

# ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ: ИСТОРИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Подготовил:  
Студент группы ТП13-16  
Смирнов Виталий

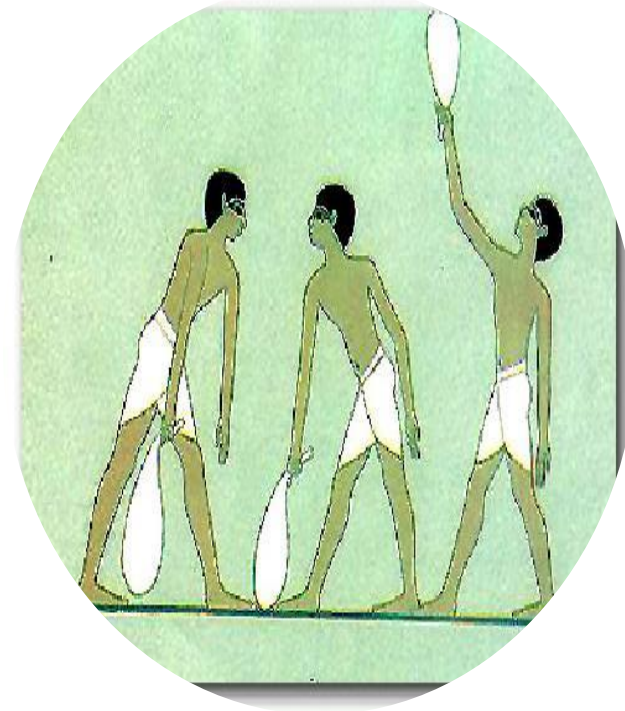
Лёгкая атлетика — совокупность видов спорта, включающая бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности).

Атлетика - происходит от др. -греч. ἄθλητής «борец, атлет» из ἄθλος «труд, напряжение, борьба, состязание».

# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Легкая атлетика один из древнейших видов спорта. 2800 лет – вот возраст легкой атлетики (если брать во внимание I Олимпийские игры 776г.до н.э.).

За несколько веков до нашей эры народы Азии и Африки устраивали состязания в беге, прыжках, метаниях, но особенно широкое распространение это получило в Древней Греции. Здесь были созданы специальные школы-гимназии, в которых юноши занимались физическими упражнениями, развивали силу, быстроту, ловкость, выносливость.



## БЕГ НА 2 СТАДИИ И 24 СТАДИИ

- ⦿ Начиная с 724г. до н.э. в программу игр был включен бег на две стадии – "диаулос" (384,54м), когда атлет пробежал дорожку стадиона в одну сторону, а потом в обратную (принцип челнока, бегуны касались столбика рукой и отправлялись в обратный путь, за фальстарт и иные прегрешения пороли розгами.
- ⦿ В 720г.до н.э. был включен длинный бег – "долихос", до 24 стадий (примерно 4,7км). На финише устанавливались каменные столбики, которых необходимо было коснуться рукой. Стартовыми колодками служили каменные или мраморные упоры.

# ЭСТАФЕТНЫЙ БЕГ

- У греков популярен был "лампадериомас", эстафетный бег с факелами. Участвовали команды по 40 человек каждая. Необходимо было бежать быстро, но и не дать погаснуть факелу. Если факел гас - команду дисквалифицировали.



# РАЗВИТИЕ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ В МИРЕ

- В 1865г. был основан Лондонский атлетический клуб, который проводит первые первенства страны по легкой атлетике.
- В 1880г. в Англии была основана любительская легкоатлетическая ассоциация, получившая права высшего органа по легкой атлетике в пределах Британской империи, а также в ее колониях.
- В США первый атлетический клуб появился в 1868г. в Нью-Йорке. Но, пожалуй, центрами развития легкой атлетики в Америке в те годы становятся университеты.
- В восьмидесятые-девяностые годы прошлого века легкая атлетика, как самостоятельный вид спорта начинает культивироваться почти во всех странах Европы.

# СОВРЕМЕННАЯ ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

**Рождение современной легкой атлетики относят к концу 18 – началу 19 веков на британских островах. Бег проходил на больших дорогах между городами или на ипподромах.**

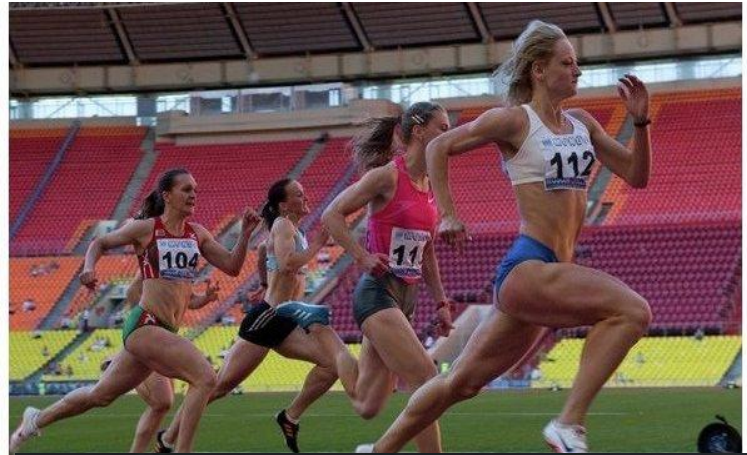
**В 1837г. В Англии состоялись первые соревнования по бегу на дистанцию около 2км. Участниками этого соревнования были учащиеся колледжа г. Регби. Вскоре и в колледжах Итона, Оксфорда, Кембриджа, Лондона также организуются спортивные соревнования.**

**Новый этап начался с проведения ежегодных соревнований между университетами Оксфорда и Кембриджа.**



# ВИДЫ ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКИ:

- Ходьба
- Бег
- Прыжки
- Метания
- Многоборья



# СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА

- Данная дисциплина отличается от бега, тем что в ней чтобы добиться победы надо не просто показать самый быстрый результат на дистанции, но здесь очень важно соблюдение техники ходьбы. Не разрешается терять. На очередном шаге нога спортсмена должна быть выпрямлена в колене. За нарушения правил спортсмена могут дисквалифицировать.

# БЕГ

- Бег на средние дистанции. Является одним из самых динамичных соревнований легкой атлетики, полным неожиданностей, которые связаны не только со скоростью спортсменов, но ещё более важным фактором этого состязания является тактика выбранная бегунами. В эту группу бега включены дистанции 800, 1000, 1500, 1609 и 2000 м. Все они включены в программу международных соревнований.



# ПРЫЖКИ

- Прыжки подразделяются на вертикальные (прыжок в высоту и прыжок с шестом) и горизонтальные (прыжок в длину и тройной прыжок).
- Прыжок с шестом -- дисциплина, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы. Требует от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств, координации движений.



# МЕТАНИЯ

- Толкание ядра заключается в «толкании» (бросании толкающим движением руки) специального спортивного снаряда — ядра на дальность.
- Метание диска — дисциплина, заключающаяся в метании специального спортивного снаряда — диска, на
- Метание копья — одна из легкоатлетических дисциплин. Заключается в метании копья на расстояние.





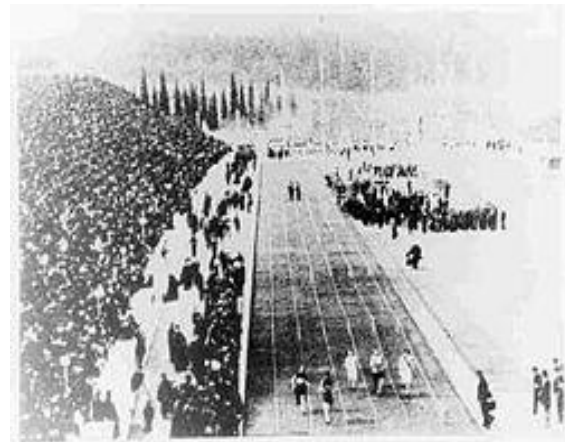
# МНОГОБОРЬЕ



Легкоатлетические многоборья включают много видов легкой атлетики. Классическое мужское десятиборье – это бег на 100, 400, 1500 м, 110 м с барьерами, прыжки в высоту, с шестом, в длину, метание копья, диска, толкание ядра. Классическое женское семиборье – это бег 100 м с барьерами, 200 м, 800 м, прыжки в длину и в

# I ОЛИМПИАДА

- Возрождение в 1896г. Олимпийских игр современности оказало большое влияние на развитие легкой атлетики. В программу Игр I Олимпиады в Афинах (1896г.) были включены 12 видов легкоатлетических соревнований:
- Бег 100м, 400м, 800м, 1500м, 110м с барьерами, Марафон;
- Прыжки в высоту, в длину, с шестом, тройной прыжок;
- Толкание ядра; Метание диска.



# СОЗДАНИЕ МЕЖДУНАРОДНОЙ ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



**1912г. – создание Международной Любительской Легкоатлетической Федерации (ИААФ) – орган руководящий развитием легкой атлетики и проводящим международные соревнования.**

**На сегодняшний день ИААФ переименована в Международную Ассоциацию Легкоатлетических Федераций. ИААФ состоит из совета и комитетов: технический, медицинский, спортивной ходьбы, женский, кроссов.**



- С 1946 сов. легкоатлеты участвуют в чемпионатах Европы (проводятся с 1934 в чётные годы между Олимпийскими играми), с 1952 – в Олимпийских играх.
- В 1968 основана Европейская ассоциация легкой атлетики – ЕАА, объединяющая 35 национальных федераций

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ