

Прыжок в длину



Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 96813284

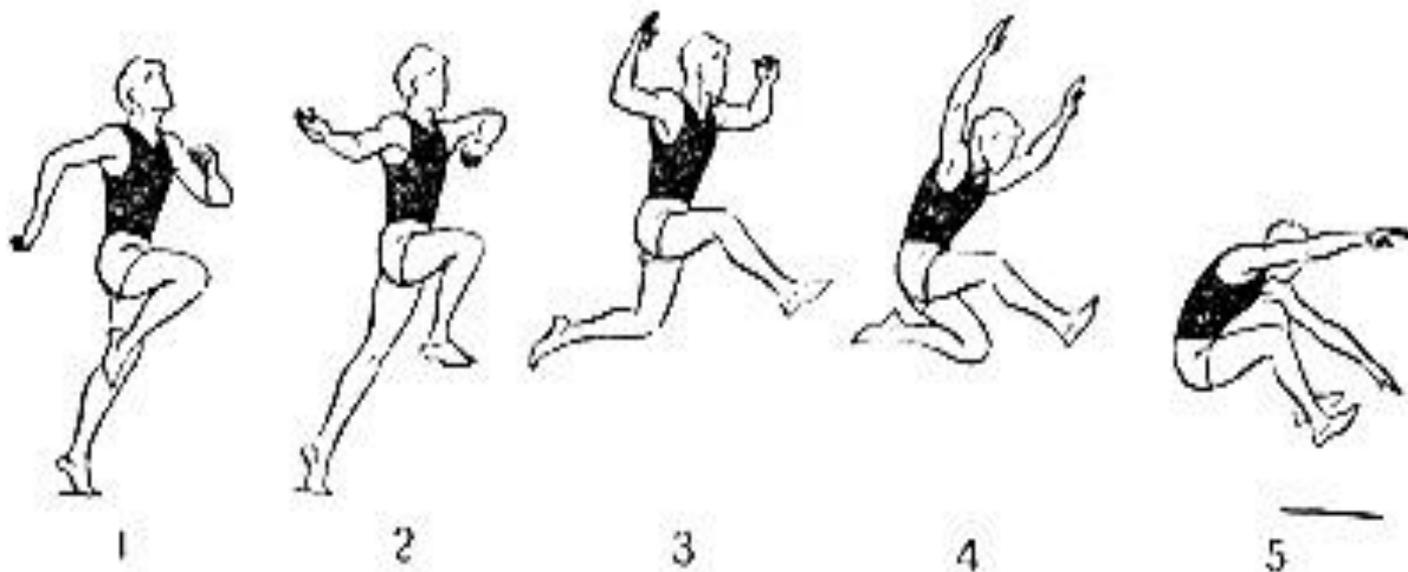
© Artinspiring | Dreamstime.com

Прыжок в длину

* Прыжок в длину — дисциплина технических видов легкоатлетической программы, относящаяся к горизонтальным прыжкам. Прыжок в длину требует от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств.



Прыжок в длину входил в соревновательную программу античных Олимпийских игр. Является современной олимпийской дисциплиной лёгкой атлетики для мужчин с 1896 года и для женщин с 1948 года. Входит в состав легкоатлетических многоборий.



Задача атлета — достигнуть наибольшей горизонтальной
длины прыжка с разбега



- * 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. Попадание на доску отталкивания

* Прыжок состоит из четырёх фаз:
разбега, отталкивания, полёта и приземления





Прыжок в длину на марке СССР, посвящённой Олимпиаде-80