

# ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА.



*Если хочешь быть сильным - бегай,  
Хочешь быть красивым - бегай,  
Хочешь быть умным – бегай,  
Хочешь быстро удирать – бегай!*



*"Если не бегаешь, пока здоров,  
будешь бегать, когда заболеешь".*

# История возникновения.

Борьбу, кулачный бой и вообще все упражнения, которые развивали силу, греки относили к тяжелой атлетике. Ясно, что название «легкая атлетика» сегодня достаточно условное, ведь трудно назвать, например, бег на сверхдлинные дистанции — марафон или метание молота «легкими» физическими упражнениями.

Древнейшим состязанием атлетов, несомненно, является бег. Поразительно, что сегодня мы знаем имя первого олимпийского чемпиона древней Греции и дату, когда произошло это событие. Это случилось в 776 г. до н. э. в Олимпии. Победитель был один, так как атлеты соревновались на тех играх только в беге на один стадий (примерно 192 м) — отсюда слово «стадион». Победителя звали Кореб, кажется, он был поваром из города-полиса Элиды.

# Метание диска.

Соревновались древние и в метании диска. Были диски из дерева, камня, железа, бронзы, нередко украшались резьбой, изображениями птиц, животных или сценами спортивных соревнований. Вес диска был от 1,25 до 6,63 кг. (Сегодня диск весит 2 кг для мужчин и 1 кг для женщин.) Их охотно изображали скульпторы.



# Определение.

**Лёгкая атлетика** — совокупность видов спорта, объединяющая такие дисциплины, как *ходьба, бег, прыжки* (в длину, высоту, тройной, с шестом), *метание* (диска, копья, молота), *толкание ядра* и *легкоатлетические многоборья*. Один из основных и наиболее массовых видов спорта.

# Легкоатлетические дисциплины.

дисциплина	зимние ЧМ и ЧЕ	Летние ОИ, ЧМ и ЧЕ	примечание
60 м	Х		
100 м		Х	
200 м		Х	исключен из программы зимних ЧЕ и ЧМ
400 м	Х	Х	
800 м	Х	Х	
1500 м	Х	Х	
3000 м	Х		
5000 м		Х	
10000 м		Х	
Марафон		Х	
4 x 100 м эстафета		Х	
4 x 400 м эстафета	Х	Х	
60 м с барьерами	Х		

<b>100 м с барьерами</b>		<b>х</b>	<b>женский</b>
110 м с барьерами		х	мужской
400 м с барьерами		х	
3 км с препятствиями		х	
Ходьба 10 км		х	женский
Ходьба 20 км		х	мужской
Ходьба 50 км		х	мужской
Прыжок в длину	х	х	
Тройной прыжок	х	х	
Прыжок в высоту	х	х	
Прыжок с шестом	х	х	
Метание копья		х	
Метание диска		х	
Метание молота		х	
Толкание ядра	х	х	
Десятиборье		х	мужской

# Итого.

<b>Семиборье</b>		<b>х</b>	<b>женский</b>
Семиборье	х		мужской
Пятиборье	х		женский
Итого мужских видов	13	24	
Итого женских видов	13	23	
Итого	26	47	

Легкая атлетика относится к числу популярнейших видов спорта, так как, вообще говоря, не требует дорогостоящих условий для занятий. Этим обусловлена её столь высокая распространенность, в том числе, и в экономически слаборазвитых странах Азии, Африки и Латинской Америки. За всю историю чемпионатов мира с 1983 по 2007 год медали на них завоевывали спортсмены 83 стран.

# Форма проведения соревнований и календарь.

Соревнования, разминка и тренировки могут проводиться на открытом воздухе и в закрытом помещении. В связи с этим различаются два сезона легкой атлетики.

Летний сезон как правило Апрель – Октябрь

Зимний сезон как правило Январь – Март.

Соревнования летнего сезона (включая Летние Олимпийские игры и Чемпионаты Мира и Европы), как правило, проводятся на открытых стадионах.

Соревнования зимнего сезона (включая Зимние Чемпионаты Мира и Европы), как правило, проводятся в закрытом помещении.

Соревнования по спортивной ходьбе и бегу (кроссу) на шоссе имеют свой календарь.

# Проблемы легкой атлетики.

- зрители.
- спортсмены.
- тренеры.
- соревнования.
- спортивные площадки.
- телевидение.
- стимулирование.
- культура.
- обслуживающий персонал.
- демография.
- допинг.

# Зрители.

- Спортсмены, соревнующиеся в легкой атлетике, выступают перед аудиторией зрителей. Атлеты имеют возможность завоевать признание болельщиков, а те, в свою очередь, получить удовольствие от увиденного зрелища. Важно, что зрители обычно платят за предстоящее удовольствие и, таким образом, финансируют, прямо или косвенно, легкоатлетические соревнования. Для того чтобы выделить проблему в этом вопросе, необходимо рассмотреть различные категории зрителей. Первая категория – это те, кто приобретает билеты, с тем, чтобы присутствовать на соревнованиях. Вторая – телевизионные зрители, которые косвенно оплачивают просмотр соревнований. Третья группа, которая именуется «легкоатлетическая семья», старается присутствовать на всех соревнованиях, но бесплатно. Четвертая группа присутствует на соревнованиях, так как является спонсором соревнования. Они могут не очень интересоваться ходом состязания, но быть на соревнованиях – это их работа. Пятая группа – гости и их присутствие – подарок от спонсоров, которые, проявляя гостеприимство, делают свой собственный бизнес. Шестая группа состоит из школьников, которые, естественно, наблюдают соревнования бесплатно, их функция - заполнить стадион и показать, таким образом, интерес к легкой атлетике.
- Рассматривая более детально зрительскую аудиторию на соревнованиях по легкой атлетике, можно заметить, что первые две группы зрителей и являются решающими в пропаганде спорта.

# Спортсмены.

- Соревнования по легкой атлетике вызывают огромный интерес только тогда, когда в них принимают участие выдающиеся атлеты. Важно, что достижения спортсменов продолжают улучшаться, увеличивая привлекательность спорта. Становиться известным можно, используя и другие возможности, помимо высокого спортивного результата. Англоязычные спортсмены в этом отношении имеют некоторые преимущества. Однако в мировом спорте китайские, русские и испанские атлеты тоже имеют возможности становиться идолами определенной части зрителей. При рассмотрении проблемы развития зрительских симпатий можно сказать, что в мировой легкой атлетике нужно отметить снижение значения Европы и Северной Америки.
- Необходимо также обратить внимание на структуру результатов высокого класса. Атлеты стараются продлить свою карьеру как можно дольше, с тем, чтобы заработать больше денег, поэтому сейчас многие из них показывают высокие результаты, достигая 30-летнего возраста. Однако ситуация наличия значительного количества атлетов высокого класса может приостановить развитие вида спорта. Карьера может продолжаться долго, но в самом вершине риска самых выдающихся атлетов происходят постоянные изменения.

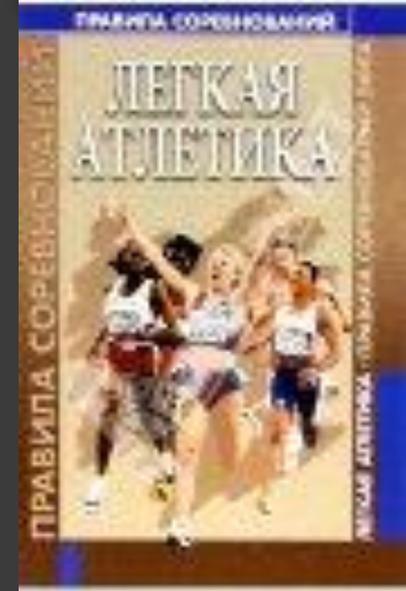
# Тренеры.

Обращаясь к будущему сегодняшних тренеров, мы можем отметить их незначительную роль. Тренеры должны полагаться только на себя, быть полностью зависимыми от успеха своих учеников и быть готовыми получать доход в исключительных случаях. Существующая система поощрения ориентирована только на спортсменов, поэтому постоянный профиль работы тренеров не определен, общественная неизвестность тренеров и их деятельности снижает привлекательность их профессии. Большинство тренеров полагаются на дополнительную работу, поскольку их доход не адекватен. В соответствии с такой ситуацией не удивительно, что в большинстве своем тренерский корпус заполнен пожилыми людьми, а молодежь не стремится избрать профессию тренера для своей карьеры.



# Соревнования.

- Соревнования по легкой атлетике - особенно проблематичная область, и мы можем легко обозначить проблемы в общей структуре и правилах соревнований. Многие зрители жалуются на скуку в течение соревнований. Причины, на которые они жалуются, достаточно много - неравные соревновательные условия, плохая информация, информационное табло слишком далеко и часто ломается, слишком много различных видов проходят одновременно, многие виды слишком удалены от зрителей. И этот список бесконечен.
- Теперь о правилах. Как особый пример можно привести использование лидеров или «зайцев» для показа высоких или рекордных результатов в беге на средние и длинные дистанции. Если взглянуть на процесс принятия правил, то можно отметить, что на Конгрессах ИААФ, проводимых каждые два года, постоянно проходят длительные дебаты по проблемам изменения правил соревнований. Легкая атлетика, пожалуй, единственный вид спорта, где постоянно меняются правила соревнований. Возможно, такие перемены могут снижать интерес к атлетике. Иногда некоторое изменение только проведено, а уже готовится следующее.



# Спортивные площадки.

Проблемы соревнований на открытых стадионах также довольно актуальны. Футбольные ассоциации полностью отказываются от сосуществования с легкой атлетикой, которое было в Европе более 100 лет. На современных футбольных стадионах нет места для беговой дорожки, а создание специализированных легкоатлетических стадионов пока не рассматривается.

Интересно, что легкая атлетика уходит из традиционных стадионов, перемещаясь на улицу. Прыжки в высоту под музыку, прыжки с шестом на пляжах или на базарах, толкание ядра в магазинных центрах. Такие соревнования проводятся не под патронажем ИААФ и зачастую без соблюдения правил. Это говорит о том, что, возможно, будущее легкой атлетики будет вне стадиона. Это очень рискованный путь.

# Телевидение.

Огромные расходы на технику и персонал требуются для организации телевизионных трансляций соревнований. Очень редко затраченные усилия приносят соответствующие доходы. Возможно, это объясняется недостаточными драматическими событиями в процессе передачи или недостаточными знаниями телевизионных работников в вопросе ведущейся трансляции. Заметно, что недостаточно профессиональных выражений и интересных сравнений, которые вызывают интерес зрителей в процессе прямых трансляций. Часто в интересах большинства зрителей операторы концентрируют свое внимание на беговых видах программы, уделяя мало внимания или вообще игнорируя технические. Также недостает квалифицированных комментаторов, ведущих репортаж, интересный для зрителей. Очень редко используются всевозможные графические разработки и иные технические достижения современной телевизионной техники. Одним словом, освещение телевизионных показов легкой атлетики неудовлетворительное. По сравнению с другими видами спорта легкая атлетика показывается явно недостаточно, что также можно сказать о рекламе нашего вида спорта в ТВ.

# Стимулирование.

Вопрос рекламы и поддержки легкой атлетики является очень болезненным, так как ситуация в этом вопросе чрезвычайно негативна. В настоящее время спорт работает совместно с рекламными компаниями очень тесно. Однако распределение рекламы зачастую не достигает необходимых целей и не приводит к повышенному сбыту рекламируемой продукции. И здесь нужны новые идеи. Пока не существует долгосрочных программ рекламы, использующей многочисленные информационные каналы. Мало используется возможности телевидения и Интернета. Без сожаления нельзя не отметить, что имидж великих спортсменов, которые являются огромным потенциалом в вопросе стимулирования привлечения спонсоров в легкую атлетику, используется недостаточно.

# Культура.

В системе легкой атлетики существует некий культурный конфликт, который редко обсуждают в настоящее время. Это, прежде всего, вопрос соревнований в залах. Конфликт между Европой и Северной Америкой и странами Азии, Южной Америки и Африки. Если африканцы принимают участие в наших летних соревнованиях, то европейцы не желают делать аналогичное в течение африканского лета. Понятно, что этот вопрос прежде всего носит экономический характер, и в будущем легкая атлетика будет все больше и больше зависеть от мировых экономических рынков в целях своего развития. За редким исключением, такие рынки располагаются в настоящее время в регионах Европы и Северной Америки. С этих позиций проведение соревнований в залах достаточно продуктивно, но с позиций мировой культуры, несомненно, убыточно.

# Обслуживающий персонал.

Проблема персонала требует некоторых изменений. Выборная система представителей и делегаций, принятая в легкой атлетике и приведшая к созданию советов, комитетов и комиссий, высокой стоимости переездов и организации совещаний, а как следствие - незначительной эффективности профессионального решения проблем. Комитеты и комиссии увеличивают свою численность, что мешает быстрому решению возникающих проблем. Работа комитетов и комиссий представляет из себя дискуссионный марафон и редко приводит к согласию. Проблемы, требующие быстрого решения, откладываются все далее и далее. Профессиональные сотрудники назначаются часто по политическим соображениям или по протекции. В результате сотрудники не соответствуют международному уровню стандартов и имеют низкую профессиональную пригодность. Проблема повышения профессионализма персонала становится все более дорогостоящей в настоящее время.

# Демография.

Старение общества в некоторых странах является национальным фактом, и это затрагивает спорт и, в частности, легкую атлетику. Этот процесс проявляется в большинстве индустриальных и постиндустриальных стран и влияет на многие аспекты активности граждан. Социологи отмечают определенную зависимость между состоянием здоровья, способностью к работе, уровнем потребления и распределения свободного времени в различных странах в зависимости от возраста населения. Сегодня демографическое соотношение возрастных категорий в некоторых регионах представляет реальную опасность для развития легкой атлетики. Для примера можно привести следующий факт: в 1950 году разница в среднем возрасте населения Йемена и Японии составляла 3.4 года. Сейчас эти государства представляют самую молодую и самую старую нацию, и разница в среднем возрасте составляет уже 27 лет. К 2015 году эта различие будет составлять для Японии 34 года, а для Европы 32. Существенное старение Японии и Европы приводит к возникновению непредсказуемых социальных проблем. Китай, Индия, большая часть Юго-Восточной Азии и Латинской Америки также стареют быстро, и кризис старения тоже будет стоять перед ними. В странах с низким средним уровнем возраста населения также могут возникнуть социальные проблемы в будущем. Индекс рождаемости в странах Европы - таких как Германия, Испания, Италия, Греция, а также странах Восточной Европы - составляет 1.3 и ниже, что в ближайшем будущем может вызвать проблемы в соревновательном спорте, включая легкую атлетику. Значительное число пожилых людей вызывает снижение влечения к легкой атлетике и ведет к росту интереса к такой активности, как туризм и другим направлениям на растущем рынке услуг для старых членов общества.

# ДОПИНГ.

Для легкой атлетики проблема допинга является вечной. Все вовлечены в эту проблему – спортсмены, тренеры, менеджеры и персонал. Допинг воспринимается как борьба с дьяволом, с которым мы должны бороться лишь по требованию незначительного меньшинства и журналистов. Борьба против использования допинга редко характеризуется достаточно позитивной в плане ее будущего развития, спорт просто реагирует на определенные факты вместо активного действия. Открытость и активное отношение публики должны способствовать проведению такой борьбы, но различные неопределенные обстоятельства, размытые процедуры, сомнительные прощения некоторых атлетов и разнообразные способы лечения становятся скорее правилом, чем исключением. С одной стороны, спорт желает предпринять жесткие правила и иногда даже противоречит правилам WADA (например, в вопросах подтверждения исключительных обстоятельств), с другой стороны - ИААФ воздерживается от санкций к тем федерациям, которые не принимают во внимание принятые правила. Принятие национальной системы контроля признается необходимым, но за это никто не отвечает. Таким образом, лишь незначительное количество федераций имеют независимую систему контроля. Таким образом, только олимпийский спорт находится под контролем, в то время как ИААФ крайне заинтересована в контроле всех спортсменов, принимающих участие в мировой серии Гран - При. По сравнению с другими олимпийскими видами спорта, где частота проверок на допинг сокращена до одного раза в течение пяти – десяти лет, легкая атлетика является наиболее контролируемым видом спорта.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Легкая атлетика отбросила пережиток понятия «любительство» и стала более профессиональной. И как только в наш спорт потекли деньги, мы сразу же убрали слово «любительская» из названия нашей федерации, но с другой стороны, использование по-настоящему профессиональных отношений до сих пор не предпринимается, комплекс таких проблем многообразен и требует решения. Необходимые решения в будущем будут приняты, но также, в будущем количество таких проблем будет возрастать.

# *Знай наших.*



Наталья Соколова



Елена Соболева



Мадина Биктагирова



Галина Богомолова



Александр  
Доманчук



Светлана Кузнецова



Надежда  
Вайенберг

An aerial photograph of a vast, blue-toned landscape, possibly a frozen body of water or a high-altitude plain. The scene is dominated by deep blues and greys, with a bright light source in the upper left corner creating a lens flare and illuminating the clouds below. The text "СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ." is overlaid diagonally across the center of the image.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.