

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА СПО-2. 25.03.2020г. ТЕОРИЯ:

ПРОИСХОЖДЕНИЕ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ.

История появления и развития легкой атлетики

Археологические находки - вазы, медальоны, монеты, скульптуры помогают представить сегодня, как у древних греков, а позже римлян проходили состязания, которые теперь называются легкоатлетическими. Все физические упражнения древние греки называли атлетикой и делили ее на «легкую» и «тяжелую». К легкой они относили бег, прыжки, метание, стрельбу из лука, плавание и некоторые другие упражнения, развивающие ловкость, быстроту, выносливость.

Борьба, кулачный бой и вообще все упражнения, которые развивали силу, греки относили к тяжелой атлетике. Ясно, что название «легкая атлетика» сегодня достаточно условное, ведь трудно назвать, например, бег на сверхдлинные дистанции - марафон или метание молота «легкими» физическими упражнениями. Древнейшим состязанием атлетов, несомненно, является бег. Поразительно, что сегодня мы знаем имя первого олимпийского чемпиона древней Греции и дату, когда произошло это событие. Это случилось в 776 г. до н.э. В Олимпии, древнейшем религиозном центре Греции. Победитель был один, так как атлеты соревновались на тех играх только в беге на один стадий (примерно 192 м.) - отсюда слово «стадион». Победителя звали Корибос, кажется, он был поваром из города-полиса Элиды. В Эрмитаже, в Санкт-Петербурге, можно увидеть греческие и римские памятные медальоны, монеты с изображениями бегунов.

На красивой глиняной вазе, изготовленной и расписанной греческими мастерами в V в. до н.э. исключительно живо представлено четверо соревнующихся в беге. Есть в коллекции ваза с изображением атлета, прыгающего в длину. Любопытно, что в руках он держит что-то вроде современных гантелей. Они были каменными или металлическими, от 1,5 кг. и более весом. Древние считали, что такие гантели точнее направляли размах рук прыгуна, способствовали более точной его посадке. летописи говорят, что, если у приземлившегося атлета одна нога оказывалась дальше другой, прыжок не засчитывался. В России в 1888 году был образован первый спортивный кружок в Тярлеве, близ Петербурга. Широкое развитие современной легкой атлетики связано с возрождением Олимпийских игр (1896) как крупнейших международных соревнований.

