

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

**История возникновения и
развития**

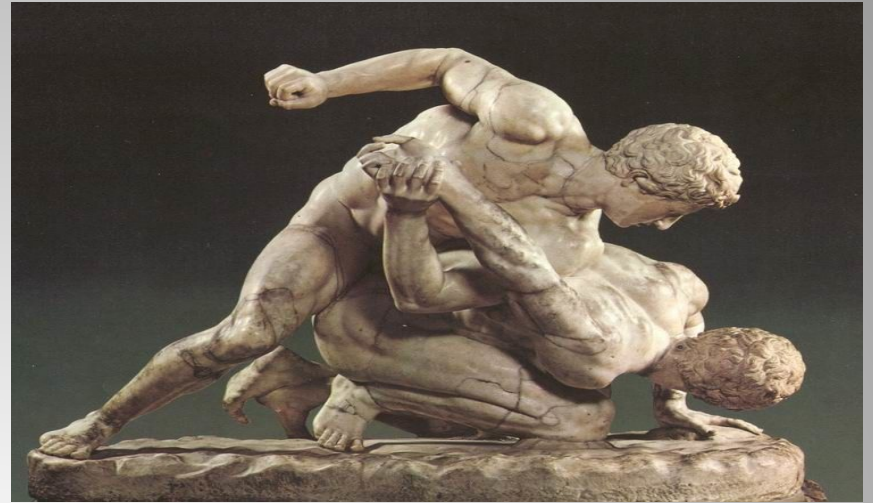
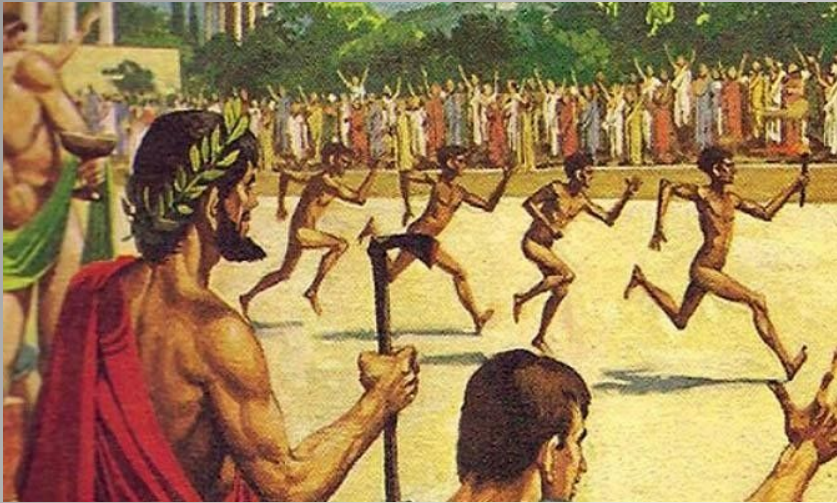
Как появилась легкая атлетика?

- Еще в глубокой древности человеку было необходимо уметь быстро бегать, ловко преодолевать различные препятствия, метать разного рода снаряды. От умения человека догнать и метко поразить добычу, от способности быть стойким и закаленным в борьбе с таинственными силами природы зависела его охотничья удача, а значит -- и жизнь.

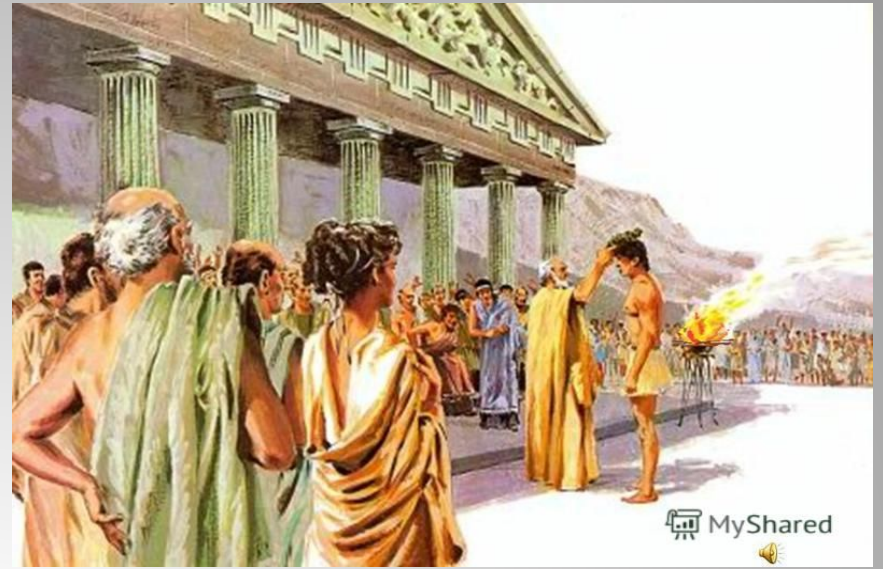
Соревнования по легкой атлетике проводились на протяжении всего существования человечества. Изначально люди были заинтересованы исключительно в воспитании воинов, способных приносить победы в боях. Военный интерес к воспитанию физически развитых мужчин постепенно стал перерождаться в спортивные игры, основными состязаниями в которых были на выносливость и силу. С этого момента и началось зарождение легкой атлетики.

Легкая атлетика в Древней Греции

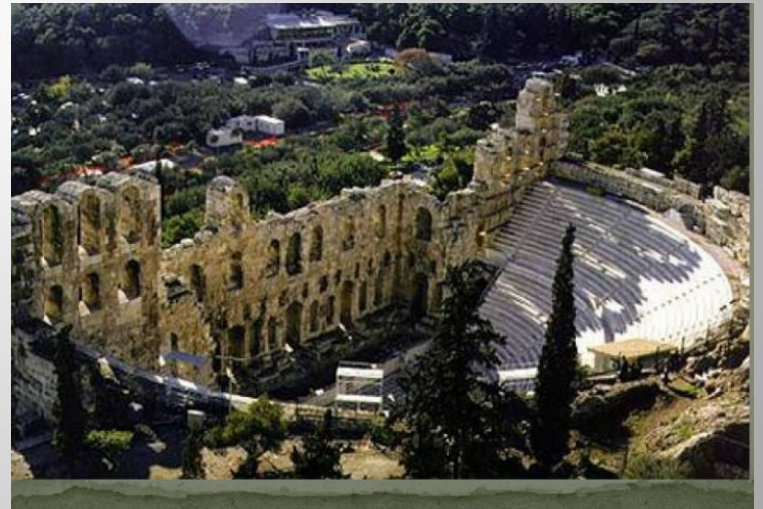
Самым древним из легкоатлетических видов является бег. Кстати, бег осуществлялся на дистанцию, равную одному стадию — ста девяносто двум метрам. Именно от этого названия произошло слово стадион. Древние греки называли все физические упражнения атлетикой, которую в свою очередь было принято делить на «легкую» и «тяжелую». К легкой атлетике они относили упражнения, развивающие ловкость и выносливость (бег, прыжки, стрельба из лука, плавание и т.д.). Соответственно, все упражнения, которые развивали силу, относились к «тяжелой» атлетике. Первым олимпийским чемпионом по легкой атлетике принято считать Корибоса (776 г. до н.э.), именно эту дату принято считать началом истории



Согласно легенде представители Элиды, Пизы и Спарты объявили Олимпию священным местом, а месяц проведения состязаний обязательным периодом мира. Олимпия давно была местом проведения обрядов и была связана с культом Зевса. Из археологических раскопок известно, что в Олимпии было построено 5 стадионов. Соревновались в беге на различные дистанции, пентатлон- пятиборье. Складываются классические формы публичных жертвоприношений, принесения присяги, жеребьёвок, процедуры проведения состязаний. С 7-й Олимпиады начали венчать победителей лаврами. Женщины на олимпийские игры не допускались. Для женщин были отдельные соревнования по бегу в другое время. Состязания были посвящены военному искусству и физическим возможностям человека. На первое место ставили скорость, на второе силу. Бег проводился не по круговой дорожке, а вперёд-назад, что имитирует движение греческих войск. Прыжки в длину с отягощением в руках демонстрировали силу воинов и способность преодоления преград на местности. Метание диска и копья доказывали военные навыки.



MyShared



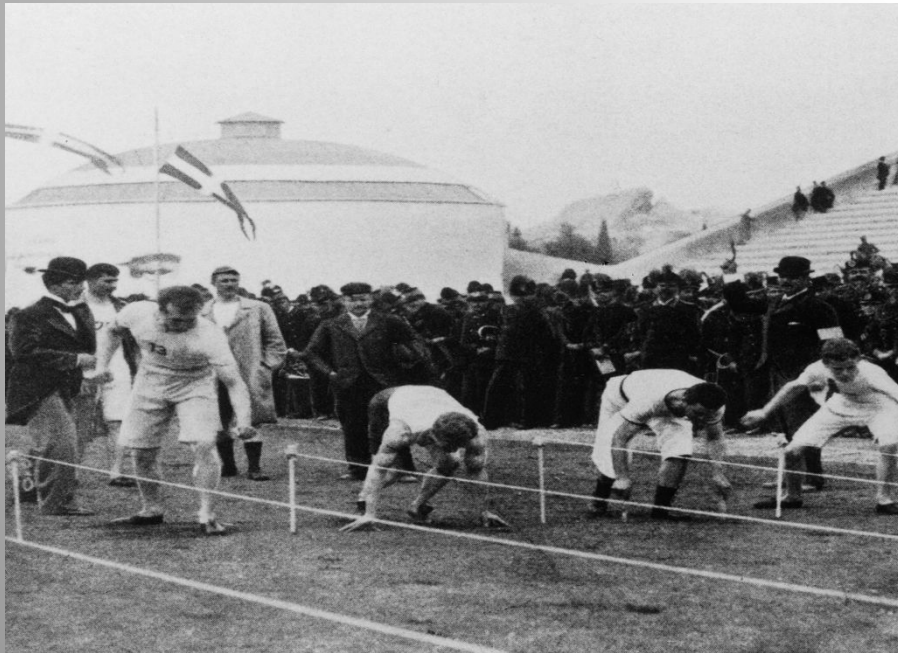
Наряду с Олимпийскими играми официальное признание получили: Истмийские игры (586 г. до н.э.) Пифийские игры (582 г. до н.э.) Немейские игры (473 г. до н.э.) Панафинейские (565 г. до н.э.) Делосские игры в честь Дионисия, Элефтерийские игры (отмечавшие изгнания персов).

Олимпийские игры классического периода мало чем отличались от игр древнегреческой эпохи: на алтаре пританейона по-прежнему горел вечный огонь Гастии. Глашатаи, призывающие принять участие в соревновании, по старым обычаям объезжали раз в 4 года всю Грецию и её колонии. Женщин, как и прежде на игры не допускали.

Современная легкая атлетика

Современная легкая атлетика раньше, чем в других странах начала культивироваться в Англии. Еще в 1837 году здесь состоялись первые соревнования по бегу на дистанцию около 2 км.

Участниками этого соревнования были учащиеся колледжа города Регби. Вскоре и в колледжах Итона, Оксфорда, Кембриджа, Лондона также организуются спортивные соревнования. Чуть позже в программу соревнований включается бег на короткие дистанции, бег с препятствиями и метание тяжести, с 1851 году включены в программу прыжки в длину и в высоту с разбега, а с 1864 году -- метание молота и толкание ядра. Новый этап начался с проведения ежегодных соревнований между университетами Оксфорда и Кембриджа. В 1865 году был основан Лондонский атлетический клуб, который провел первые чемпионаты страны. В 1880-1890-е годы легкая атлетика как самостоятельный вид спорта начала культивироваться почти во всех странах Европы.



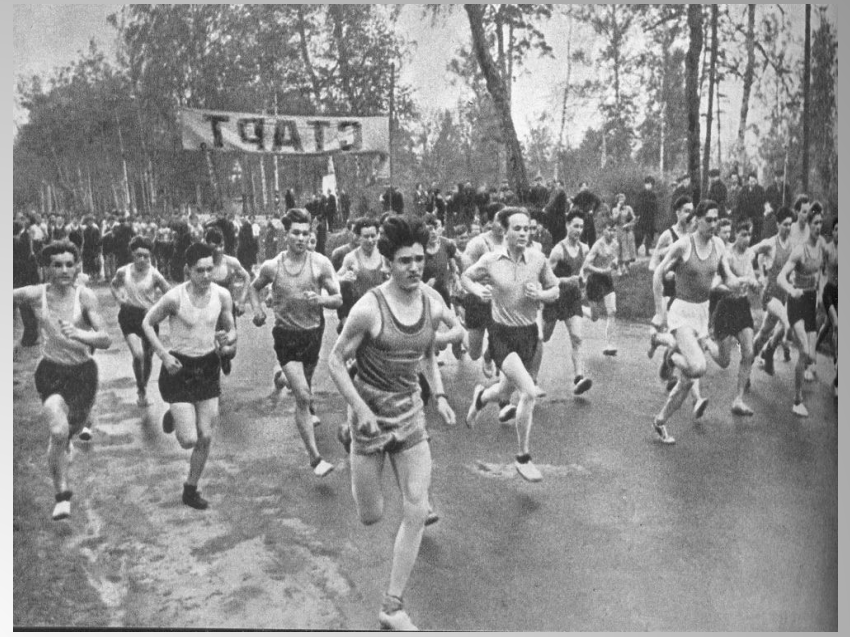
В 1880 году в Англии была основана любительская легкоатлетическая ассоциация, получившая права высшего органа по легкой атлетике в пределах Британской империи, а также в ее колониях.

В США первый атлетический клуб появился в 1868 году в Нью-Йорке. Но, пожалуй, центрами развития легкой атлетики в Америке в те годы стали университеты. В 1880-1990-е годы легкая атлетика как самостоятельный вид спорта начинает культивироваться почти во всех странах Европы. Большое влияние на развитие легкой атлетики оказало возрождение в 1896 году Олимпийских игр. В программу Игр I Олимпиады в Афинах (1896) были включены 12 видов легкоатлетических соревнований. Почти все медали завоевали американские легкоатлеты. С тех пор американские спортсмены постоянно находятся в числе лидеров мировой легкой атлетики.

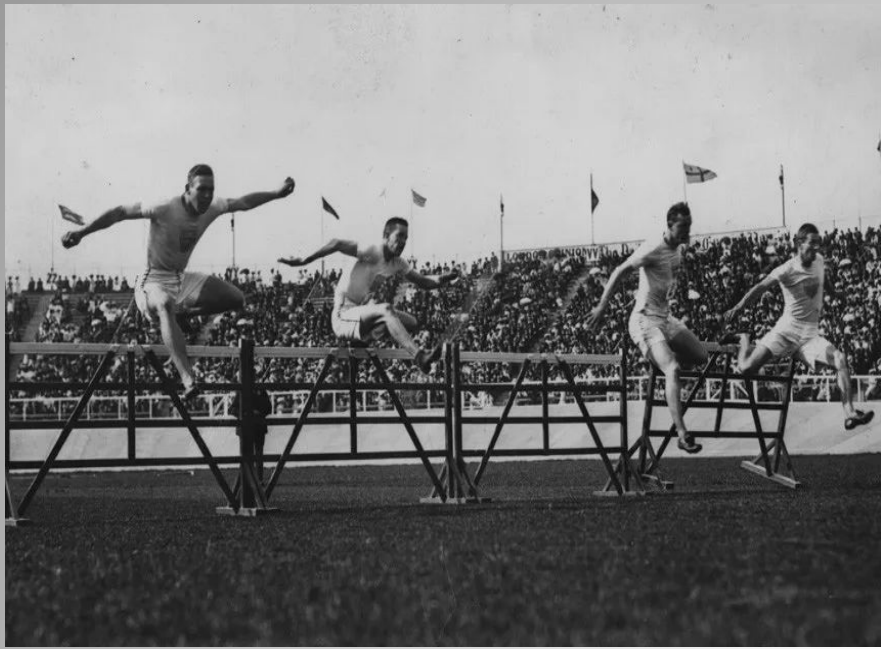
Легкая атлетика в России

Официальной датой рождения легкой атлетики в России принято считать **1888** год. В то лето группа молодых людей, отдыхающих в дачном местечке Тярлево под Петербургом, создала кружок любителей бега, и 6 августа того же года они провели первое соревнование. Деньги на организацию соревнования и на памятные призы собирали по подписке.

В следующем году кружок стал называться «**Общество любителей бега**», а с **1893** -- «**Петербургский кружок любителей спорта**». Кружок стал центром развития легкой атлетики в России, были выработаны первые правила соревнований.



Занятия бегом кружковцы начинали ранней весной на Петровском острове, а с наступлением лета -- в Тярлево. Программа соревнований дополняется в 1893 прыжками в длину с разбега, с 1895 -- толканием ядра, прыжками в высоту, барьерным бегом и бегом с препятствиями (стипель-чез). Чуть позже появляются соревнования по кроссу и прыжкам с шестом, метанию диска и метанию копья. В программу большого спортивного праздника, организованного кружком в 1895, на котором благодаря бесплатному входу присутствовало около 10000 зрителей, помимо велосипедных гонок вошли бег на разные дистанции, прыжки в длину с разбега, бег с барьерами, метание мяча и чугунного ядра. Кружок стал центром развития легкой атлетики в России. Здесь были выработаны первые правила соревнований, которые получили общее признание.



В 1912 году 47 легкоатлетов России впервые приняли участие в Олимпийских играх в Стокгольме. Однако выступление было неудачным, российские легкоатлеты не заняли ни одного призового места. Русский олимпийский комитет принял решение о ежегодном проведении Всероссийских Олимпиад, которые должны были способствовать развитию спортивного движения в стране и лучшей подготовке спортсменов к международным состязаниям. В 1913 году в Киеве состоялась первая Всероссийская Олимпиада, на которой впервые разыгрывался марафонский бег и женское первенство по легкой атлетике. Вторая Всероссийская олимпиада состоялась в 1914 году 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 100 м -- 10,8 сек -- именно с таким же результатом в 1912 году американский спринтер Р. Крейг выиграл звание чемпиона Олимпийских игр в Стокгольме (1912).

Делегация Российской империи на открытии V олимпийских игр в Стокгольме 1912г.



Начавшаяся первая мировая война, затем революция на долгие годы отодвинули спортивные соревнования. Первый чемпионат страны по легкой атлетике был проведен в Москве 1922 году, в нем участвовало 200 спортсменов из 16 городов и районов страны. О состоянии спорта в то время говорит такой факт: на личном первенстве Москвы по легкой атлетике 1921 году один из участников сломал копье, соревнование пришлось прекратить, так как второго копья в Москве не нашлось. В 1930-е годы результаты наших легкоатлетов начинают приближаться к лучшим мировым достижениям. Вторая мировая война лишила мир спортивных состязаний уровня чемпионатов Европы, Мира, Олимпийских игр. Впервые советские легкоатлеты приняли участие в первенстве Европы в 1946 году в Норвегии, а в 1948 году 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 1952 году впервые сборная СССР приняла участие в Олимпийских играх. Дебют оказался удачным: советские легкоатлеты завоевали 2 золотые, 10 серебряных и 7 бронзовых олимпийских медалей.

Чемпионат Европы 1946г



- **Татьяна Севрюкова –установила рекорд чемпионата, толкнув ядро на 14,16м.**
- **Николай Караулов – победитель в беге на 200м.**
- **Евгения Сеченова –двухкратная победительница в беге на 100 и 200 м.**
- **Клавдия Малочая –бронзовый призер в метании копья.**

С 1996 года Россия на Олимпийских играх выступает самостоятельной командой. На Играх в Сиднее (2000) российские легкоатлеты были удостоены трех золотых наград (С. Ключин -- прыжки в высоту, И. Привалова -- 400 м с барьерами и Е. Елесина -- прыжки в высоту). На чемпионате Европы 2002 года российская сборная заняла общекомандное первое место, завоевав 10 медалей. На чемпионате мира 2003 года в Париже сборная России также выступила удачно, заняв второе общекомандное место (после США), завоевав 6 золотых, 8 серебряных и 5 бронзовых наград.

10 лучших российских легкоатлетов



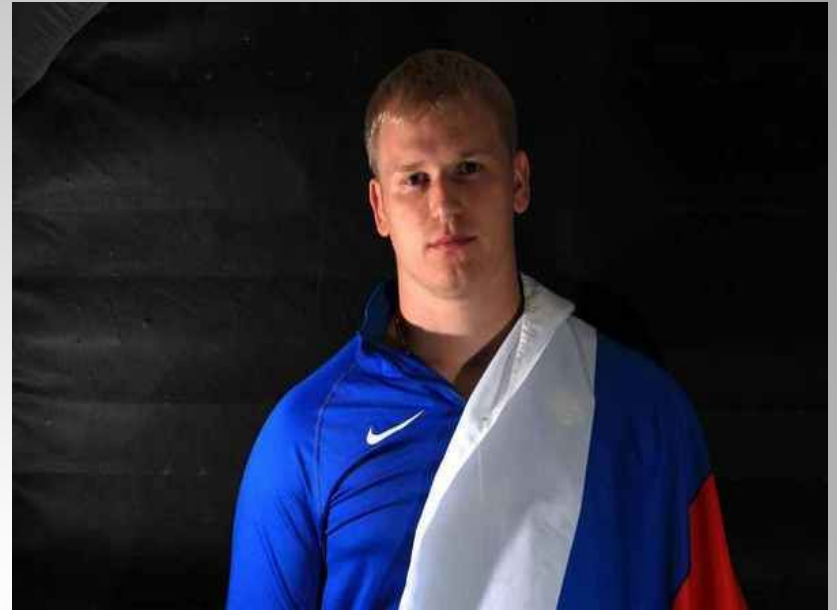
- Елена Исинбаева (прыжки с шестом), 34 года .Достижения: двукратная олимпийская чемпионка (2004, 2008), трехкратная чемпионка мира (2005, 2007, 2013).
- .Сергей Шубенков (бег), 25 лет . Достижения: чемпион мира (2015), двукратный чемпион Европы (2012, 2014), рекордсмен России (12,98) в барьерном спринте.



- Денис Кудрявцев (бег), 24 года. Достижения: призер чемпионата Европы (2014) и мира (2015) в беге на 400 м с барьерами.
- Александр Меньков (прыжки в длину), 25 лет. Достижения: чемпион мира (2013)



- Мария Кучина (прыжки в высоту), 23 года. Достижения: чемпионка мира (2015).
- Дарья Клишина (прыжки в длину), 25 лет. Достижения: двукратная чемпионка Европы в залах (2011, 2013)



- Иван Ухов (прыжки в высоту), 30 лет. Достижения: олимпийский чемпион (2012).
- Сергей Литвинов (метание молота), 30 лет. Достижения: призер чемпионата Европы (2014).



- Екатерина Конева (тройные прыжки), 27 лет. Достижения: чемпионка мира в помещении (2014), серебряный призер чемпионата мира (2013)
- Анна Чичерова (прыжки в высоту), 33 года. Достижения: олимпийская чемпионка (2012), чемпионка мира (2011) и Европы (2005)

Федерация легкой атлетик



Федерации легкой атлетики Международная ассоциация легкоатлетических федераций (англ. International Association of Athletics Federations; IAAF) основана в 1912 году и объединяет в себе национальные федерации. Штаб квартира ассоциации находится в Монако. Всероссийская федерация лёгкой атлетики (ВФЛА) занимается развитием и популяризацией лёгкой атлетики в России, а также руководит проведением всероссийских соревнований. Европейская легкоатлетическая ассоциация — европейский руководящий орган по легкоатлетическим видам спорта.