



ВАЖКА АТЛЕТІКА — вид спорту, що полягає у підніманні штанги якомога більшої ваги у спосіб, передбачений правилами змагань. Змагання відбуваються у двоборстві — ривку та поштовху. Переможців визначають і в окремих вправах, і у двоборстві. У 1998–2017 чоловіки змагалися у вагових категоріях до 56, 62, 69, 77, 85, 94, 105, понад 105 кг; жінки — до 48, 53, 58, 63, 69, 75, понад 75 кг. Нині чинними є вагові категорії: чоловіки — до 55, 61, 67, 73, 81, 89, 96, 102, 109, понад 109 кг; жінки — до 45, 49, 55, 59, 64, 71, 76, 81, 87 і понад 87 кг. Розроблено єдиний для всіх міжнародних змагань спортивний снаряд — розбірну штангу з обгумованими дисками (діаметр 45 см) та грифом (сталевим стержнем), який обертається на втулках, закріплених на його кінцях (для чоловіків довжина грифа 220 см, для жінок — 201, товщина відповідно 28 і 25 мм). Спортсмени змагаються на помості (платформа 4 × 4 м). До міжнародних змагань допускають важкоатлетів, які виконали кваліфікаційний норматив за умови проходження тестування на допінг. До 2005 рекорд в окремій вправі реєструвався, якщо перевищував попередній не менше, ніж на 500 г, у сумі двоборства — 2,5 кг; від березня 2005 реєструється, як в окремій вправі, так і у двоборстві, при збільшенні на 1 кг. Після зміни вагових категорій рекорди почали фіксувати по-новому.

Як вид спорту В. а. зародилася у 19 ст. До серед. 30-х рр. 20 ст. до В. а. уналежнювали різні види спорту силового характеру (**бокс**, боротьба, підймання ваги). Від 1946 поняття «важка атлетика» отримало сучасне тлумачення. У Парижі 1825, Брюсселі 1840, Лондоні 1849, Нью-Йорку 1868, Варшаві 1873, Відні 1880, С.-Петербурзі 1885, Мюнхені 1895 проведено перші конкурси атлетів. У багатьох країнах почали діяти атлетичні гуртки, клуби, товариства, у 60-х рр. в США, у 70-х рр. у Парижі та Брюсселі відкрито школи В. а. 1-й чемпіонат світу з підймання ваги відбувся в Лондоні 1891 (брали участь 7 атлетів із 6-ти країн), переможця визначали за кращим виконанням кожної з 8-ми вправ при підйомі двох гантелей різної ваги — від 25,4 до 50,8 кг. Чемпіоном світу тоді став Е. Леві-Лоуренс (Велика Британія). На перших 5-ти чемпіонатах світу (1891, 1898, 1899, 1903, 1904) атлети не поділялися за ваговими категоріями, лише в Берліні 1905 відбулися змагання у вагових категоріях 70, 80, понад 80 кг, переможця визначали за сумою 4-х вправ (ривок лівою та правою руками, жим і поштовх двома руками). 1-й чемпіонат Європи відбувся 1896 у Роттердамі (Нідерланди). На поч. 20 ст. припадають спроби організувати важкоатлетичний рух. Так, 1905 представники атлетичних асоціацій Німеччини, Нідерландів,

Італії та Данії задекларували в м. Дуйсбург створення Всесвітньої асоціації важкоатлетів. 1913 у Берліні Всесвітній атлетичний конгрес проголосив створення Всесвітньої асоціації важкоатлетів і затвердив 5 вагових категорій (60, 67,5, 75, 82,5, понад 82,5 кг), програму змагань, порядок реєстрації рекордів та календар змагань 1913–16, однак із поч. 1-ї світової війни асоціація розпалася. Напередодні 7-х Олімпійських ігор в Антверпені (1920) Атлетична спілка Франції ініціювала відновлення Всесвітньої асоціації атлетів (Fédération Internationale Haltérophile — FIH; від 1972 — англ. назва International Weightlifting Federation — IWF; станом на 15 липня 2005 об'єднувала 174 національні федерації).

Зважаючи на постійні зміни у вагових категоріях, умовах і програмі змагань, В. а. на Олімпійських іграх спершу була представлена як неофіційний вид спорту — 1896, 1904, 1920 і 1924. У 1925 МОК додав В. а. до програми Олімпійських ігор за умови виконання лише 3-х вправ — жиму, ривка і поштовху двома руками; 1973 кількість вправ скорочено до 2-х (вилучено жим). 1946 конгрес FIH зарахував у свої члени Секцію важкої атлетики СРСР. Від 1987 на чемпіонатах світу з В. а. також виступають жінки, від 2000 — на Олімпійських іграх. Серед найвидатніших важкоатлетів світу — триразові чемпіони Олімпійських ігор Н. Сулейман Оглу, Х. Мутлу (обидва — Туреччина), П. Дімас, А. Кахішвіліс (обидва — Греція), дворазові — **Л. Жаботинський** (Україна), В. Алексєєв, А. Воробйов (обидва — Росія), Дж. Девіс, Т. Коно, Ч. Вінчі (усі — США), Й. Міякі (Японія), В. Башановський (Польща), Л. Остін (Франція), Н. Нурікян (Болгарія), О. Курлович (Білорусь), Чжан Сюгань (Китай), Х. Реза Заде (Іран). Нині найбільш титулований — Л. Талахадзе (Грузія).

Перший в Україні атлетичний гурток створив у лютому 1895 в Києві лікар **Є. Гарнич-Гарницький**. 1899 гурток реорганізовано в Атлетичне товариство, від 1901 — Атлетичне і гімнастичне товариство (АГТ), від 1909 — Гімнастичне товариство «Сокіл». Серед відвідувачів були борець **І. Піддубний**, письменник **О. Купрін**. На поч. 20 ст. завдяки зусиллям В. Питлясинського, **М. Вільгальма**, О. Таушева, В. Данчича, А. Філіна, **І. М'ясоєдова**, М. Лукіна, І. Шабельського, **К. Павленка**, **О. Красовського**, І. Харченка у різних містах України створ. атлет. гуртки, школи, арени, товариства. Від 1908 АГТ організовувало першості Пд.-Зх. краю з В. а. та ін. видів спорту. Укр. атлети брали участь у чемпіонатах Росії, де переможцем 1901 став І. М'ясоєдов, 1903 — М. Лукін. Уперше на чемпіонаті Росії 1913 введено вагові категорії — 70, 80, понад 80 кг (у останній М. Лукін посів 2-е м.). 1912 створ. Всерос. спілку важкоатлетів (голова — Л. Чаплинський). Перший світ. рекорд із В. а. у некласич.

вправі встановив 1904 І. Піддубний, піднявши на груди штангу вагою 122,8 кг. Серед світ. рекордсменів також укр. атлети К. Павленко, [Ф. Гриненко](#), [С. Тонкопей](#). Переможцями та призерами Київської (1913) і Ризької (1914) олімпіад, першостей Південно-Західного краю, чемпіонатів Росії були О. Красовський, В. Мерний, К. Павленко, Ф. Гриненко, М. Урицький, [П. Латушкін](#), В. Єлісєєв, С. Габіх, [Г. Чикваїдзе](#), С. Тонкопей. 1921 вихованець АГТ [Є. Гордієнко](#) організував і очолив Київ. важкоатлет. лігу. 1922–29 важкоатлети України встановили 54 рекорди СРСР, 34 з яких належали Д. Ехту. 30-і рр. увійшли в літопис В. а. України як «тріумфал. десятиліття».

На розвиток В. а. в Україні позитивно вплинуло створення при Держ. інституті фізичної культури України школи тренерів з відділенням В. а. (1933) і кафедри (1934, зав. — [В. Бедункевич](#)) у Харкові. 1932 в Україні відбулися перші між-нар. змагання (з участю спортсменів Німеччини, Данії, Норвегії). Від 1936 розвиток В. а. в Україні координувала Секція В. а. УРСР. Відтоді ж чемпіонати України проводять відповідно до міжнародних правил. Луганський завод спортивного устаткування почав виготовляти важкоатлетичні снаряди. У Києві, Дніпропетровську, Луганську, Одесі та ін. містах побудовано і відкрито низку спеціалізованих спорткомплексів (зокрема Республіканський палац спорту в Києві) з приміщеннями для занять В. а. Напередодні 2-ї світової війни в Україні В. а. займалися понад 10 тис. осіб. Із 35-ти рекордів СРСР, з яких 27 перевищували світові, 17 належали укр. спортсменам. 5 рекордів [Г. Попова](#) того часу перевищували світові. 1940 збірна команда Києва (у складі — [О. Конкін](#), О. Регонян, Г. Попов, [Г. Новак](#), [Ю. Хотимський](#), [Я. Куценко](#)) на 2-й важкоатлет. спартакіаді України набрала у сумі 2062,5 кг, що перевищувало офіц. світ. рекорд, який належав команді Єгипту. У повоєнні роки важкоатлети України вийшли на міжнар. арену. Успішно виступили на чемпіонаті світу в Парижі [Я. Куценко](#) (2-е м.), [Г. Попов](#) (3-є м.), [Ю. Хотимський](#) (4-е м.). На чемпіонаті Європи 1947 у Гельсінкі [Я. Куценко](#) (понад 82,5 кг) став абсолютним чемпіоном, [О. Донської](#) (56 кг) та [Г. Попов](#) (67,5 кг) — срібними, [М. Лапутін](#) (понад 82,5 кг) — бронзовий призером. Проведення конкурсів силачів кін. 40-х — поч. 50-х рр. відкрили резерви для поширення В. а. майже в усіх регіонах України. Створено необхідну матеріал.-технічну базу, удосконалено систему підготовки та перепідготовки кадрів. Від 1959 розвиток В. а. в Україні координувала Федерація В. а. УРСР. У 50–60-х рр. укр. важкоатлети досягли знач. успіхів у СРСР, Європі, світі, на Олімпійських іграх.

Першим українським чемпіоном Олімпійських ігор став [І. Рибак](#) (67,5 кг; Мельбурн, 1956), двічі переможцем Олімпійських ігор був [Л. Жаботинський](#) (понад 90 кг; Токіо, 1964; Мехіко, 1968). Світовими рекордсменами, переможцями та призерами чемпіонатів світу, Європи, Олімпійських ігор і Всесвітніх

фестивалів молоді ставали [П. Кіршон](#), [Ф. Осипа](#), [М. Комешов](#), [П. Матюха](#), М. Меркулов, М. Рудман, брати Х. і М. Ягли-Оглу, [Є. Мокрий](#), [Ц. Веславуцький](#), [В. Беляєв](#), [В. Шишов](#), [Г. Троїцький](#), [Е. Бровко](#), [Ю. Яблоновський](#), [В. Крицишин](#), [А. Гнатов](#), [П. Король](#), [С. Рахманов](#), [Ю. Голубцов](#), [В. Устюжин](#), [В. Михайлов](#), [С. Полторацький](#), [Ю. Зайцев](#), [О. Сеньшин](#), [О. Первій](#), [А. Писаренко](#), [В. Кузниченко](#), [В. Кравчук](#), [В. Соц](#), [Б. Рижик](#), [С. Дідик](#) та ін. Серед науковців у галузі В. а. — [М. Лучкін](#), [М. Михайлюк](#), [Б. Подскоцький](#), [Л. Соколов](#), М. Лапутін, [М. Вакуленко](#), [А. Горбунов](#), [Б. Євдокимов](#), [С. Гавацко](#), [В. Паньков](#), [Є. Смаглій](#). Збірна команда України була чемпіоном СРСР 1924, 1937, 1938, 1940, 1947, 1952, 1967, 1983, 1991 (1938, 1940 — збірна Києва).

1991 Федерація важкої атлетики України (ФВАУ; перший президент [В. Драга](#), від 1994 — [А. Писаренко](#)) отримала статус національної, від 1992 — член IWF, від 1993 — Європейської (EWF). Важкоатлети України отримали право виступати окремими збірними командами на міжнародних змаганнях в усіх вікових групах (чоловіки та жінки). Серед призерів Олімпійських ігор — [Т. Таймазов](#) (100 кг, 2-е м., Барселона, 1992; 108 кг, 1-е м., Атланта, 1996), [Д. Готфрід](#) (99 кг, 3-е м., Атланта, 1996), [І. Разорьонов](#) (105 кг, 2-е м., Афіни, 2004), [Н. Скакун](#) (63 кг, 1-е м., Афіни, 2004). У 1993 на чемпіонаті Європи у Софії збірна України в команд. заліку стала бронзовий призером, [О. Блищик](#) і [Т. Таймазов](#) стали чемпіонами, [А. Насібуллін](#) і [О. Левандовський](#) здобули бронзу. Того ж року збірна України на чолі з гол. тренером [В. Кулаком](#) стала чемпіоном світу у Мельбурні, серед переможців — [Т. Таймазов](#) (108 кг, 1-е м.), [Р. Савченко](#) (76 кг, 2-е м.), [І. Разорьонов](#) (108 кг, 3-є м.). Паралельно проводився чемпіонат світу серед жінок, де [Л. Григурко](#) (понад 83 кг) завоювала бронз. медаль. 1994 збірна України на чемпіонаті Європи в м. Соколово (Чехія) також стала переможцем. Дворазовими чемпіонами світу ставали [Т. Таймазов](#) (1993, 1994), [І. Разорьонов](#) (1995, 1998) і [Д. Готфрід](#) (1999, 2002); бронзовий призером чемпіонатів світу — [О. Обухов](#) (1997), [А. Удачин](#) (2002), [О. Коробка](#) (2003). Першою чемпіонкою світу серед укр. спортсменок стала [Н. Скакун](#) (2003). Серед чемпіонів Європи — [Л. Григурко](#) (1992, 1994), [С. Рибальченко](#) (1997), [В. Руденок](#) (2000), [В. Масловська](#) (2001), [Н. Скакун](#), [О. Зінов'єва](#) (обидві — 2002), [І. Разорьонов](#) (2003), [Ю. Довгаль](#) (2005). У квітні 2004 в Києві уперше в історії розвитку важкої атлетики України EWF спільно з ФВАУ провела чемпіонат Європи серед чоловіків і жінок.

Значні здобутки у В. а. отримано завдяки співпраці спортсменів із науковцями [П. Мироненком](#), [О. Радзієвським](#), [К. Ткаченком](#), [А. Яценко](#), [В. Олешком](#), [Ю. Щербиною](#), [В. Драгою](#), [П. Кравцовим](#), [В. Западнюком](#), [Л. Лаврушенко](#), [П. Карповцем](#), [О. Пуцовим](#), [В. Шубою](#), [В. Мартінім](#), [В. Мочернюком](#) та ін. У різні роки збірні команди України з В. а. готували: [Є. Гордієнко](#), [Я. Шепелянський](#), [Ф. Кондратьєв](#), [Г. Попов](#), [Я. Куценко](#), [Г.](#)

Балашов, Я. Криницький, Ю. Айзенштадт, М. Кемель, П. Кіршон, В. Берлізов, В. Шликов, Б. Бородатов, В. Кулак, О. Довгич, О. Пуцов, М. Ратушняк (усі — Київ), Я. Раскін, В. Ільїн (обидва — Сімферополь), М. Заблоцький, А. Мельников, М. Тонян, В. Самардак, М. Калінін, В. Михайлов (усі — Луганськ), М. Світличний, Х. Ягли-Оглу, З. Архангородський, А. Шаймарданов, А. Кагал, В. Нікулін (усі — Харків), К. Калінін, М. Комешов, А. Речкіман, Б. Євдокимов, І. Васишин, В. Кононенко, О. Зімба, В. Плюта (усі — Львів), Е. Бровко, В. Нечипуренко, Г. Кривonos, О. Алексєенко, В. Сансієв, В. Устич, І. Послушной (усі — Дніпроп. обл.), П. Алаєв, В. Аксьонов, Я. Розенфельд, О. Нохрін, В. Рожко, В. Самаров, В. Руденко, В. Гулак, В. Романчук, А. Нафанець, С. Аленін, В. Шведов (усі — Донец. обл.), О. Риков, М. Мольченко (обидва — Черніг. обл.), М. Новосадюк (Рівне), М. Авраменко, О. Ткачук (обидва — Луцьк), В. Гордійчук (Здолбунів), О. Савон, Л. Котенджі (обидва — Бердянськ), М. Мацьоха, М. Мельник (обидва — Хмельн. обл.), О. Волошин, Г. Колесник, В. Кухарський, Ю. Кучинов (всі — Одес. обл.), Ю. Майстров, М. Дубов

(обидва — Запоріжжя), В. Хвуст, Л. Григурко (обидва — Івано-Франківськ), В. Федорчук (Ужгород), М. Підодвірний (Терноп. обл.), С. Сліпченко (Біла Церква) та ін.

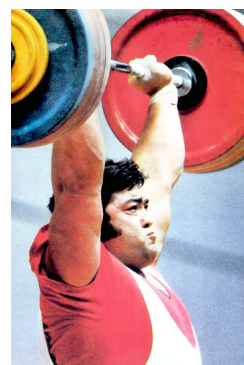
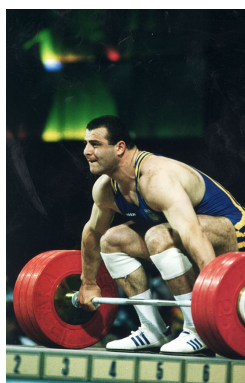
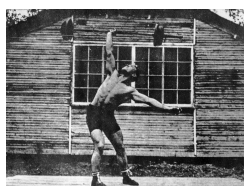
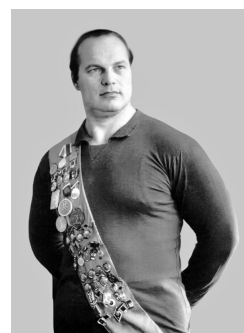
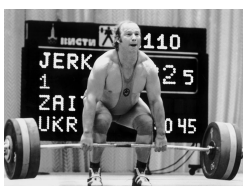
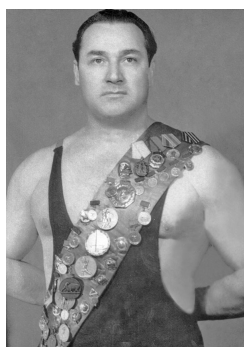
Розвитку В. а. в Україні посприяли спортивні товариства «Україна», «Колос», «Динамо», «Спартак», спортивні клуби Міністерств освіти і науки та оборони України, Луганського, Донецького, Харківського, Херсонського, Білоцерківського і Кримського училища фізичної культури та олімпійського резерву, 184 ДЮСШ і школи вищої спортивної майстерності та ін.

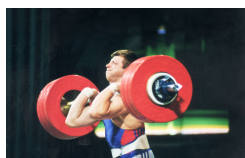
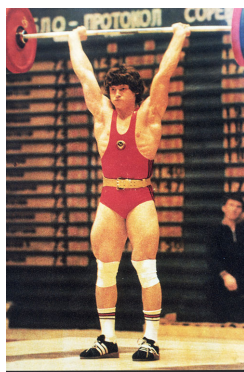
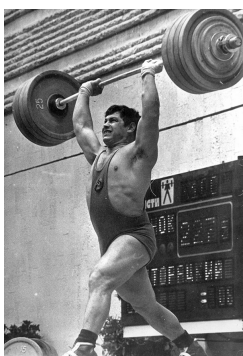
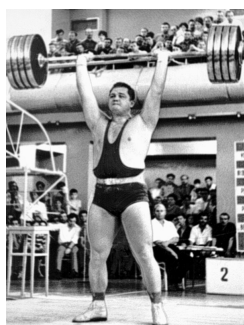
Рекомендована література

1. Драга В. В., Котко Д. Н. Богатирі України. К., 1972;
2. Драга В. В., Кравцов П. Н. Тяжелоатлеты Украины: Справоч. К., 1985;
3. Паньков В. П., Щербина Л. І. Важка атлетика: Організація та проведення змагань. К., 1994;
4. Олешко В. Г. Теорія та методика тренерської діяльності у важкій атлетиці: підручник. К., 2018.

В. В. Драга

Фотоілюстрації





Бібліографічний опис:

Важка атлетика / В. В. Драга // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. — К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2005. — Режим доступу: <https://esu.com.ua/article-32841>. – Останнє поновлення : 2018.

2001-2025 © Ця енциклопедична стаття захищена авторським правом згідно з чинним законодавством України ([докладніше](#)).