



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ДАНИЛОВОЙ ДИАНЫ 11 "Г"

СОДЕРЖАНИЕ



Введение

1. История возникновения легкой атлетики
 2. Виды легкой атлетики и их характеристика
 3. Соревнования. Форма проведения соревнований и календарь
 4. Мировые и олимпийские рекорды в легкой атлетике.
- Выдающиеся спортсмены
- Заключение
- Список литературы

ВВЕДЕНИЕ

- Легкая атлетика является комплексным видом спорта, включающим в себя различные виды дисциплин. Она по праву считается королевой спорта, недаром, два из трех призывов в девизе "Быстрее, выше, сильнее" можно не задумываясь отнести к именно легкоатлетическим дисциплинам. Легкая атлетика составляла основу спортивной программы первых олимпийских игр. Свои позиции легкой атлетике удалось завоевать за счет простоты, доступности и естественности своих соревновательных дисциплин. Это один из основных и наиболее массовых видов спорта.

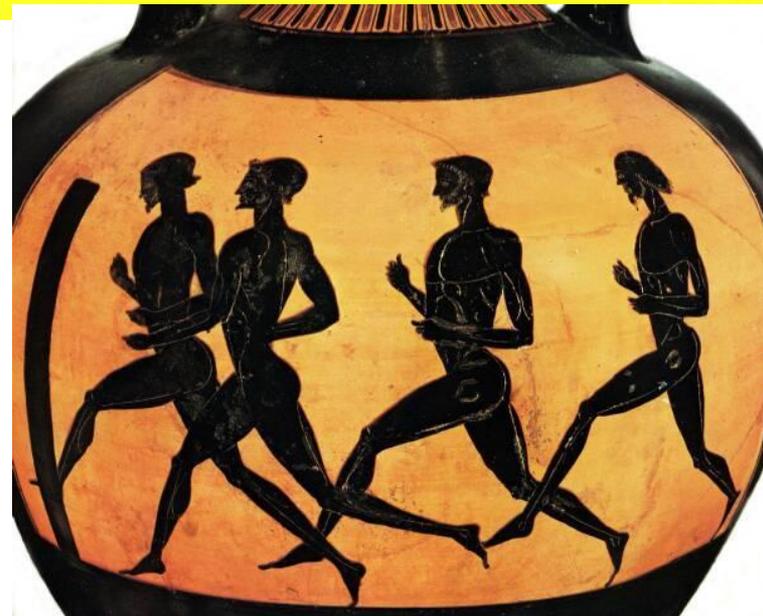


ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Первые Олимпийские игры древности, о которых сохранилась достоверная запись, состоялись в 776 г. до н.э. Тогда в программу состязаний входил лишь бег на 1 стадий (192 м 27 см). В 724 г. до н.э. проводился бег уже на 2 стадия, а еще через четыре года состоялся первый олимпийский забег на длинную дистанцию - 24 стадия. Победа на играх ценилась очень высоко. Чемпионам оказывали большие почести, избирали на почетные должности, в их честь возводили монументы.



Большой популярностью в Древней Греции пользовались прыжки в длину и эстафетный бег (лампадериомас), участники которого передавали друг другу горящий факел. Позднее в программу Олимпийских игр были включены метание диска и метание копья, а в 708 г. до н.э. впервые были проведены состязания по многоборью - пентатлону, в который входили бег на 1 стадий, метание диска, копья, прыжок в длину (во время разбега атлет держал в руках гантели массой от 1,5 до 4,5 кг) и борьба (панкратион).



ВИДЫ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ И ИХ ХАРАКТЕРИСТИКА.

Легкая атлетика - вид спорта, объединяющий такие дисциплины как:

- ходьба,
- бег,
- прыжки (в длину, высоту, тройной, с шестом),
- метания (диск, копье, молот, и толкание ядра)
- легкоатлетические многоборья.

Так программа мужских дисциплин в программе Олимпийских игр (24 вида) не менялась с 1956 года. В программу женских видов входит 23 вида.

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.

В англоговорящих странах легкая атлетика разделяется на две группы соревнований: "трековые" и "полевые".

БЕГ

Спортивная ходьба - это циклическое локомоторное движение умеренной интенсивности, которое состоит из чередования шагов, при котором спортсмен должен постоянно осуществлять контакт с землей и при этом вынесенная вперед нога должна быть полностью выпрямлена с момента касания земли и до момента вертикали.

Спортивная ходьба - на 20 км (мужчины и женщины) и 50 км (мужчины).

Соревнования по бегу — один из самых старых видов спорта, по которым были утверждены официальные правила соревнований, и были включены в программу с самых первых олимпийских игр 1896 года. Для бегунов важнейшими качествами являются: способность поддерживать высокую скорость на дистанции, выносливость (для средних и длинных), скоростная выносливость (для длинного спринта), реакция и тактическое мышление.

Бег - на короткие (100, 200, 400 м), средние (800 и 1500 м), длинные (5000 и 10 000 м) и сверхдлинные дистанции (марафонский бег - 42 км 195 м), эстафетный бег (4 x 100 и 4 x 400 м), бег с барьерами (100 м - женщины, ПО м - мужчины, 400 м - мужчины и женщины) и бег с препятствиями (3000 м).

Беговые виды входят как в состав дисциплин лёгкой атлетики, так и во многие популярные виды спорта отдельными этапами (в эстафетах, многоборьях). Соревнования по бегу проводятся на специальных легкоатлетических стадионах с оборудованными дорожками. На летних стадионах обычно 8-9 дорожек, на зимних 4-6 дорожек. Ширина дорожки — 1.22 м, линии, разделяющей дорожки — 5 см. На дорожки наносится специальная разметка указывающая старт и финиш всех дистанций, и коридоры для передачи эстафетной палочки. Сами соревнования почти не требуют сколько-нибудь особых условий. Определённое значение имеет покрытие, из которого изготовлена беговая дорожка. Исторически сначала дорожки были земляными, гравийными, асфальтовыми. В настоящее время дорожки на стадионах изготовлены из синтетических материалов, таких как тартан, рекортан, регупол и других. Для крупных международных стартов технический комитет IAAF сертифицирует качество покрытия по нескольким классам.

В качестве обуви спортсмены используют специальные беговые туфли — шиповки, обеспечивающие хорошее сцепление с покрытием. Соревнования по бегу проводятся практически в любую погоду. В жаркую погоду в беге на длинные дистанции могут также организовываться пункты питания. В ходе бега спортсмены не должны мешать друг другу, хотя при беге особенно на длинные и средние дистанции возможны контакты бегунов. На дистанциях от 100 м до 400 м спортсмены бегут каждый по своей дорожке. На дистанциях от 600 м — 800 м начинают на разных дорожках и через 200 м выходят на общую дорожку. 1000 м и более начинают старт общей группой у линии, обозначающей старт. Выигрывает тот спортсмен, который первым пересекает линию финиша. При этом в случае спорных ситуаций привлекается фотофиниш и первым считается тот легкоатлет, часть туловища которого первой пересекла линию финиша. Начиная с 2008 года IAAF начала постепенное внедрение новых правил, с целью повышения зрелищности и динамизма соревнований. В беге на средние, длинные дистанции и стипльчезе снимать 3 худших по времени спортсменов. В гладком беге на 3000 м и стипльчезе последовательно за 5, 4 и 3 круга до финиша. В беге на 5000 метров также троих за 7, 5 и 3 круга соответственно. Начиная с чемпионата Европы 1966 года и Олимпийских игр 1968 года для регистрации результатов в беге на крупных соревнованиях, используется электронный хронометраж, оценивающий результаты с точностью до сотой доли секунды. Но и в современной лёгкой атлетике электроника дублируется судьями с ручным секундомером. Рекорды мира и рекорды более низкого уровня фиксируются в соответствии с правилами IAAF.

Результаты в беговых дисциплинах на стадионе измеряются с точностью до 1/100 сек., в шоссейном беге с точностью до 1/10 сек.



ПРЫЖКИ

Прыжки подразделяются на вертикальные (прыжок в высоту и прыжок с шестом) и горизонтальные (прыжок в длину и тройной прыжок).

Прыжок в высоту с разбега — дисциплина лёгкой атлетики, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов. Составляющие прыжка — разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, переход через планку и приземление. Требуется от спортсменов прыгучести и координации движений. Проводится в летнем и зимнем сезоне. Является олимпийской дисциплиной лёгкой атлетики для мужчин с 1896 года и для женщин с 1928 года. Соревнования по прыжкам в высоту происходят в секторе для прыжков, оборудованном планкой на держателях и местом для приземления. Спортсмену на предварительном этапе и в финале даётся по три попытки на каждой высоте. Спортсмен имеет право пропустить высоту, при этом неиспользованные на пропущенной высоте попытки не накапливаются. Если спортсмен совершил неудачную попытку или две на какой-либо высоте и не хочет больше прыгать на этой высоте, он может переносить неиспользованные (соответственно, две или одну) попытки на следующие высоты. Прирост высот в ходе соревнований определяется судьями, но он не может быть менее 2-х сантиметров. Спортсмен может начать прыгать с любой высоты, предварительно оповестив об этом судей. Расстояние между держателями планки 4 м. Размеры места приземления 3 x 5 метров. При попытке спортсмен должен отталкиваться одной ногой. Попытка считается неудачной, если: в результате прыжка планка не удержалась на стойках; спортсмен коснулся поверхности сектора, включая место приземления, расположенное за вертикальной проекцией ближнего края планки, или между, или за пределами стоек любой частью своего тела до того, как он преодолел планку.

Удачную попытку судья отмечает поднятием белого флага. Если планка упала со стоек после поднятия белого флага, попытка считается засчитанной. Обычно судья фиксирует взятие высоты не раньше, чем спортсмен покинул место приземления, но окончательное решение о моменте фиксации результата формально остаётся за судьёй.

Прыжок с шестом — дисциплина, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы. Требуется от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств, координации движений. Прыжок с шестом среди мужчин является олимпийским видом спорта с I летней Олимпиады 1896 года, среди женщин — с Олимпийских игр 2000 года в Сиднее. Входит в состав легкоатлетических многоборий. Соревнования по прыжкам в высоту происходят в секторе для прыжков, оборудованном планкой на держателях и местом для приземления. Спортсмену на предварительном этапе и в финале даётся по три попытки на каждой высоте. Прирост высот в ходе соревнований определяется судьями, он не может быть менее 5 сантиметров. Обычно на малых высотах планка поднимается с шагом 10-15 см и затем шаг переходит к 5 см. Расстояние между держателями планки 4 м. Размеры места приземления 5 x 5 метров. Длина дорожки для разбега не менее 40 метров ширина 1,22 метра. Спортсмен имеет право попросить у судей отрегулировать расположение стоек для планки от 40 см перед задней поверхностью ящика для упора шеста, до 80 см по направлению к месту разбега. Попытка считается неудачной если: в результате прыжка планка не удержалась на стойках; спортсмен коснулся поверхности сектора, включая место приземления, расположенное за вертикальной плоскостью проходящей через дальний край ящика для упора, любой частью тела или шестом; спортсмен в фазе полёта руками попытался удержать планку от падения. Удачную попытку судья отмечает поднятием белого флага. Если планка упала со стоек после поднятия белого флага, это уже не имеет значения — попытка засчитана. Если при выполнении попытки шест сломается, спортсмен имеет право выполнить попытку заново.

Прыжок в длину — дисциплина, относящаяся к горизонтальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы. Требуется от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств. Прыжок в длину входил в соревновательную программу античных Олимпийских игр. Является современной олимпийской дисциплиной лёгкой атлетики для мужчин с 1896 года, для женщин с 1948 года. Входит в состав легкоатлетических многоборий. Задача атлета — достигнуть наибольшей горизонтальной длины прыжка с разбега. Прыжки в длину проводятся в секторе для горизонтальных прыжков по общим правилам, установленным для этой разновидности технических видов. При выполнении прыжка атлеты в первой стадии совершают разбег по дорожке, затем отталкиваются одной ногой от специальной доски и прыгают в яму с песком. Дальность прыжка рассчитывается как расстояние от специальной метки на доске отталкивания до начала лунки от приземления в песке. Расстояние от доски отталкивания до дальнего края ямы для приземления должно быть не менее 10 м. Сама линия отталкивания должна быть расположена на расстоянии до 5 м от ближнего края ямы для приземления. У мужчин атлетов мирового класса, начальная скорость при отталкивании от доски достигает 9,4 — 9,8 м/с. Оптимальным углом вылета центра масс спортсмена к горизонту считается 20-22 градуса и высота центра масс относительно обычного положения при ходьбе — 50-70 см. Наивысшей скорости атлеты обычно достигают на последних трёх-четырёх шагах разбега. Прыжок состоит из четырёх фаз: разбега, отталкивания, полёта и приземления. Наибольшие различия, с точки зрения техники, затрагивают полётную фазу прыжка.

МЕТАНИЯ

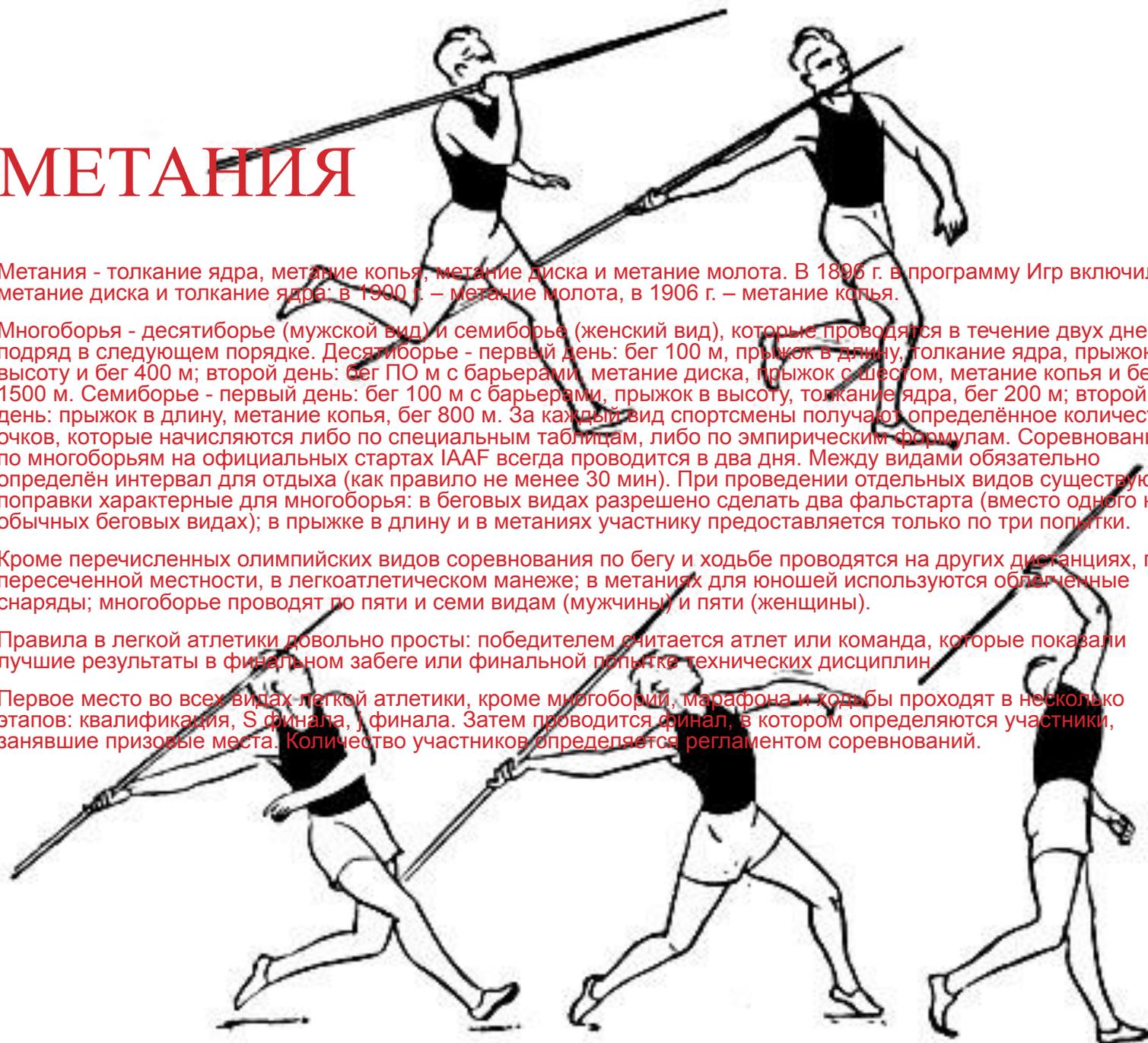
Метания - толкание ядра, метание копья, метание диска и метание молота. В 1896 г. в программу Игр включили метание диска и толкание ядра; в 1900 г. – метание молота, в 1906 г. – метание копья.

Многоборья - десятиборье (мужской вид) и семиборье (женский вид), которые проводятся в течение двух дней подряд в следующем порядке. Десятиборье - первый день: бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту и бег 400 м; второй день: бег 100 м с барьерами, метание диска, прыжок с шестом, метание копья и бег 1500 м. Семиборье - первый день: бег 100 м с барьерами, прыжок в высоту, толкание ядра, бег 200 м; второй день: прыжок в длину, метание копья, бег 800 м. За каждый вид спортсмены получают определенное количество очков, которые начисляются либо по специальным таблицам, либо по эмпирическим формулам. Соревнования по многоборьям на официальных стартах IAAF всегда проводится в два дня. Между видами обязательно определен интервал для отдыха (как правило не менее 30 мин). При проведении отдельных видов существуют поправки характерные для многоборья: в беговых видах разрешено сделать два фальстарта (вместо одного как в обычных беговых видах); в прыжке в длину и в метаниях участнику предоставляется только по три попытки.

Кроме перечисленных олимпийских видов соревнования по бегу и ходьбе проводятся на других дистанциях, по пересеченной местности, в легкоатлетическом манеже; в метаниях для юношей используются облегченные снаряды; многоборье проводят по пяти и семи видам (мужчины) и пяти (женщины).

Правила в легкой атлетике довольно просты: победителем считается атлет или команда, которые показали лучшие результаты в финальном забеге или финальной попытке технических дисциплин.

Первое место во всех видах легкой атлетике, кроме многоборий, марафона и ходьбы проходят в несколько этапов: квалификация, S финала, J финала. Затем проводится финал, в котором определяются участники, занявшие призовые места. Количество участников определяется регламентом соревнований.



СОРЕВНОВАНИЯ. ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ И КАЛЕНДАРЬ

Некоммерческие соревнования.

Летние Олимпийские игры — лёгкая атлетика в программе Игр с 1896 года.

Чемпионат мира на открытых стадионах — проводится с 1983 года, раз в два года по нечётным годам. Очередное мировое первенство 2011 года пройдет в Тагу (Республика Корея).

Чемпионат мира в помещении — проводится с 1985 года, раз в два года по чётным годам. Следующий чемпионат пройдет в 2010 году в Стамбуле (Турция).

Чемпионат Европы на открытых стадионах — проводится с 1934 года раз в четыре года. Очередной Чемпионат Европы прошёл в 2010 году в Барселоне (Испания).

Чемпионат Европы в помещении — проводится с 1966 года, раз в два года по нечётным годам.

Кубок мира на открытых стадионах (командные соревнования) — проводится раз в четыре года. Очередной Кубок мира пройдет в 2010 году.

Коммерческие соревнования

Гран-при — цикл летних соревнований проходящих ежегодно и заканчивающихся финалом Гран-при (специальный приз "Джек-пот" в 1 млн. долларов).

Золотая лига.

Бриллиантовая лига - цикл соревнований проводится ежегодно с 2010 года.

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 мероприятия.

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 в 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. Так наиболее престижные марафонские забеги проводятся весной и осенью.

В большинстве случаев легкоатлетический стадион бывает совмещён с футбольным (в США американский футбол или лакросс) стадионом и полем (например, стадион "Лужники"). Стандартно включает в себя овальную 400 метровую дорожку, которая обычно состоит из 8 или 9 отдельных дорожек, а также секторов для соревнований в прыжках и метаниях. Дорожка для бега на 3000 метров с препятствиями имеет специальную разметку, и препятствие с водой вынесено на специальный вираж.

Принято измерять дистанции на стадионах в метрах (например, бег на 10 000 метров), а на шоссе или открытой местности в километрах (например, кросс 10 километров). Дорожки на стадионах имеют специальную разметку отмечающую старт всех беговых дисциплин, и коридоры для передачи эстафет.

Иногда соревнования по метанию (обычно метанию молота) выделяют в отдельную программу, или вообще выносят за пределы стадиона, так как потенциально снаряд, случайно вылетевший за пределы сектора, может нанести увечья другим участникам соревнований или зрителям.

Закрытый стадион (манеж) стандартно включает в себя овальную 200 метровую дорожку, состоящую из 4-6 отдельных дорожек, дорожку для бега на 60 метров и секторов для прыжковых видов. Единственный вид для метаний входящий в программу зимнего сезона в закрытых помещениях — это толкание ядра и, как правило, он не имеет специального сектора и организуется отдельно на месте других секторов. Официальные соревнования IAAF проводятся только на 200 метровой дорожке, однако существуют также и стадионы с нестандартной дорожкой (140 метров, 300 метров и другие).

В манежах на виражах закладывают определённый угол уклона (обычно до 18°), который облегчает бегунам прохождение дистанции на поворотах с малым радиусом кривизны. Впервые эти соревнования были проведены в 1985 году во французском Париже. Правда, назывались они тогда "World Indoor Games" (Всемирные Игры в помещениях), но, уже начиная с 1987 года, получили всем нам привычное название "World Indoor Championships" (чемпионат мира в помещениях). Чемпионаты мира проводятся каждые два года и лишь однажды из этого правила было сделано исключение, когда соревнования прошли в 2003 и 2004 годах. Сделано это было для того, чтобы развести летний и зимний чемпионаты по разным годам.

Начиная с 2006 года дистанция 200 метров была исключена из программы Чемпионатов Мира и Европы по соображениям того, что участники поставлены в очень неравные условия, то есть тот, кто бежит по внешней дорожке находится в самых выгодных условиях. Однако на прочих соревнованиях и в большинстве национальных чемпионатов соревнования на 200-метровой дистанции проводятся до сих пор.

МИРОВЫЕ И ОЛИМПИЙСКИЕ РЕКОРДЫ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ. ВЫДАЮЩИЕСЯ СПОРТСМЕНЫ

Под понятием мировые рекорды в легкой атлетике подразумевается получение и достижение самых высоких результатов, которые могут быть показаны либо одним отдельным атлетом, либо же целой командой из нескольких атлетов, при этом условия должны быть сравнимыми и повторяемыми. Все мировые рекорды ратифицируются в зависимости от показателя IAAF. Новые рекорды также могут и устанавливаться непосредственно в ходе проведения мировых соревнований IAAF в полном соответствии с имеющимся для этого вида спорта списку дисциплин.

Достаточно распространенным является также и понятие наивысшего мирового достижения. Это достижение принадлежит к разряду тех достижений, которые не принадлежат к списку легкоатлетических дисциплин, которые находятся в списке легкоатлетических дисциплин, которые утверждены IAAF. К таким легкоатлетическим видам спорта, которые не принадлежат к списку IAAF принадлежат такие дисциплины, как бег на 50 метров и метание различного веса.

Во всех дисциплинах, которые утверждены IAAF рекорды измеряются в соответствии с метрической системой, в которую входят метры и секунды. Единственным исключением из этого правила является бег на милю.

Первые высшие мировые достижения исторически относят к середине XIX века. Тогда в Англии появился институт профессиональных спортсменов и впервые начали замерять лучшее время в беге на 1 милю. Начиная с 1914 года и появления IAAF, устанавливается централизованная процедура фиксации рекордов, и был определен список дисциплин, в которых регистрировались мировые рекорды.

На Олимпиаде в Мехико в 1968 году впервые начали использовать полностью автоматизированную систему измерения времени с точностью до сотых долей секунды (Джим Хайнс, 9,95 с в беге на 100 м). С 1976 года IAAF установила использование автоматики для определения времени в спринте как обязательное условие.

Старейшим мировым рекордом в дисциплинах легкой атлетики, входящих в программу Олимпийских игр, является рекорд в беге на 800 метров на открытых стадионах у женщин (1:53,28), установленный 26 июля 1983 года Яромиллой Крадохвильовой (Чехословакия).

Старейшим мировым рекордом из зарегистрированных в дисциплинах, входящих в программу чемпионатов мира, является зимний рекорд в толкании ядра у женщин (22,50 м), установленный 19 февраля 1977 года Хеленой Фибингеровой (Чехословакия).

IAAF практикует выплату премияльных за установление мирового рекорда. Так, в 2007 году сумма призовых составляла 50 000 USD. Устроители коммерческих стартов могут устанавливать дополнительные призовые за превышение мирового рекорда, что привлекает зрителей и спонсоров.

Любители легкой атлетики часто дискутируют о рекордах в вертикальных прыжках, особенно в прыжках с шестом. В этой дисциплине спортсмены имеют возможность прибавлять по сантиметру к предыдущему результату, что невозможно в других видах. Рекордсменом по количеству рекордов является прыгун с шестом Сергей Бубка (СССР, Украина), установивший в период с 1984 по 1994 год 35 мировых рекордов.

Елена Исинбаева - обладательница 27 мировых рекордов, впервые в мире в 2005 году покорила высоту в 5 метров.

Американец Дик Фосбери победил в 1968 году в Мехико, прыгая невиданным доселе способом (пролетая над планкой спиной, а не животом), мировой рекорд в этом виде был перекрыт лишь в 1973 году усилиями Дуайта Стоуна, взявшего 2 метра 30 сантиметров. Потом мировой рекорд старым перекидным способом был только один человек - феноменально талантливый Владимир Луценко. Несомненно, улучшилась техника у прыгунов с шестом, у метателей всех четырех видов - молота, ядра, колья и диска. А вот техника прыгунов в длину и тройным улучшилась за последние 20-40 лет в меньшей степени, у бегунов - еще в меньшей. Например, Майкл Джонсон владел мировым рекордом на дистанции 200 метров в течение 12 лет (Усейн Болт в Пекине в 2008 году побил его мировой рекорд на 200 м), а на 400 метров его непревзойденному достижению исполнилось уже 10 лет.

С одной стороны: идет вовлечение все большего количества стран и спортсменов в занятие легкой атлетикой на высоком уровне. В довоенные времена более 80 процентов мировых рекордов в спринте, прыжках и метаниях принадлежали американцам. И только в беге на выносливость их теннили европейцы. Причем, сами американцы еще какие-то лет 40 назад считали: бег на короткие дистанции - удел темнокожих, на средние и длинные - белых. В те годы мировыми рекордами на 800 метров владел белокурый новозеландец Питер Снелл, на 1500 - феноменальный рекорд австралийца Херба Эллиота продержался 7 лет, пока его не побил белый американец Джим Райан.

На 5000 и 10000 метров мировые рекорды сначала от англичан перешли к русским Владимиру Кучу и Петру Болотникову, а потом - к австралийцу Рону Кларку. Но теперь рекорды к своим рукам прибрали уроженцы Африки, куда постепенно проникает физическая культура и современные методы тренировок. Что удивительно, рекордсменов поставляют не все страны Черного континента, а лишь некоторые. Более того, в той многонациональной Кении с населением 30 миллионов все знаменитые бегуны, в том числе и многочисленные рекордсмены, и победители Олимпиад, представляют только один народ календжин. Таких в стране менее 10 % населения, хотя в условиях среднегорья и высокогорья проживает 70 % кенийцев. Еще интереснее, что большинство кенийских рекордсменов родились в высокогорном городке Элдорет с населением 80 тыс. человек, или в ближайших к нему деревнях. И многие из них приходится друг другу родственниками. Как рассказал нашему корреспонденту олимпийский чемпион Пекина в беге на 800 Вилфред Бунге, двоюродным братьями ему приходится рекордсмен мира Вилсон Кипкетер и многократный рекордсмен мира Генри Роно, дальними родственниками Кепного Кейно, Гамела Джелимо. Марокканские рекордсмены и экс-рекордсмены мира Халид Сках, Саид Ауита и Эль Герудж тоже родом из одной и той же маленькой горной провинции.

В мировую элиту бега на выносливость еще входят молодые уроженцы Судана. Ну, и наш Юрий Борзаковский вопреки всякой логике уже 10 лет побеждает талантливых уроженцев Африки (точнее - некоторых ее регионов), которые также принимают гражданство США, Дании, Турции, Эмиратов, Франции, Швеции.

Аналогичная ситуация и у спринтеров. В беге на 100 метров последним белым рекордсменом мира был немец Армин Хари полвека назад. После него (плюс еще лет 30 до него) рекорд на самой скоростной дистанции неизменно улучшали лишь темнокожие американцы. В последнее время все большую конкуренцию им составляют темнокожие жители островов вблизи американского континента - в основном Ямайки. Усейн Болт тому подтверждение. Он преодолел 100м за 9,58 секунд. Это феноменальный результат. Спортсмены, которые выиграли наибольшее количество золотых медалей в истории Олимпийских Игр: Карл Льюис (США) и Пааво Нурми (Финляндия) — 9 золотых медалей.

Выдающиеся результаты в истории мирового спорта показали такие легкоатлеты как:

Роберт Корженевски (Польша)

Джесси Оуэнс (США)

Валерий Брумль (СССР)

Эл Ортер (США)

Сергей Бубка (СССР-Украина)

Майкл Джонсон (США)

Хишам Эль-Герруж (Марокко)

Хайле Гебреселассие (Эфиопия)

Кенниза Букера (Эфиопия)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

<https://ru.wikipedia>

<http://www.bestreferat.ru/referat-180934.html>

<http://xreferat.com/103/1469-1-legkaya-atletika-osnovnye-vidy-legkoiy-atletiki.html>

http://www.argosport.ru/sport/legkaiy_atletika.html

<http://womanadvice.ru/vidy-legkoy-atletiki>

<http://fb.ru/article/156015/legkaya-atletika-eto-kakoy-vid-sporta-legkaya-atletika-v-rossii#image524306>

«БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ»