. Исследование эффективности различных установок в ходе соревнования по прыжкам в длину. "Научные основы физического воспитания". Изд. ЛГУ, 1972.
  4. Влияние факторов формирования установки спортсмена на величину спортивного действия. Тезисы докладов УП Всесоюзной конференции по психологии физического воспитания и спорта. Л., 1973.

Материалы диссертации доложены на: научной конференции кафедры и института в 1969 году (Смоленск), XXII научной конференции по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений Ленинграда.



Отпечатано на ротапринтере ЛИВТа

Зак. № 190 рп - 13/IV.73 тир. 200 экз. Объем - I п.л.

бесплатно