

Физическая культура

Звенья одной цепи

В противовес западно-европейской буржуазии, а заодно и реформистам, пытающимся вести свою работу в спортивно-гимнастических организациях под вывеской аполитичности, мы никогда не скрывали, что не может быть аполитичной физкультуры, так как физкультура — неразрывная часть всей нашей политической и культурно-просветительской работы.

Западно-европейская буржуазия это великолепно знает. Любого физкультурника из Советского Союза она рассматривает у себя в стране не только как спортсмена, но прежде всего, как носителя правды о СССР. Этого она больше всего боится. От буржуазии не отступят и реформистские вожди.

Мы видим ряд выпадов против советской физкультуры и физкультурников на протяжении последних лет. И это делается в прямой зависимости от общих политических обстоятельств и взаимоотношений СССР с иностранными правительствами. Достаточно малейших осложнений в этих взаимоотношениях, как за ними следует и атака на советскую физкультуру. В 1925 году когда не были допущены в Германию во время Франкфуртской олимпиады советские шахматисты, это был отпор германского правительства на приговор советского трибунала над германскими фашистами. В 1926 г. чинился целый ряд препятствий для срыва встречи наших и иностранных рабочих. В такой же степени «внимательно» относится буржуазия к физкультуре и к своим революционным спортивным организациям. Чехо-словацкое правительство еще в прошлом году чинило всяческие препятствия чешским рабочим-спортсменам из секции КСИ, тормозя их приезд на всероссийский праздник.

1928 год только начался, но он уже дал блестящие доказательства того, как в связи с общим наступлением на СССР идет и наступление на линии физкультуры.

Чехо-словацкое правительство не пустило наших лыжников на зимнюю спартакиаду.

Германское правительство не разрешило члену исполкома Шахинтерната Левману приехать в Германию на пленум исполкома.

Французское правительство запретило нашим футболистам посетить международный футбольный турнир в Париже.

До последней минуты задерживали вез наших физкультурников в Норвегию на спартакиаду в связи с тем, что там вышло в отставку рабочее правительство и у ретивых королевских дипломатов сразу же возникло предположение, что в этот момент не грех лишний раз «лягнуть» СССР.

Сейчас идет большая подготовка чехо-словацкой секции КСИ не только к своей, но и к всесоюзной спартакиаде. И правительство, при благословении нейтралитета отечественных реформистов из секции Люцернского Интернационала, предпринимает шаги к тому, чтобы, с одной стороны, как-нибудь экономически подкачать федерацию, а с другой — не пустить в СССР ее членов. И уже явно выражена тенденция чехо-словацкого правительства не пустить к себе физкультурников из СССР. Надо полагать, что наша Всесоюзная Спартакиада будет лучшей демонстрацией истинного отношения пролетарского государства к рабочим физкультурникам всех стран. Но одновременно нужно добиться, чтобы пролетарские массы энергично протестовали в своих странах против этих запретов, а также помогли сорвать плену с глаз тех пролетарских спортивных масс, которых под тем или иным ложно-революционным лозунгом отлучают от их вождей, толпающие их на содружество с отечественной буржуазией и натравливающие против коммунистов и левых с пиями революционно-настроенных рабочих-спортсменов.

Надо раз навсегда понять, что нет и не может быть аполитичной физкультуры и что любое выступление буржуазии против советских физкультурников есть одновременно выступление против первого пролетарского государства, а вместе с тем и против своих пролетариев-спортсменов.

Создадим спортивную флотилию!

СТРОЙТЕ СУДА

В настоящее время тяга к туризму проявляется необыкновенно широко. Но у нас нет возможности предоставить туристам достаточно льготных условий на ж.-д. и водном транспорте. В значительной степени нас могут здесь выручить гребнопарусные суда. Передвижение на лодках наиболее дешево и широко доступно. В то же время оно дает много культурно-просветительских возможностей и много удовольствия.

Наши естественные условия много благоприятнее западно-европейских условий, где туризм развит чрезвычайно широко. Взяв, например, Германию, где особенно развит туризм на байдарках. Там все реки текут, как по заказу, — с юга на север, — одна параллельно другой. У нас же все реки европейской части текут из одного центра — (Средне-Русской возвышенности, радиусами во все стороны, так, что действительно возможно путешествие и «из варяг в греки», и из Ленинграда в Астрахань.

В сожалении, у нас до сих пор нет большого дешевого судостроения не только прогулочных судов, но и байдарок. Поэтому еще в прошлом году стал вопрос о помощи самостоятельному судостроению.

РНО ВПСИ выпустил очень хорошую книгу Шеланига — «Сам строю лодку», в которой приведены рабочие чертежи для постройки байдарки, гребно-парусных четверок и шестерок. Помимо этого, там даны точные указания о строительстве этих судов.

Сейчас перед нашими организациями и отдельными физкультурниками

должен стать вопрос о развёртывании судостроения собственными силами. Это и не трудно, и не дорого, а с другой стороны, сплачивает вокруг такого дела хотя бы небольшие коллективы. Одновременно такое дело может с пользой послужить укреплению обороноспособности страны, ибо всякое вновь построенное суденышко, каково бы оно ни было, увеличивает число лиц, приобретающих водо-спортивные навыки, а эти навыки всегда могут пригодиться в военной обстановке. С другой стороны, гребнопарусные шлюпки могут быть использованы для агитации за военноморскую службу. Для всяких десантных операций и т. п.

Мы создаем различного рода воздушные эскадрильи, строим танковые отряды, почему бы нам не поставить вопрос о строительстве собственными силами маленьких водо-спортивных флотилий? Почему бы, например, каждому лютерскому отряду, кружку физкультуры или туристскому полкосту по байдаре? Байдарки свести в городе в маленькие отряды, пропавшие на них агитационные выступления, дающие и близкие экскурсии? Помимо всего прочего не нужно забывать и того огромного значения, которое имеет спортивное судостроение в деле воспитания. А ведь у нас ежегодно тонут тысячами, у нас нет, из-за нехватки судов, общественного дежурства в местах большого скопления пловцов.

Большим подспорьем здесь является самостоятельное судостроение.

Физкультурники и туристы, стройте сами свои суда!

А. И.

Складная байдарка

На днях прибыла в Ростов приобретенная культотделом крайсовпрофа для яхт-клуба немецкая складная парусная байдарка фирмы «Клендер».

Всего таких байдарок в СССР введено было культотделом ВПСИ пять штук. Их распределение по крупным водно-спортивным районам как образцов.

Что из себя представляет немецкая байдарка? Какую она может принести пользу в деле развития такого ценного в наших условиях байдарочного спорта?

Части корпуса байдарки сделаны из очень легкого дерева, отдельные перемычки части корпуса вставляются друг в друга или соединяются между собой. Обтянута она соответствующего качества парусиной, причем подводящая часть прорезинена плотным составом. Это, во-первых, предохраняет подводную часть от повреждений во-вторых, избавляет от ожогов на расходе на покраску, шпательную парусины, а в-третьих, абсолютно ликвидирует возможность пропускания парусиной воды. Байдарка — парусно-гребная (два паруса — грот и бизань), двухместная. Весит она около четырех пудов. В разобранном виде находится в специальных парусиновых (перепрокаемых) мешках (рукав — такой мешок) в количестве пяти штук; переносить ее, даже на большое расстояние, свободно могут два человека. Каждая деталь, каждая мелочь, не говоря уже о таких крупных вещах, как паруса, рулевое управление и т. д., привлекает внимание. Но самое главное, что такого типа байдарки у нас можно легко строить. Основное в ней — «обтяжка», но парусина может быть и не прорезинена (сейчас такой нет, а в дальнейшем Резинотрест сможет и должен сделать ее производством). Все же остальное абсолютно никакой трудности не представляет, так что каждый физкультурник-водник, желающий иметь складную байдарку, сможет сам себе ее построить. Такие байдарки в деле развития экскурсионной работы водно-спортивных организаций должны сыграть большую роль, в особенности — в наших условиях. Единственный «дефект» байдарки — ее дороговизна при получении из-за границы в связи с большой пошлиной.

Турист.



Футбол на снегу

НАША КОНСУЛЬТАЦИЯ

Вопрос. — Какая разница между английским и французским боксом?

Ответ. — В английском боксе удары наносятся только руками и не ниже пояса противника. Во французском боксе кроме ударов руками применяются и ножные удары. Французский бокс является более средством самозащиты, чем видом спорта. С точки зрения правильного развития французский бокс заслуживает большего внимания, так как здесь боксер развивается более правильно. Однако, несмотря на это, всеобщей популярностью пользуется именно английский вид бокса.

Вопрос. — В чем выражается утомление во время перетренировки?

Ответ. — Общее утомление организма, которое является результатом перетренировки, обычно выражается в разбитости, беспечности, бессоннице, раздражительности, новшеством сердцебиении. У многих перетренировки сопровождаются расстройством обмена веществ, (желудочные заболевания).

Очень легко заметить перетренивание, если во время тренировок вести запись своего веса. Утомление в перетренировке скажется неожиданным понижением веса.

Вопрос. — Что такое весовой показатель?

Ответ. — Весовой показатель это — отношение веса тела к росту. Средним весовым показателем считается, когда на 1 см. роста приходится 10—20 грамм веса. Хороший весовой показатель обычно имеет метатели и многоборцы, на втором месте можно поставить бегунов и на третьем — прыгунов. Плохой весовой показатель имеют бегуны на длинные дистанции.

Вопрос. — Какие размеры должен иметь нормальный футбольный поле?

Ответ. — Длина поля может колебаться в размерах 90—120 м., а ширина 50—90 м. Обычный размер поля 105 X 70 м. Ширина ворот — 7,3 м. и высота их 2,4 м. Штрафная площадка вокруг ворот имеет размеры 40,3 X 16,5 м. Штрафной удар производится на расстоянии 11 м. от ворот. В центре поля должен быть описан круг радиусом в 9 м. Во время матча на углах поля должны быть воткнуты флаги не короче 1,5 м.

ВЕСЕННЯЯ ОХОТА

Охота на вальдшнепа на тате никаких приспособлений не требует. Нужно только выбрать подходящее место, на опушке березового или осинового леса и с заходом солнца встать и ждать перелета птиц. Пролет вальдшнепа сопровождается характерным цоканьем и карканьем.

Охота на тетерева на току несколько сложнее. Здесь необходимо предварительная подготовка. Нужно знать место, куда слетаются тетерева для токования. Обыкновенно это бывает на больших лесных полянах, а иногда в поле на камне. Тетерева вылетают всегда топать на одно излюбленное ими место. Зная это место, охотник за несколько дней до начала охоты ставит там палаш, чтобы птица смогла привыкнуть к палашу. Палаш строится на березняке и ели. Очень полезно повесить на палаше поставить пару чучел тетерева. В палаш собираются до рассвета, до влета тетерева. Нужна полнейшая тишина. Малейший шорох уже пугает птиц.

Для стрельбы по вальдшнепу патроны снаряжаются, главным образом, дробью № 7. По тетереву следует стрелять дробью № 4 и 5.

Самая красивая охота, охота на току по глухарю.

Отправляясь на глухаря, охотник в 12 часов ночи должен уже быть на сторожевом посту в лесу: глухарь начинает токовать, когда еще не проснувшись одна лесная птичка.

Песнь его глуха, и ее нужно твердо знать. Птица ее можно не услышать, особенно если будет ветер. Ток глухаря и место его нахождения отыскивается заранее посредством так называемого «подслушивания», который делается в вечернюю пору перед заходом солнца. Токует глухарь преимущественно в основном лесу, на моховых болотах. На это место глухарь слетается с вечера, перед заходом солнца.

Песнь его глуха, и ее нужно твердо знать. Птица ее можно не услышать, особенно если будет ветер. Ток глухаря и место его нахождения отыскивается заранее посредством так называемого «подслушивания», который делается в вечернюю пору перед заходом солнца. Токует глухарь преимущественно в основном лесу, на моховых болотах. На это место глухарь слетается с вечера, перед заходом солнца.



Борьба на поясах — любимый спорт крымских татар



На байдарке по порогам

СНОВА СМЕРТЬ...

Смерть снова посетила поля физкультуры. На этот раз — во Владимире, где секретарь губотдела советского управления неосторожным выстрелом убил шестилетнюю девочку.

Метался в кошку, попал в ребенка. Это было в тире. Во время тренировки.

Итак, смерть витает над спортивными полями. И от времени до времени то там, то здесь, то в одном виде спорта, то в другом она берет свои жертвы.

Когда в прошлом году во время футбольного матча был убит украинский голкипер Дымов, то как из рота обильно посыпались обвинения на футбол, как на опаснейший вид спорта. Но мы уже тогда указывали, что дело не в футболе, а в плохой организации наших спортивных мероприятий и физкультурников.

И, действительно, разве не об этом говорят случаи во Владимире?

Разгильдяйство, полнейшее игнорирование основных правил гигиены и безопасности сыло себе прочное гнездо в наших кружках физкультуры, вошло в традицию и обходно не только физкультурников, но и их руководителей.

И поэтому мы снова поднимаем вопрос о том, чтобы виновные, прямо или косвенно, в смертных случаях на физкультурных полях, отвечали и перед уголовным судом и перед общественной ответственностью.

Быть может, не все пороки зависят от самих чемпионов.

Наши клубы превратились в больницы за свои команды. Отсюда и погоня за чемпионами — культ чемпионства.

Делают ли что-нибудь наши клубы для того, чтобы правильно использовать чемпионов?

В сожалении, наших чемпионов только обвиняют. Редкие клубы создают для них благоприятную обстановку.

Однажды я не мог выступить в соревнованиях, мне же авторитетные товарищи заявили: «Ты должен пройти все дистанции, хотя бы ты при этом умер».

А ведь кто такие чемпионы? Это — те же физкультурники, только обладающие превосходной техникой и умением экономить силы.

И вот в этом-то отношении наши клубы совсем не используют нас, чемпионов.

Приказаны и руганы чемпионы в тех организациях, которые создают чемпионство, но исправляют.

Я сам мастер и громко заявляю, что работа с молодыми, с активом — интереснейшая работа для любого чемпиона.

Наблюдать успехи своих учеников не менее увлекательно, чем переживать свои собственные победы.

Так в чем же дело?

В наших клубах зачастую работу ведут чиновники в обход штатных инструкторов.

Итак, мы всегда будем виноваты. Конечно, если только на помощь нам не придет сами кружковцы-физкультурники. Они отлично знают все болезни, связанные с созданием «культ чемпионов», они прекрасно видят, как неправильно используются чемпионы, и т. д. Клубы должны изменить свой взгляд на чемпионов, как на средство наживы.

Мы свой голос подали. Послушаем, что нам ответят клубы, физкультурники, кои нами недолюблены.

П. С.

дело не в футболе, а в плохой организации наших спортивных мероприятий и физкультурников.

И, действительно, разве не об этом говорят случаи во Владимире?

Разгильдяйство, полнейшее игнорирование основных правил гигиены и безопасности сыло себе прочное гнездо в наших кружках физкультуры, вошло в традицию и обходно не только физкультурников, но и их руководителей.

И поэтому мы снова поднимаем вопрос о том, чтобы виновные, прямо или косвенно, в смертных случаях на физкультурных полях, отвечали и перед уголовным судом и перед общественной ответственностью.

Быть может, не все пороки зависят от самих чемпионов.

Наши клубы превратились в больницы за свои команды. Отсюда и погоня за чемпионами — культ чемпионства.

Делают ли что-нибудь наши клубы для того, чтобы правильно использовать чемпионов?

В сожалении, наших чемпионов только обвиняют. Редкие клубы создают для них благоприятную обстановку.

Однажды я не мог выступить в соревнованиях, мне же авторитетные товарищи заявили: «Ты должен пройти все дистанции, хотя бы ты при этом умер».

А ведь кто такие чемпионы? Это — те же физкультурники, только обладающие превосходной техникой и умением экономить силы.

И вот в этом-то отношении наши клубы совсем не используют нас, чемпионов.

Приказаны и руганы чемпионы в тех организациях, которые создают чемпионство, но исправляют.

Я сам мастер и громко заявляю, что работа с молодыми, с активом — интереснейшая работа для любого чемпиона.

Наблюдать успехи своих учеников не менее увлекательно, чем переживать свои собственные победы.

Так в чем же дело?

В наших клубах зачастую работу ведут чиновники в обход штатных инструкторов.

Итак, мы всегда будем виноваты. Конечно, если только на помощь нам не придет сами кружковцы-физкультурники. Они отлично знают все болезни, связанные с созданием «культ чемпионов», они прекрасно видят, как неправильно используются чемпионы, и т. д. Клубы должны изменить свой взгляд на чемпионов, как на средство наживы.

Мы свой голос подали. Послушаем, что нам ответят клубы, физкультурники, кои нами недолюблены.

П. С.

ГИБЕЛЬ ИЛИ ПОБЕДА

ГОЛОС ЧЕМПИОНА.

За последнее время в спортивных отделах некоторых газет вновь запылали статьи о чемпионах. В этих статьях чемпионов ругают вырвать и встать. Иногда создается впечатление, что чемпион — это зловерная баццала, которую нужно чуть ли не убить. Правильна ли такая критика?

Быть может, не все пороки зависят от самих чемпионов.

Наши клубы превратились в больницы за свои команды. Отсюда и погоня за чемпионами — культ чемпионства.

Делают ли что-нибудь наши клубы для того, чтобы правильно использовать чемпионов?

В сожалении, наших чемпионов только обвиняют. Редкие клубы создают для них благоприятную обстановку.

Однажды я не мог выступить в соревнованиях, мне же авторитетные товарищи заявили: «Ты должен пройти все дистанции, хотя бы ты при этом умер».

А ведь кто такие чемпионы? Это — те же физкультурники, только обладающие превосходной техникой и умением экономить силы.

И вот в этом-то отношении наши клубы совсем не используют нас, чемпионов.

Приказаны и руганы чемпионы в тех организациях, которые создают чемпионство, но исправляют.

Я сам мастер и громко заявляю, что работа с молодыми, с активом — интереснейшая работа для любого чемпиона.

Наблюдать успехи своих учеников не менее увлекательно, чем переживать свои собственные победы.

Так в чем же дело?

В наших клубах зачастую работу ведут чиновники в обход штатных инструкторов.

Итак, мы всегда будем виноваты. Конечно, если только на помощь нам не придет сами кружковцы-физкультурники. Они отлично знают все болезни, связанные с созданием «культ чемпионов», они прекрасно видят, как неправильно используются чемпионы, и т. д. Клубы должны изменить свой взгляд на чемпионов, как на средство наживы.

Мы свой голос подали. Послушаем, что нам ответят клубы, физкультурники, кои нами недолюблены.

П. С.

ЯВИЛИСЬ ВЕСЕЛЫЕ ПАРНИ

Известно изречение знаменитого немецкого бегуна Пельцера, имеющего мировые рекорды:

«Чего я достигнул,—может достигнуть и великий друг».

Не менее знаменитый бегун, финн Нурми неоднократно говорил о том же самом. По мнению этих бегунов, высшие достижения (рекорды) не являются узлом только выдающихся спортивных талантов, чемпионом может быть всякий здоровый человек. Для этого, утверждают они, нужна только продолжительная, систематическая тренировка.

Итак, и Пельцер и Нурми говорят нам об одном: тренируйся,—и ты будешь здоров и знаменит.

Это положение, конечно, бесспорно, и оно не в малой мере двигает вперед все физкультурное и спортивное дело.

Но небезынтересно разорвать и другой вопрос: могут ли чемпионы терпеть поражения от лиц, не имеющих соответствующей подготовки, но обладающих феноменальными, природными способностями?

Интересные случаи в этом отношении приводит немецкий журнал «Легкая Атлетика» в № 13.

В Париже происходил бег для чемпионов на 12 км. Непобедимым считался французский чемпион Фермулен. За несколько минут до старта явился группа веселых парней, продающих время совсем некультурно, но в предместьях Парижа. Один из них обратился к судье с просьбой разрешить ему бежать в этом состязании. Публика, услышав это, начала без удержу смеяться, но судья поставил долгожданную энергию хорошо тренированного организма передался моему стальному другу. Он готов был вырваться из-под меня, но я крепко сидел на узком гоночном седле — таком удобном и жестком.

Я чувствую под собой безукоризненную работу всего механизма; колесо смазанная цепь потягивает знакомым жужжаньем; плывающий шаг в меру, попадающие под них камешки они отбрасывают с небольшим гулом.

Я крепко сжимаю руль и мчусь, мчусь как пушечная из лука стрела. Впереди появляется еле заметная точка. Это — мой ближайший противник — номер 11. Точка все больше и больше растет, уже вырисовываются контуры напряженной фигуры гонимца. Видео что одиннадцатый ста-

ГОЛОДНАЯ ГОНКА

В шестисейся гонке на 80 километров я выступал в первый раз. Тренирован я был хорошо. Утром, в день состязания, я позавтракал, но плохо. Я волновался, и «витамины» в горло шли очень плохо. О питании я как-то не думал. Мои мысли были заняты конспиративными и темными возможностями, которые мне сулила эта гонка.

На старт я явился как следует. Вытащил жребий. Достался номер 12. Значит, — первый уходил от меня на 12 минуты, ибо каждый гонщик отставался в путь через 2 минуты.

Я сильно волновался, ибо в этом состязании я выступал впервые.

Но раздались стартовый выстрел, и я как машина на педали. Волнение куда-то исчезло. В мускулы точно налился животный электрик. Варил долгожданную энергию хорошо тренированного организма передался моему стальному другу. Он готов был вырваться из-под меня, но я крепко сидел на узком гоночном седле — таком удобном и жестком.

Я чувствую под собой безукоризненную работу всего механизма; колесо смазанная цепь потягивает знакомым жужжаньем; плывающий шаг в меру, попадающие под них камешки они отбрасывают с небольшим гулом.

Я крепко сжимаю руль и мчусь, мчусь как пушечная из лука стрела. Впереди появляется еле заметная точка. Это — мой ближайший противник — номер 11. Точка все больше и больше растет, уже вырисовываются контуры напряженной фигуры гонимца. Видео что одиннадцатый ста-

рается по мере сил и возможности.

Но я иду с такой энергией, что быстро его достаю и тут же «сделаю». На секунду мелькнул его профиль и номера 11 уже не стало.

Дальше в путь. Нужно пагнать дружок, и я снова работаю. Работаю как машина. И конспиративы один за другим появляются перед мной махиной и убегают куда-то валь. Ими словно «закусываю». Но вот, наконец, попадаешь точка, которую я никак не могу увидеть. Это идет сильный противник. Приходит с особой энергией работать на подгеммах. Противник этого не учитывает, и я его «сделаю на 30-м километре».

Теперь скоро поворот. Будет пройден 40 километров и пойдет обратный путь.

Поворот я беру все еще энергично. Желание лететь вперед — огромно. А соображения о том, что гонка идет обратно к финишу, напоминают организацию новой сплай.

Так я шел первые 5 километров обратно. И вдруг как-то совсем неожиданно я почувствовал себя как-то неудобно. Все окружающее вдруг показалось мрачным. Ландшафт как-то сразу исчез из поля зрения. Мысли о конкурентах куда-то испарились. Я почувствовал, что страшно голоден, что желудок мой пуст, и что я почти бесцельно борюсь со своими соперниками. Я уже не думал о гонке, о победе. Все мое внимание, все мои желания сосредоточились на одном: как поскорее поесть, хотя бы кусок хлеба. Прелезая по деревьям, я жадно ло-

вил прохожих взглядом: не несут ли они в руках кусок хлеба. Но — увы!

А ехать вперед требовала спортивная этика, воспитанная долгими и суровыми годами спортивной борьбы. Я обессилел. Мой резвый стальной конь превратился в какую-то клучу, стал для меня тяжелее телеги. Мои ноги словно налились чужим. Они работали лишь благодаря усилиям воли.

Каждый новый километр давался мне все труднее и труднее. Я когда-то слышал о муках Тантала. Вот они. Эти муки Тантала!

И — о, позор! — меня нагоняют. Меня обходит один из задних номеров. Я пытаюсь за ним держаться, пытаюсь сесть ему «на колеса». Но безуспешно. Мои ноги едут все более и более. Я еду словно на прогулке. На каждом километре проигрываю секунд не 30 — 40.

Но я все-таки еду. До финиша надо добраться во что бы то ни стало. Осталось всего несколько километров, и конец моему испытанию. Наконец, я встречаю знакомых товарищей.

— Дайте хлеба! — кричу я им, и получаю от них кусок бутерброда, съедая его в кармане.

Я его «сделаю, как голодный волк, в чуть не давильте».

Проходит всего несколько минут, и — чудо! — силы начинают возвращаться ко мне. Голод уже забыт. Пусть мой желудок наполнился, и я получил возможность работать с прежней энергией.

Последние километры я снова пробежал, пробежал так, как никогда было для победы. Но, подло. Я слышал много потерю. Своему конкуренту я проигрываю целых 19 минут.

П. И.

