

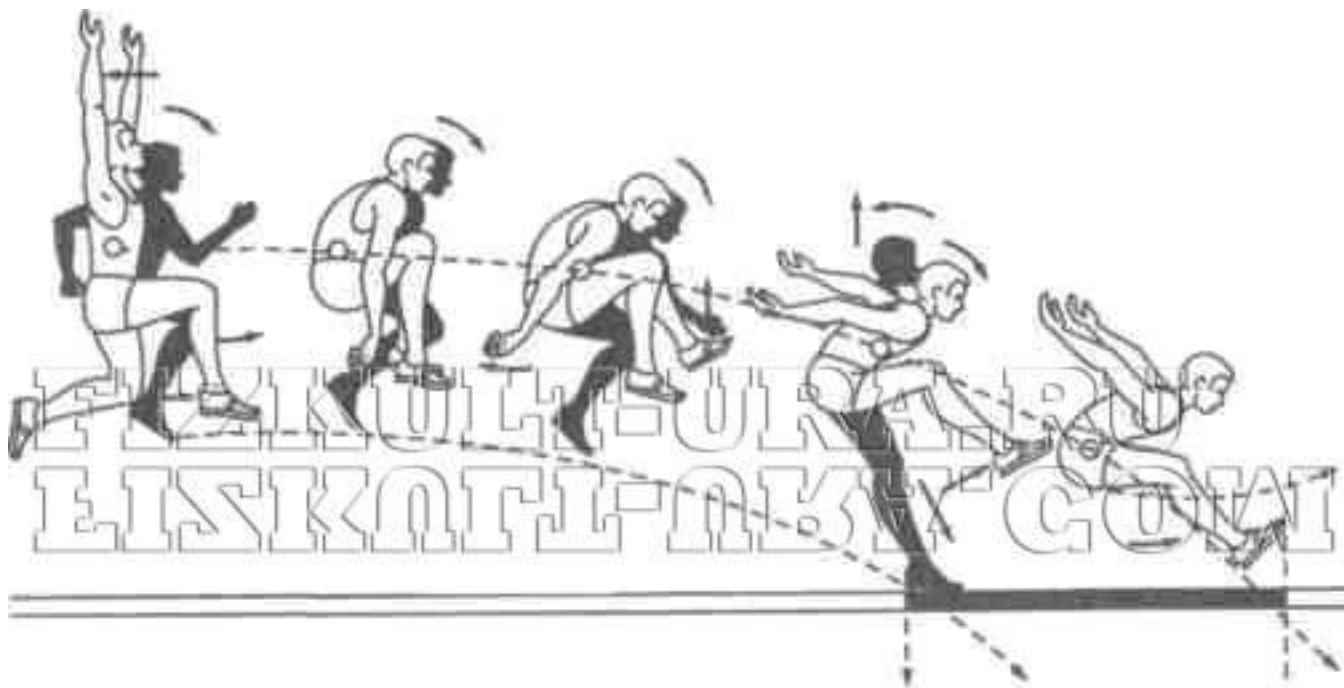
Прыжки в длину

с разбега

Что такое прыжок в длину с разбега???

- Это задача атлета — достигнуть наибольшей горизонтальной длины прыжка с разбега. Прыжки в длину проводятся в секторе для горизонтальных прыжков по общим правилам, установленным для этой разновидности технических видов. При выполнении прыжка атлеты в первой стадии совершают разбег по дорожке, затем отталкиваются одной ногой от специальной доски и прыгают в яму с песком. Дальность прыжка рассчитывается как расстояние от специальной метки на доске отталкивания до начала лунки от приземления в песке.
- Расстояние от доски отталкивания до дальнего края ямы для приземления должно быть не менее 10 м. Сама линия отталкивания должна быть расположена на расстоянии до 5 м от ближнего края ямы для приземления.

Схема прыжка в длину.



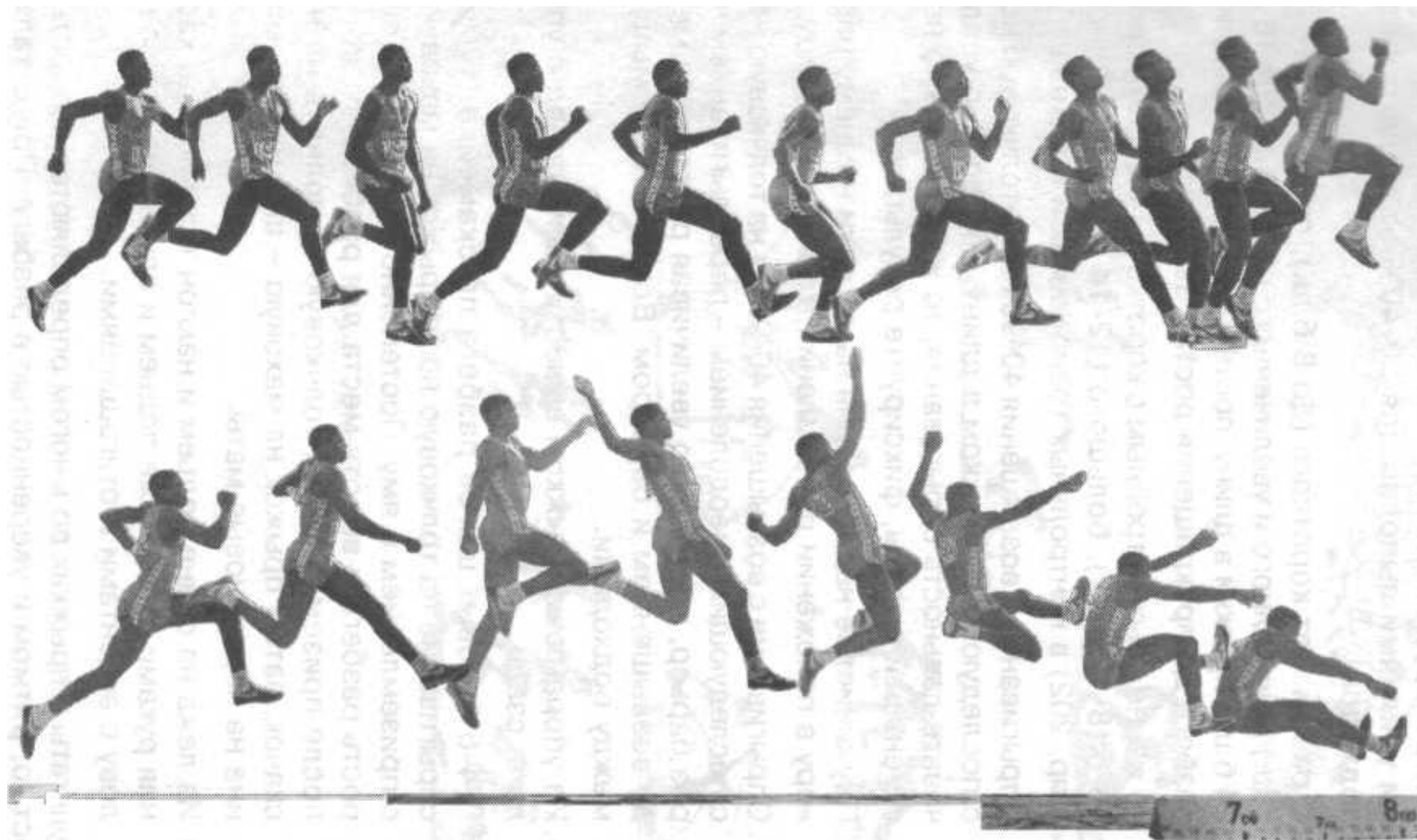
- Вращение с предварительным приземлением
- Правильное приземление

Приземление в прыжках в длину с разбега

Прыжок в длину был распространённой дисциплиной античных олимпийских игр. По дошедшим свидетельствам техника прыжка принципиально отличалась от современной. При прыжке атлеты держали в руках специальный груз напоминающий гантели, который перед приземлением отбрасывали назад. Вероятно, считалось, что таким образом они увеличивают длину прыжка.

По имеющимся данным древнегреческий атлет Хионис на Играх прошедших в 656 году до н. э. достиг результата 7,05 м. Есть также сведения о том что некоторые атлеты достигали результатов свыше 15 метров, но исследователи считают что речь идёт о тройном прыжке.

Ещё одна схема прыжка в длину с разбега



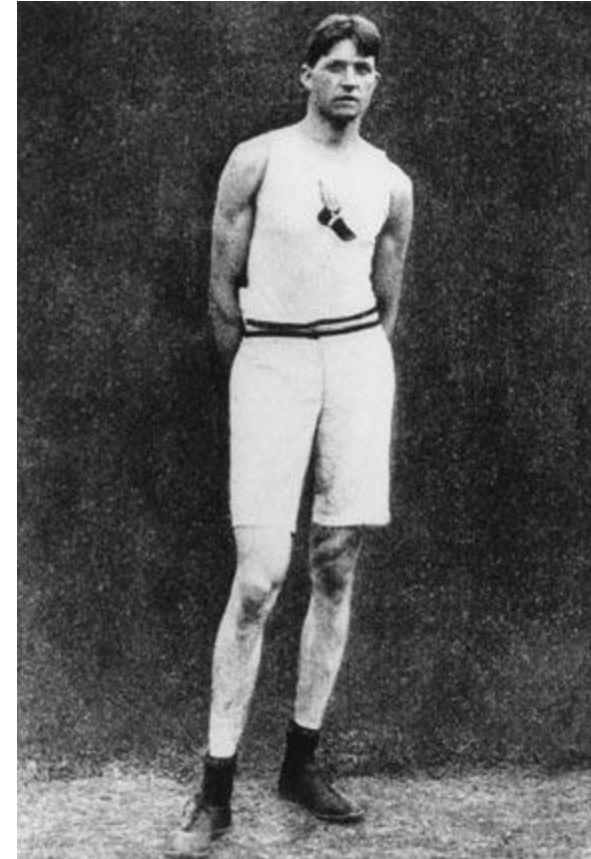
рекорды спортсменов
прыжки в высоту

Первый рекордсмен мира

Первым советским рекордсменом мира по прыжкам в высоту стал ленинградец Юрий Степанов, который в 1957 году взял высоту 2 метра 16 см перекидным стилем. Потом была эпоха Валерия Брумеля, и он, усовершенствовав перекидной стиль до последней возможности, установил шесть официальных мировых рекордов, доведя высший результат до 2 метров 28 см в июле 1963 года. Этот прыжок был совершен буквально по заказу Никиты Хрущева на матче СССР-США в Москве. Но вскоре после этого "космический прыгун" Брумель сломал маховую ногу в аварии на мотоцикле и выбыл из мировой обоймы.

Рэй Юри

- Рей Юри - самый знатный олимпиец, если учесть его достижения в прыжках в высоту, длину и тройным с места. Он выиграл десять золотых медалей на четырех Олимпиадах - с 1900 года по 1908-й (в 1906 году были внеочередные Игры).
- С разбега в те времена прыгали не очень много - от 181 см в 1896 году до 190 см в 1908-м. Все это преодолевалось опять же перешагиванием. Наконец, американец Джордж Хорайн догадался переходить планку лежа к ней боком и поджав толчковую ногу. Этот стиль позволил впервые преодолеть 2 метра и получил название по имени автора - хорайн или хорейн, а в Советском Союзе, боровшемся позже с космополитизмом, - боковой перекат или просто перекат.



Создавали презентацию:

Букрина К. Притчина Е.
Леонова Н.

5-В

Конец.