

The image features two black silhouettes of athletes in the middle of a hammer throw. The athlete on the left is in a forward-leaning stance, holding the hammer with both hands. The athlete on the right is in a more upright stance, also holding the hammer. The hammer consists of a circular head on a long handle. The background is a blurred outdoor track with green and red lanes. The title 'Метание молота' is written in blue text across the center of the image.

Метание молота

Выполнила: Алексеева

Алиса

101 группа

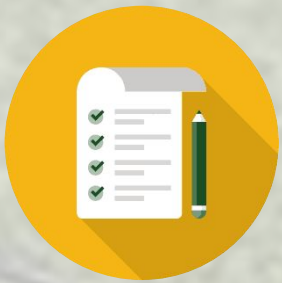
Актуальность темы

Метание молота относится к дисциплинам легкой атлетики.

И вызывает интерес как

- достаточно зрелищный вид спорта;
- вид спорта, в котором наши соотечественники завоевали не одну медаль и поставили мировые рекорды;
- вид спорта, который сочетает в себе силу, координированность, ловкость, скорость;
- вид спорта, который входит в состав летних Олимпийских игр.





Цель реферата:

Узнать и проанализировать информацию из различных источников о виде спорта **Метание молота**.

Задачи реферата

- 1 Дать определение и описать метание молота;
- 2 Ознакомиться с историей возникновения данного вида спорта;
- 3 Ознакомиться с техникой метания молота;
- 4 Ознакомиться с правилами и судейством соревнований по данному виду спорта;
- 5 Изучить меры безопасности при выполнении метания молота;
- 6 Изучить рекорды России и мира в области метания молота;
- 7 Изучить специфику травм и статистику несчастных случаев;
- 8 Изучить перспективы развития вида спорта;
- 9 Подобрать фото- и арт-материалы по теме реферата
- 10 Представить данные в виде презентации для



**Объект исследования –
метание молота как вид
спорта.**

Методы исследования:

- **Изучение разнообразных источников информации по теме;**
- **Анализ найденных материалов и сведение их в единую систему.**

Метание молота — легкоатлетическая дисциплина, заключающаяся в метании специального спортивного снаряда — молота — на дальность. Требуется от спортсменов силы и координации движений. Проводится в летний сезон на открытых стадионах. Относится к техническим видам легкоатлетической программы. Является олимпийской дисциплиной лёгкой атлетики (у мужчин — 1000 м, у женщин — 1000 м).



Метание молота зародилось в 19 веке в Шотландии или Ирландии. Там со скуки кузнецы придумали себе забаву – соревноваться, кто дальше бросит кузнечный молот. Изначально это было состязание без правил. «Спортсмены» могли метать молот как с разбегу, так и с места, с оборотами и без – как им было удобней. Замер расстояния происходил от передней ноги до места, куда упал снаряд.



Первые официальные соревнования – в 1866 году в Англии

Первые правила метания молота приняты в 1875 году

Впервые использовался усовершенствованный снаряд – в 1896 (и используется до сих пор)

Современные правила были установлены в Англии в 1887

Мировые рекорды в метании молота регистрируются с 1913 года.

Метание молота впервые включено в Олимпийских игр

Среди мужчин – с 1900 года

Среди женщин – с 2000 года



Параметрические характеристики снаряда для метания (молота)

Спортивный снаряд для метания не является молотом в классическом представлении. Это металлический шар и рукоять, соединенные проволокой.

Параметры молота для женщин и мужчин отличаются.

Длина молота для женщин – 116-119,5 см, вес – 4 кг.

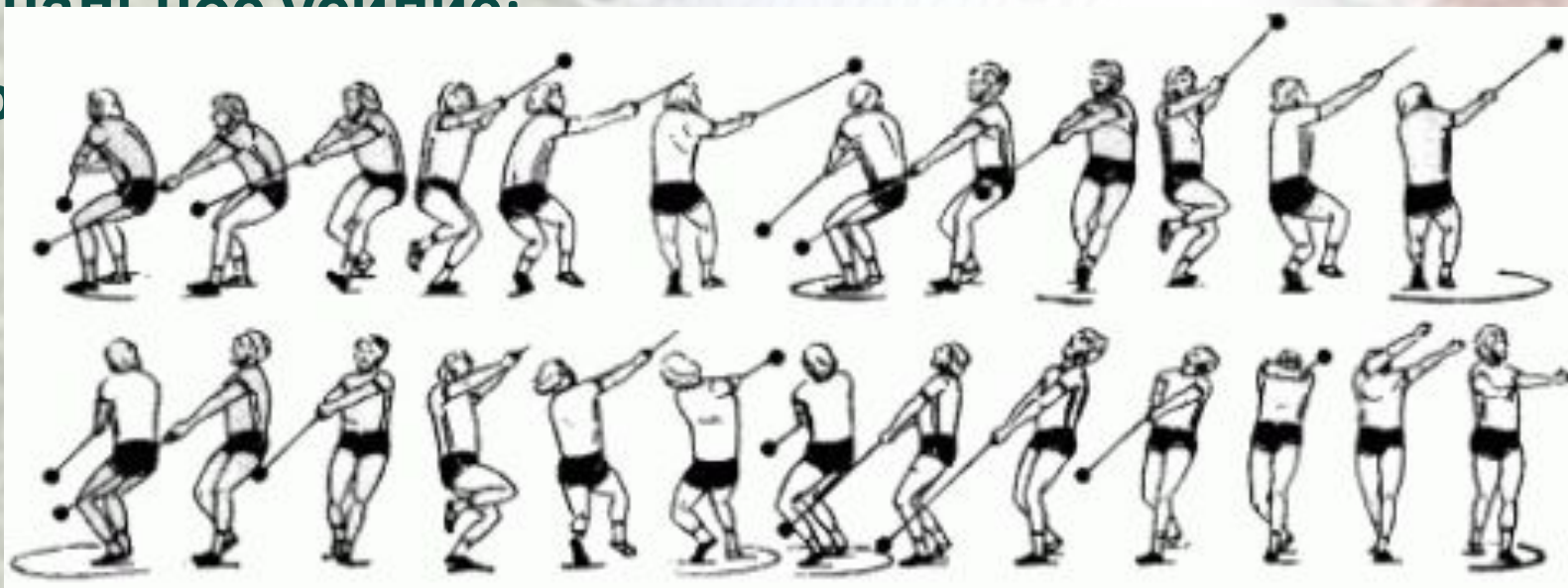
Для мужчин длина – 117-121,5 см, а вес – 7,257 кг.



Техника метания молота

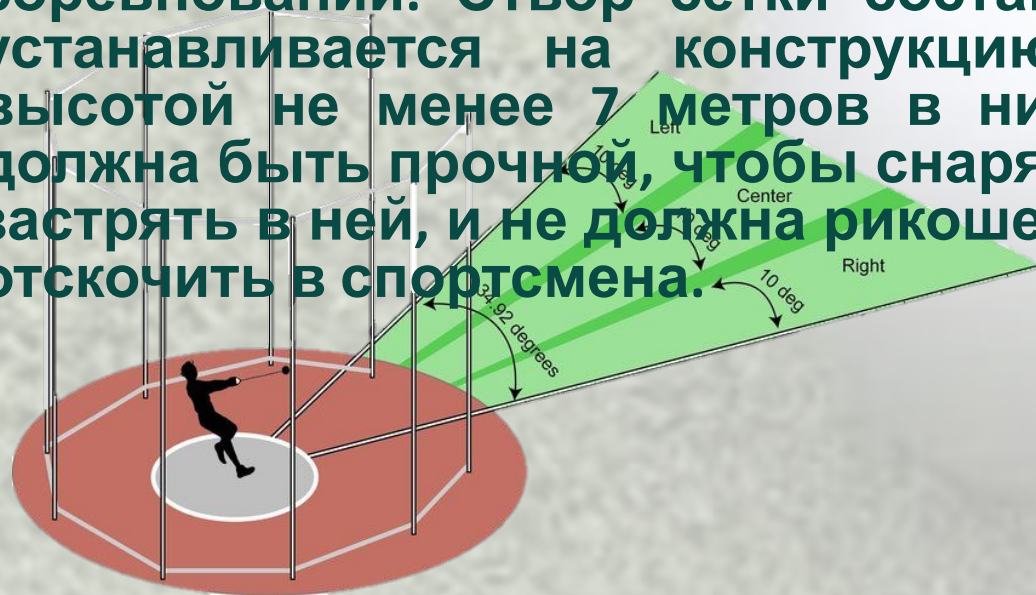
включает в себя 5 основных этапов:

- держание молота;
- исходное положение и предварительное вращение молота;
- повороты метателя с молотом (вращательно-поступательные);
- финальное усилие;
- тор



Основные правила Метания молота

Метание производят из специального круга диаметром 2,135 м, огороженное сеткой, так называемы сектор метания молота или иногда называют база. При выполнении попытки метания метатель не должен выходить за пределы круга, выйти из круга можно только после приземления снаряда, а выходить из круга можно только с задней стороны круга для метания. Сетка нужна для того, чтобы снаряд, в случае неудачной попытки не улетел на трибуну и не покалечил зрителей. К тому же сектор сужен, так называемый створ, чтобы снаряд не улетел на беговые дорожки или другие зоны стадиона и не покалечил других участников соревнований. Створ сетки составляет 35 градусов. Сетка устанавливается на конструкцию U образной формы высотой не менее 7 метров в нижней точке. Сама сетка должна быть прочной, чтобы снаряд не мог прорвать её или застрять в ней, и не должна рикошетить, чтобы молот не мог отскочить в спортсмена.



Состав судейской бригады, их права и обязанности на соревнованиях по метанию молота следующие:



Старший судья:

- проверяет подготовку мест соревнований и инвентарь;
- обеспечивает организованное и четкое проведение соревнований, следит за порядком и обеспечением -безопасности на месте проведения;
- следит за выполнением правил, фиксируя свое решение поднятием соответствующего флага: «белый» — правильно, «красный»- нарушение правил выполнения попытки; контролируем измерение результата; обеспечивает необходимую информацию, для зрителей, участников и судей;
- имеет право сделать замечание участнику за затягивание времени выполнения попытки, лишить его очередной попытки, дисквалифицировать участника за нарушение правил;
- в случае установления рекорда проводит в присутствии главного судьи контрольное измерение результата;
- обеспечивает явку призеров для награждения;
- отвечает за сохранность инвентаря и оборудования в ходе соревнований.

Судьи-измерители:

- по сигналу старшего судьи о правильности выполнения участником попытки отмечают место падения снаряда и затем измеряют результат;
- по указанию старшего судьи один из судей следит за правильностью выполнения попытки;
- судьям запрещается измерять незасчитанные попытки участников, а также необоснованно предоставлять им дополнительные попытки.

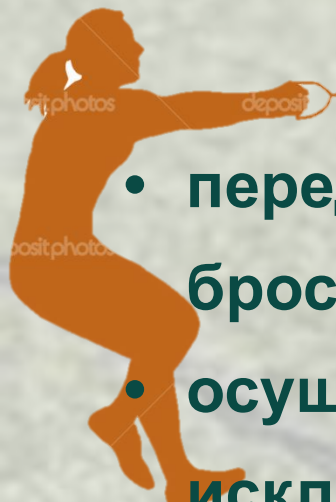
Секретари:

- регистрируют участников по протоколу;
- вызывают участников для выполнения попытки и контролируют время, отведенное для ее выполнения;
- ведут протокол соревнований, составляют лист награждения.

Кроме перечисленных судей на соревнованиях высокого уровня в бригаде по метаниям

Меры безопасности

- перед метанием убедиться, что в направлении броска никого нет;
- осуществлять выпуск снаряда способом, исключающим срыв;
- в сырую погоду насухо вытирать руки и снаряд;
- находясь вблизи зоны метания, следить за тем, чтобы выполняющий бросок был в поле зрения, не поворачиваться к нему спиной, не пересекать зону метаний бегом или прыжками;
- после броска идти за снарядом только с разрешения, не производить произвольных метаний;



Наиболее важные турниры по метанию молота

- Летняя олимпиада
- Чемпионат мира
- Азиатские Игры
- Игры Содружества
- Чемпионат России



Анита Влодарчик, Татьяна Лысенко, Бетти Хайдлер

Рекорды в метании молота

Первый мировой рекорд - 33,53 м принадлежит англичанину Г. Халесу. (1877 год)

Первый олимпийским чемпионом среди мужчин – американец ирландского происхождения Джон Флэнэгэн, результат - 49,73 м. Флэнэгэн трижды становился олимпийским чемпионом (1900, 1904, 1908) и 14 раз устанавливал новые мировые рекорды.



Джон
Флэнэгэн

На сегодняшний день мировой (также и российский) рекорд у мужчин - 86,74 м. Его установил наш соотечественник Юрий Седых (СССР) 30 августа 1986 года в Штутгарде (Германия).

У женщин рекордная цифра принадлежит Аните Влодарчик (Польша). Он был установлен 28 августа 2016 года и составляет 82,98 м.



Юрий



Анита
Влодарчик

Олимпийские рекорды

Мужчины

Олимпийский рекорд в дисциплине метание молота принадлежит Сергею Литвинову (84,80 м). Он был установлен на Играх-1988 в Сеуле.

Женщины

Олимпийский рекорд принадлежит Аните Влодарчик (82,2 м). Был установлен на играх-2016 в Рио-де-Жанейро.



Сергей Литвинов
(старший)



Анита
Влодарчик

Мужской пьедестал на Олимпиаде в Токио 2020-2021

- 1 **Войцех Новицкий, Польша, 82.52**
- 2 **Эйвинд Хендрексен, Норвегия, 81.58**
- 3 **Павел Файдек, Польша, 81.53**



Эйвинд
Хендрексен



Войцех
Новицкий



Павел
Файдек

Женский пьедестал на Олимпиаде в Токио 2020-2021

- 1 Анита Влодарчик, Польша, 78.48
- 2 Чжэн Ван, Китай, 77.03
- 3 Малвина Копрон, Польша, 75.49



Чжэн
Ван



Анита
Влодарчик



Малвина
Копрон

Действующие чемпионы России

Андрей Романов. Результат на ЧР 75,25 метра

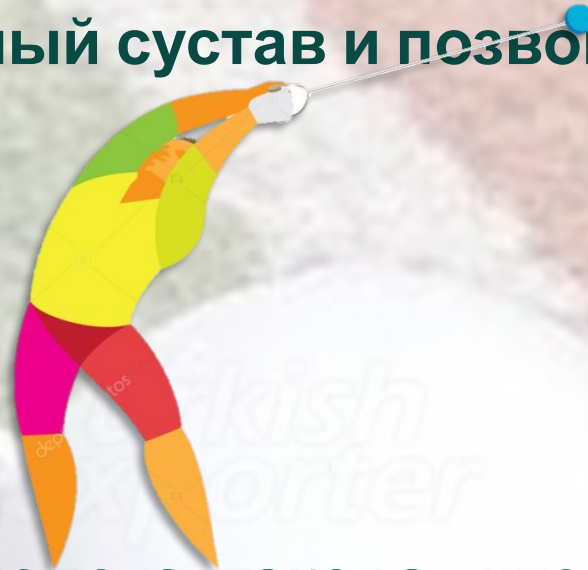
Софья Палкина. Результат на ЧР 70,41 метра



Травматизм и несчастные случаи в

спорте

У метателей молота в основном подвержены травматизации коленный сустав и позвоночник.



Специфика метания молота такова, что несчастные случаи в секторе для метаний случаются регулярно, несмотря на все меры безопасности. Правда, в основном страдают не атлеты, а официальные лица, которые проводят замер результатов на поле. Также были инциденты с журналистами, но все они связаны с вопиющим игнорированием правил безопасности. Примеры можно найти в тексте реферата.

Развитие метания молота

- Спорт интенсивно развивается, особенно в странах Европы, в Китае, Белоруссии, на Кубе.
- Современное положение метание молота в России, как вида спорта, повсеместно находится в стагнационном состоянии и характеризуется снижением уровня спортивных достижений;
- Отмечается значительное увлечение силовой направленностью в подготовке метателей и увеличение роста-весовых показателей;
- Отмечается снижение популярности метания молота;
- Значительно снижена техническая подготовленность метателей молота на всех уровнях квалификации.
- Обвинения в адрес спортсменов-легкоатлетов из России об использовании допинга, проблематичность участвовать в олимпиадах, невозможность выступать под флагом РФ не добавляет оптимизма.



Метание молота — это спорт силы, баланса и проекции. Отличается сложной техникой исполнения, строгими правилами техники безопасности, продуманной системой судейства. Нашей стране принадлежит мужской мировой рекорд в данном виде спорта (Юрий Седых).

К сожалению, в настоящее время метание молота как вид спорта переживает не лучшие времена в РФ. Перспективы развития данного вида спорта в нашей стране не ясны.



Спасибо за внимание!

