

# Лёгкая атлетика

Презентацию подготовил  
ученик 9 «2» класса школы № 347  
Орлов Антон

# Определение

- Лёгкая атлетика – это совокупность нескольких видов спорта, включающая в себя такие дисциплины, как беговые виды, спортивная ходьба, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробег (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Один из основных и наиболее массовых видов спорта.

# ИААФ



- Руководящая организация - Международная ассоциация легкоатлетических федераций (ИААФ), создана в 1912 году и объединяет 212 национальных федераций.
- ИААФ даёт следующее определение термину «лёгкая атлетика»: «соревнования на стадионе, бег по шоссе, спортивная ходьба, кросс и бег по горам (горный бег)».

# История

- Древнегреческие бегуны (ваза ~530 год до нашей эры).
- Легкоатлетические упражнения проводились с целью физической подготовки, а также для проведения состязаний ещё в глубокой древности. Но история лёгкой атлетики, как принято считать, началась с соревнований в беге на Олимпийских играх Древней Греции (776 год до нашей эры).



# История

- Современная лёгкая атлетика начала свой путь с отдельных попыток в разных странах проводить соревнования в беге, прыжках и метаниях. Зафиксированы результаты в прыжке с шестом в 1789 г. (1 м 83 см, Д. Буш, Германия), в беге на одну милю в 1792 г. (5.52,0, Ф. Поуэлл, Великобритания) и 440 ярдов в 1830 г. (2.06,0, А. Вуд, Великобритания), в прыжке в высоту в 1827 г. (1.57,5, А. Уилсон, Великобритания), в метании молота в 1838 г. (19 м 71 см, Район, Ирландия), в толкании ядра в 1839 г. (8 м 61 см, Т. Каррадис, Канада) и др. Считается, что начало истории современной лёгкой атлетики положили соревнования в беге на дистанцию около 2 км учащихся колледжа в г. Регби (Англия) в 1837 г., после чего такие соревнования стали проводиться в других учебных заведениях Англии.
- Позднее в программу соревнований стали включать бег на короткие дистанции, бег с препятствиями, метание тяжести, а в 1851 г.— прыжки в длину и высоту с разбега. В 1864 г. между университетами Оксфорда и Кембриджа были проведены первые соревнования, ставшие в дальнейшем ежегодными, положившие начало традиционным двусторонним матчам.

# История

- Широкое развитие современной лёгкой атлетики связано с возрождением олимпийских игр (1896 г.), в которых, отдавая дань древнегреческим олимпиадам, ей отвели наибольшее место. И сегодня Олимпийские игры — мощный стимул для развития лёгкой атлетики во всем мире.



# История

- Начало распространению лёгкой атлетики в России было положено в 1888 г., когда в Тярлево, близ Петербурга, был организован спортивный кружок. В том же году там было проведено первое в России соревнование по бегу. Впервые первенство России по лёгкой атлетике проходило в 1908 г. В нём приняли участие около 50 спортсменов.
- В 1911 г. создаётся Всероссийский союз любителей лёгкой атлетики, объединивший около 20 спортивных лиг Петербурга, Москвы, Киева, Риги и других городов.

# Виды легкоатлетических соревнований

## • Различия

- Разница между коммерческими и некоммерческими соревнованиями главным образом состоит в подходе к отбору атлетов и различном толковании правил. На коммерческих стартах:
- соревнования проводятся обычно в один круг;
- любое количество участников от страны, в том числе wildcard могут получить участники от страны организатора;
- допускается использование пейсмейкеров в беговых дисциплинах;
- допускается уменьшение количества попыток в технических дисциплинах до 4 (вместо 6);
- мужчины и женщины могут участвовать в одном забеге;
- нестандартный подбор видов в легкоатлетические многоборья.
- *Всё это обычно делается с целью повышения зрелищности и динамизма спортивного соревнования.*



# 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 лёгкой атлетики, в регионах где эта спортивная дисциплина наиболее популярна — в Европе и США. Соревнования:
  - летнего сезона, как правило, апрель — октябрь (включая Олимпийские Игры и Чемпионаты мира и Европы) проводятся на открытых стадионах;
  - зимнего сезона, как правило, январь — март (включая зимние Чемпионаты мира и Европы) проводятся в закрытом помещении.
- Соревнования по спортивной ходьбе и бегу (кроссу) на шоссе имеют свой календарь. Наиболее престижные марафонские забеги проводятся весной и осенью.

# Правила

- Победителем соревнований в лёгкой атлетике становится атлет или команда, которые показали наилучший результат в финальном забеге или в финальных попытках технических дисциплин в рамках правил.
- Первенство во всех видах лёгкой атлетики, кроме марафона, ходьбы и многоборий проводится в несколько этапов: квалификация,  $\frac{1}{4}$  финала,  $\frac{1}{2}$  финала. В результате отбора определяются спортсмены (команды), которые разыграют финал. Количество участников определяется регламентом соревнований. Например на Олимпийских играх в каждом номере программы страна может быть представлена как минимум одним участником и максимум тремя (при условии выполнения предварительного норматива). В эстафетном беге страну представляет одна команда.

# Дисциплины

- Лёгкая атлетика относится к весьма консервативным видам спорта. Так программа мужских дисциплин в программе Олимпийских игр (24 вида) не менялась с 1956 года. В программу женских видов входит 23. Единственная разница — это ходьба на 50 км, которой нет в женском списке. Таким образом, лёгкая атлетика является наиболее медалеёмким видом среди всех олимпийских видов спорта.
- Программа чемпионатов в помещении состоит из 26 видов (13 мужских и 13 женских).
- На официальных соревнованиях мужчины и женщины не участвуют в совместных стартах.

# ДОПИНГ

- Использование химических препаратов и физиологических методов стимуляции с целью искусственного повышения результатов в лёгкой атлетике существует столько же, сколько существует профессиональный спорт. Первые случаи употребления стимулирующих препаратов уходят корнями в античность.[6] Однако и в 21-м веке, наряду с тяжёлой атлетикой, велоспортом, плаванием — лёгкая атлетика остаётся видом спорта, наиболее подверженным проблеме допинга.

# Развитие

- Лёгкая атлетика относится к числу популярнейших видов спорта, так как, не требует дорогостоящих условий для занятий. Этим обусловлена её высокая распространённость, 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 завоёвывали спортсмены 83 стран.
- Наиболее развита лёгкая атлетика, как вид спорта в таких странах как США, Россия, ФРГ, Великобритания, Кения, Эфиопия.
- Наибольшее количество золотых медалей на последнем чемпионате мира на открытых стадионах (2007 год) завоёвано спортсменами США. Кубок мира 2006 года в женской программе выиграла спортсменки России.