

История развития легкой атлетики

- ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА- один из основных и наиболее массовых видов спорта; включает бег и ходьбу на различные дистанции, прыжки в длину и высоту, метания спортивных снарядов, легкоатлетические многоборья. Зародилась в Великобритании в 18 веке. В Международной любительской федерации ИААФ (IAAF), основанной в 1912 году, около 190 стран (по данным 1991года). В программе Олимпийских игр присутствует с 1896года, на чемпионатах мира- с 1983 года, Европы- с 1934г.



История развития легкой атлетики

- **БЕГ спортивный** - один из основных видов легкой атлетики: бег гладкий (по беговой дорожке, шоссе), с препятствиями-барьерами, кросс, марафонский.
- **МАРАФОНСКИЙ БЕГ**- бег на дистанцию 42 км 195 м. Название и дистанция связаны с легендой о древнегреческом воине, прибежавшем из Марафона в Афины (около 40 км) с вестью о победе греков над персами (490 до н. э.). В программе Олимпийских игр с 1896г



История развития легкой атлетики

■ ПРЫЖКИ

спортивные -

самостоятельные упражнения
(прыжки в длину и высоту, в т.
ч. с шестом)



История развития легкой атлетики



- **СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА** - вид легкой атлетики, отличается от обычной обязательным выпрямлением опорной ноги в коленном суставе при вертикальном положении, от бега - отсутствием безопорной фазы движения.

История развития легкой атлетики



- **МЕТАНИЯ СПОРТИВНЫЕ** - метание на дальность диска, копья, молота, гранаты, а также толкание ядра.

История развития легкой атлетики

- **СОВРЕМЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ** - спортивное многоборье, включающее верховую езду с преодолением препятствий, фехтование на шпагах, стрельбу из пистолета, плавание и легкоатлетический кросс. Зародилось во 2-й половине 19 века в Швеции. Современное название с 1948г. В Международном союзе современного пятиборья и биатлона - УИПМБ (UIPMB; основан в 1948г) свыше 70 стран (на 1993г). В программе Олимпийских игр - с 1912 года в личном зачете, с 1952- в командном; чемпионаты мира - с 1949г



История развития легкой атлетики

- **ДЕСЯТИБОРЬЕ** - легкоатлетическое многоборье, проводится в 2 дня: 1-й - бег на 100 и 400 м, прыжки в длину и в высоту, толкание ядра; 2-й - бег на 110 м с барьерами, метание диска, прыжки с шестом, метание копья, бег на 1500 м. Выступление в каждом виде оценивается в очках (по специальной таблице); победитель определяется по лучшей их сумме.



История развития легкой атлетики



900 лет до н.э некоторые города объединялись для проведения культовых игр, выбирая обычно какое-либо священное место. Согласно легенде представители Элиды, Пизы и Спарты объявили Олимпию священным местом, а месяц проведения состязаний обязательным периодом мира. Из археологических раскопок известно, что в Олимпии было построено 5 стадионов. Соревновались в беге на различные дистанции, пентатлон-пятиборье и др.

История развития легкой атлетики



- В 1912 создана Международная любительская легкоатлетическая федерация (ИААФ) - руководящий орган по развитию легкой атлетики и проведению международных соревнований. В 2002 г. федерация изменила свое название, сохранив прежнюю аббревиатуру. Теперь она называется Международная ассоциация легкоатлетических федераций (IAAF - International Association of Athletic Federations).

История развития легкой атлетики

- Легкая атлетика - один из самых популярных видов спорта, если не сказать больше. Ведь в широких кругах любителей спорта она носит титул - Королева спорта.

