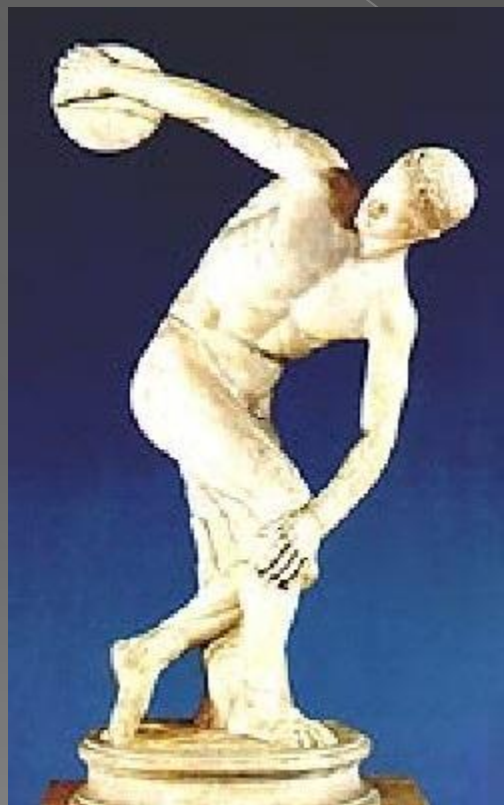


# Презентация на тему: Метание диска

# Содержание:

- 1 Соревнования и правила
- 2 Техника
- 3 Физика метания диска
- 4 Современное развитие
- 5 Рекорды
- 6 Спортсмены
- 7 Интересные факты
- 8 Литература

# Метание диска



Метание диска — дисциплина, заключающаяся в метании специального спортивного снаряда — диска, на дальность. Относится к метаниям и входит в технические виды легкоатлетической программы. Требует от спортсменов силы и координации движений. Является олимпийской дисциплиной лёгкой атлетики для мужчин с 1896 года, для женщин с 1928 года. Входит в состав легкоатлетических многоборий.

# 1. Соревнования и правила

Участники соревнований выполняют бросок из круга диаметром 2,5 метра. Расстояние броска измеряется как расстояние от внешней окружности этого круга до точки падения снаряда. Вес диска в мужских соревнованиях — 2 кг, а в женских — 1 кг (Молодежь -1.5 кг, Юниоры -1.75 кг).

В официальных соревнованиях IAAF участники выполняют шесть попыток. Если участников больше восьми то после 3-х первых попыток отбираются восемь лучших и в следующих трёх попытках они разыгрывают лучшего по максимальному результату в шести попытках.

Метание диска производится из ограждённого сеткой сектора с разрешённым горизонтальным углом вылета 35°. Запрещается выход спортсмена за границу сектора пока диск не приземлится. При броске диск может задеть ограждение сектора если другие правила не нарушены.



Фото: Е. Д. Г. А. 111. Использование для учебных целей только при условии от разрешения правообладателя.

# Техника



Первоначально метали с возвышения, как древние греки, далее перешли в сектор для толкания ядра. Однако размеры сектора были малы и с 1910 года IAAF увеличила размеры сектора для метания диска до 2.5 метров.

# Физика метания диска



Начальная скорость диска у атлетов мужчин высокого класса достигает 25 м/с. Оптимальным для мужчин дискоболов при безветрии, считается угол вылета снаряда порядка  $36-38^\circ$ . При выполнении метательного движения атлеты также придают собственное вращение диску, что позволяет приобрести снаряду дополнительную устойчивость в полёте.

# Современное развитие



Как и во всех метательных дисциплинах в метании диска долгие годы безраздельно доминировали атлеты США. Начиная с 1980х годов с ними конкурируют атлеты ГДР и Германии. Начиная с 2000-х годов лидирующие позиции захватили спортсмены Венгрии, Эстонии, Литвы.

# Рекорды

Результат	Спортсмен	Страна	Дата	Место
Открытые стадионы	мировой рекорд			
74.08 м	Юрген Шульц	ГДР	6 июня 1986	Нойбранденбург, Германия
76.80 м	Габриеле Райнш	ГДР	9 июля 1988	Нойбранденбург, Германия
Олимпийский рекорд				
69.89 м	Виригилиус Алекна	Литва	23 Августа 2004	Афины, Греция
72.30 м	Мартина Хельман	ГДР	29 сентября 1988	Сеул, Корея



# Спортсмены

Эл Ортер (США)

Мак Уилкинс (США)

Ларс Ридель (Германия)

Юрген Шульц (ГДР)

Виргилиус Алекна (Литва)

Элина Зверева (Белоруссия)

Нина Пономарёва-Ромашкова (СССР)

Фаина Мельник (СССР)

Эвелин Яаль (ГДР)

Наталья Садова (Россия)

# Интересные факты

Метание диска требует  
разностороннего  
развития атлета в том  
числе и большой  
физической силы.  
Советский дискобол  
Вихор, достигал  
результата в жиме  
штанги лёжа 250 кг. [2]