



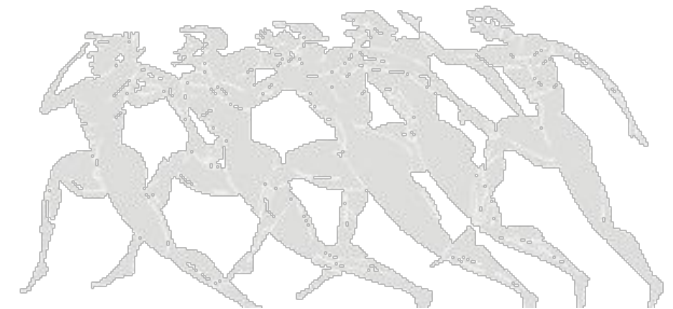
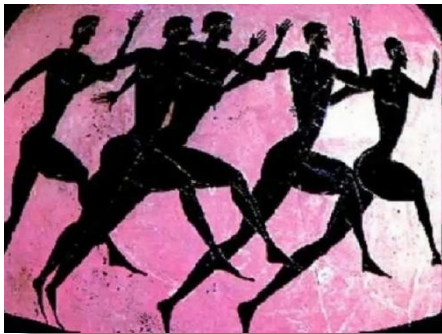
История развития легкой атлетики



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 один стадий

I Олимпийские игры (ОИ) состоялись в 776г.до н.э., однако уровень и масштабы данных игр дают основание считать, что они были далеко не первыми. Программа ОИ систематически усложнялась. Так, сначала единственным видом состязаний был короткий бег – "дромос", и был равен длине стадиона, или одному стадию (192,27м).

В период с VI до II в. до н. э. в Олимпийских играх могли участвовать только свободнорожденные греки. Рабы и люди негреческого происхождения, а также женщины и Игры не

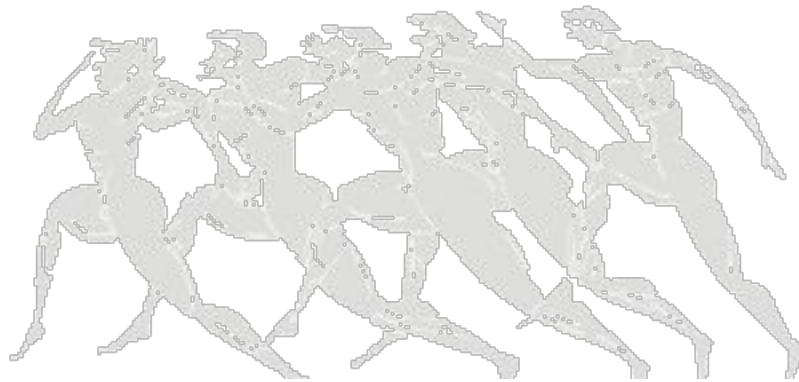


Бег на 2 стадии и 24 стадии

- Начиная с 724г. до н.э. в программу игр был включен бег на две стадии – "диауλος" (384,54м), когда атлет пробегал 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.

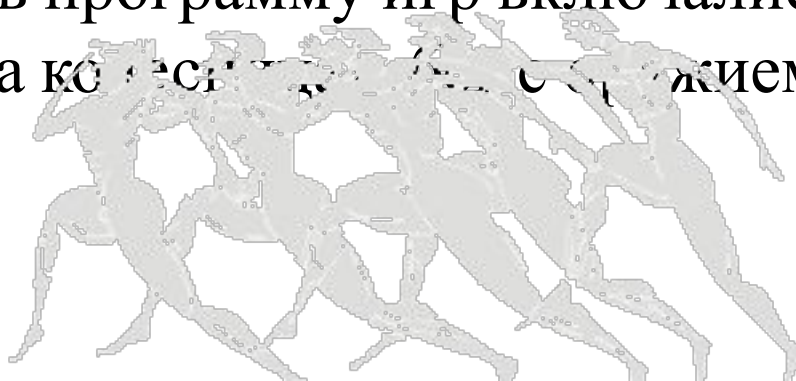
Эстафетный бег

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



Пентатлон

- В 708г.до н.э. проводились состязания по многоборью – "пентатлон" в состав которого входили следующие виды: бег на стадий, прыжки в длину, метание диска, метание копья, борьба ("панкратион"). Римляне заменили прыжки и метания плаванием и конными состязаниями. В последствии в программу игр включались кулачные бои, скачки на колеснице и борьба с быком.



Соревнования в метании диска

- В Греческой мифологии изобретение метания диска приписывается к Персу, сыну Данан, и Аполлону. Большим мастером в этом виде в Древней Греции считался Фаллос (25м, вес снаряда неизвестен).

Их охотно изображали и скульпторы.



Участие женщин в соревнованиях

В Римской мозаике показано, что не только мужчины но и женщины принимали участия в соревнованиях девушек-атлетов в беге, прыжках в длину (также с гантелями в руках), девушку с диском в руках. Интересно, что их костюмы для состязания выглядят как современные женские купальные костюмы.



Прыжок в длину

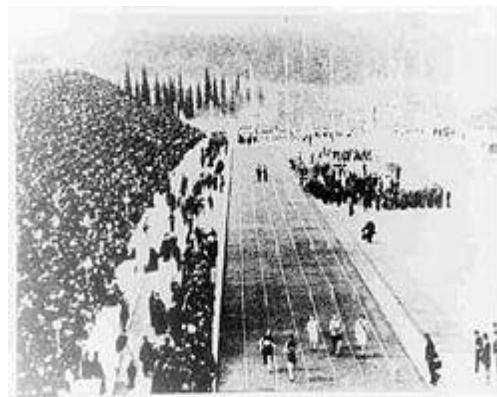
Есть в коллекции ваза с изображением атлета, прыгающего в длину. Любопытно, что в руках он держит что-то вроде современных гантелей. Во время прыжка в длину древнегреческий атлет держал в руках гантели (1,5–4,5 кг), а ритм разбегу давал игрок на флейте. Первым победителем стал Эхион с результатом 52 ступни (16,66м) из трех прыжков. Если у приземлившегося атлета одна нога оказывалась дальше другой, прыжок не засчитывался



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.



Развития легкой атлетике 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.**

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.

Легкая атлетика в дореволюционной России

- 1888г. – появление "Кружка любителей спорта" в местечке Тярлове под Петербургом. Затем "Санкт-Петербургское общество любителей спорта", позже "Санкт-Петербургский кружок любителей спорта". Инициатором был банковский служащий Петр Павлович Москвин (в 1945г. ему присвоено звание Заслуженный Мастер Спорта в знак признания его заслуг в развитии легкой атлетики).
- В Санкт-Петербурге проводится:
- в 1889 год – первые официальные соревнования – «Приз открытия»;
- 1892 год – первые в России соревнования по спортивной ходьбе;
- 1895 год – первые соревнования в России в закрытом помещении в Михайловском манеже, впоследствии Зимнем стадионе;
- 1899 год – первые в России соревнования с участием женщин (бег на полторы версты).

Этапы развития легкой атлетики в России до революции

- В 1908г. кружок «Любителей спорта» строит первую в России гравевую дорожку.
- В 1911г. был создан Всероссийский союз любителей легкой атлетики.
- В 1912г. 47 легкоатлетов России впервые приняли участие в олимпийских играх в Стокгольме. К сожалению, это первое выступление было неудачным, легкоатлеты нашей команды не заняли ни одного призового места.
- В 1913г. в Киеве состоялась I Всероссийская олимпиада, на ней впервые разыгрывался марафонский бег и женское первенство по легкой атлетике.
- Вторая Всероссийская олимпиада состоялась в 1914г. в Риге. Героем этой Олимпиады стал молодой бегун из Москвы Василий Архипов. На покрытой песком дорожке Рижского ипподрома он показал выдающийся для того времени результат в беге на 100м - 10,8.

Легкая атлетика после революции в России

- Первое первенство страны по легкой атлетике было проведено в Москве 1922г., участвовало 200 спортсменов от 16 городов и районов страны. О состоянии спорта в то время говорит такой факт: на личном первенстве Москвы по легкой атлетике 1921г. один из участников сломал копье, соревнование пришлось прекратить, так как второго копья в Москве не нашлось.

Первые Советские победы

- Впервые советские легкоатлеты приняли участие в первенстве Европы в 1946г. в Норвегии, а в 1948г. Всесоюзная секция легкой атлетики вступила в члены Международной федерации легкой атлетики. Два года спустя атлеты СССР на первенстве Европы в Брюсселе завоевали наибольшее количество очков за призовые места.
- В 1952г. Впервые сборная СССР приняла участие в Олимпийских играх. Дебют оказался удачным: 2 золотые, 10 серебряных и 7 бронзовых олимпийских медалей.
- В 1958г. в Лужниках состоялся первый матч СССР - США по легкой атлетике принес победу нашим спортсменам (счет 172:170 очков).



Олимпиада в Лондоне 2012 год

Российские легкоатлеты завоевали 18 медалей, 8 из которых золотые



Бег на 800 м.
ходьба 20км .



Бег 400 м.



Метание молота.



Спортивная



Анна Чичерова
Прыжки в высоту.
высоту.



Юлия Зарипова
Стипельчез .



Сергей Кердякин
Спортивная ходьба 50 км.



Иван Ухов
Прыжки в

Легкая атлетика
на Играх XXX Олимпиады
Лондон, 3-12 августа 2012

Современная легкая атлетика

Современная легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта. Широких кругах любителей спорта она носит титул – **Королева спорта**.

Королева спорта включает в свой состав большое число дисциплин: бег на различные дистанции, спортивная ходьба, прыжки в длину и в высоту (с шестом), метание различных снарядов (копья, диска, молота и ядра).

