

Содержание:

Image not found or type unknown



ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования заключается в том, что в настоящее время изучение истории развития легкоатлетических видов спорта имеет огромный интерес у современных ученых. Это обосновывается тем, что легкая атлетика, несомненно, является одним из наиболее древних видов спорта в истории человеческой цивилизации, который имеет множество характерных особенностей.

История развития легкоатлетических видов спорта волнует современных исследователей и по той причине, что в настоящее время существует не так много источников, которые смогли бы предоставить точную и достоверную информацию по истории развития и становления легкой атлетики, поскольку, как уже было сказано, легкоатлетические виды спорта зародились очень давно. Поэтому история легкой атлетики на сегодняшний день имеет множество нераскрытых вопросов.

Целью работы является исследование истории развития легкоатлетических видов спорта.

Для достижения установленной цели предполагается решение следующих задач:

- изучить понятие и общую характеристику легкоатлетических видов спорта;
- рассмотреть историю развития метаний у женщин и мужчин;
- определить историю развития бега у мужчин и женщин;
- выявить общую характеристику истории развития мужского и женского многоборья;
- исследовать историю развития прыжков у мужчин и женщин.

Объект исследования – легкоатлетические виды спорта.

Предмет исследования - история развития легкоатлетических видов спорта.

Методы, которые были использованы при проведении исследования: система общенаучных и частных методов познания социально-правовых явлений, которые конкретизируются в виде таких методов, как, системный, логический, и другие. Также используются в работе методы анализа и синтеза полученной информации.

Теоретической и методологической основой данной работы являются труды отечественных ученых, которые опубликовали за последнее время фундаментальные и прикладные работы в области исследования истории развития легкоатлетических видов спорта. Использовались работы таких авторов, как: Алхасов Д.С.; Виленский М.Я.; Исмагилов К.К.; Кобяков Ю.П.; Пирсов О.Р.

Структура работы включает в себя такие элементы, как: введение, основная часть работы, заключение, список использованных источников.

Список использованных источников представлен списком библиографических описаний произведений печати или составных частей, выстроенных в алфавитном порядке.

Список источников содержит в себе источники, которые используются в ходе подготовки текста: цитируемые, упоминаемые, а также те, которые имеют прямое отношение к исследуемой теме.

1 Понятие и общая характеристика легкоатлетических видов спорта

Легкая атлетика представляет собой самую массовую из всех спортивных дисциплин, которые существуют в настоящее время, а также объединяет в себе:

- бег;
- прыжки;
- ходьбу;
- метания;
- многоборье.

Из всех олимпийских видов спорта легкая атлетика считается самым медалеемким. Сюда входит 24 дисциплины для мужчин и 23 для женщин. В целом, программа

мужских соревнований очень консервативна, она не менялась больше полувека. Лишь женщины добились для себя права выступать в видах спорта легкой атлетики, считавшиеся прежде мужскими[1].

Легкоатлетические состязания являются очень древними. Еще в эпоху античности в Греции и Риме легкая атлетика легла в основу Олимпийских состязаний. Древние греки называли все физические упражнения атлетикой, которую было принято делить на легкую и тяжелую. К легкой атлетике они относили упражнения, развивающие ловкость и выносливость (например, бег, прыжки, стрельба из лука, плавание и так далее). Соответственно, любые упражнения, которые способствовали развитию силы, относились к тяжелой атлетике.

Таким образом, можно сделать обобщающий вывод о том, что легкая атлетика представляет собой массовый вид спорта. По традиции его делят на подразделы, в которые включены: бег; ходьба; прыжки; многоборье; метательные виды. История развития и становления легкоатлетических видов спорта берет свое начало еще с древности.

2 История развития метаний у женщин и мужчин

В настоящее время легкая атлетика включает в себя следующие метания:

- метание молота;
- метание диска;
- метание копья.

История развития метаний у мужчин началась намного раньше, чем у женщин. Так, метание копья было знакомо мужчинам с древних времен. С помощью копья они охотились на зверя и воевали с соседними племенами. И не случайно, метание копья было включено в программу соревнований Олимпийских игр в Древней Греции. Хорошее владение копьем было для мужчин очень важным в те времена.

В 19-ом веке состязания по метанию копья у мужчин сначала начали проводиться в скандинавских странах: в Финляндии — с 1883 года, в Швеции - с 1886 года, в Норвегии - с 1891 года. Мужчины метали копье, упираясь пальцами сильнейшей руки в хвост копья, а другой рукой поддерживали его за середину. Подобный стиль назывался «вольным»[2].

В 1906 году метание копья у мужчин, как спортивная дисциплина, было включено в программу Олимпийских игр[3].

Что касается метания копья у женщин, то первые соревнования среди женщин по метанию копья, вес которого составил 800 грамм, были проведены лишь в 1916 году. Результат учитывался с двух рук. В 1926 году было введено копьё весом 600 грамм. Спустя 4 года немецкая метательница Е. Браумюллер метнула копьё на расстояние 40,27 метров. В программу Олимпийских игр женское копьё было включено только в 1932 году[4].

История метания молота у мужчин начинается в середине 18 века в Англии. В те времена мужчины-кузнецы Ирландии и Шотландии часто соревновались в ловкости и силе, бросая на дальность обыкновенный молот - свое основное орудие производства. Со временем это увлечение стало очень популярным, и было включено в программу национальных легкоатлетических соревнований. Первый чемпионат Англии состоялся в 1866 году. Победителем стал Р.Джеймс, показавший результат 24,50 метров. Сначала молот метали с размахиваний и одного поворота. В дальнейшем молот и способы его метания начали совершенствоваться, как и правила соревнований[5].

Начиная с 1990-х годов метание молота стало популярным у женщин. С 2000 года оно было включено в женскую программу Олимпийских игр. Лидируют здесь в основном спортсменки из России, Кубы, Германии, Китая[6].

Метание диска у мужчин было одним из любимых физических упражнений античного периода. Это упражнение было включено в древности в программу Олимпийских игр у мужчин как часть пятиборья (пентатлон).

В 1859, 1870, 1875, 1888 и 1889 годах в Греции начали проводиться национальные олимпийские празднества. Метание диска у мужчин, перенятое от древних греков, было взято как отдельный специальный вид соревнований[7].

У женщин метание диска вошло в соревновательную программу Олимпийских игр с 1928 года. Некоторые женщины-атлеты, совмещали занятия метания диска с толканием ядра. Например, советская спортсменка Тамара Пресс выигрывала Олимпийские игры в толкании ядра (в 1960 и 1964 годах) и в метании диска (в 1964 году)[8].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что история развития метаний у мужчин берет начало намного раньше, чем история развития метаний у женщин.

Так, например, метания копья и диска у мужчин существовали еще в древние времена. В свою очередь, метания копья и диска у женщин появились только в 20 веке.

3 История развития бега у мужчин и женщин

Бег является одним из самых древних видов спорта у мужчин. Добывая пищу, мужчина мог преследовать добычу только бегом, загоняя зверя до полного изнеможения. О том, что доисторический мужчина мог бегать долго и очень быстро, свидетельствует и строение его стоп, фрагменты костей которых были найдены во время археологических раскопок. Ученые подсчитали, что мужчина плейстоценового периода мог развивать скорость около 37 километров в час[\[9\]](#).

Первые Олимпийские игры в Греции состоялись в 8 веке до нашей эры. Игры устраивали на измеренном поле (стадионе), где вмещалось 40000 зрителей. Главным олимпийским состязанием являлось пятиборье, которое включало в себя и бег. Поначалу единственной беговой дисциплиной у мужчин в пятиборье был спринт на 157-196 метров. Позже появилась длинная дистанция в 5400 метров под названием «долихос»[\[10\]](#).

С приходом христианства Олимпийские игры стали рассматриваться как проявление язычества, в результате чего они были запрещены императором Феодосием I.

Затем, первые соревнования по бегу среди мужчин состоялись в 1837 году в Великобритании. Студенты колледжа в городе Регби состязались в беге на длинную дистанцию. После успеха мероприятия в следующем году провели несколько десятков таких соревнований в разных городах. В середине 19 века в соревнования по легкой атлетике среди мужчин добавили еще две беговые дисциплины — бег с препятствиями и бег на короткие дистанции[\[11\]](#).

На первых же Олимпийских играх современности была введена новая дисциплина легкоатлетической программы для мужчин – марафон. Аналогичная дисциплина у женщин появилась лишь в 1984 году.

Что касается истории развития женского спортивного бега, то здесь стоит отметить, что женский бег в начале 20 века считался чем-то невообразимым. В начале 20 века как такового запрета на бег для женщин не существовало, они

могли бегать в свободное время сколько хотели. Максимум, что их ожидало – это косые взгляды прохожих. Иначе обстояло дело с соревновательным бегом, в нем вход женщинам был закрыт ещё со времён Древней Греции.

В 1926 году англичанка Вайолет Пирси впервые публично пробежала марафон за 3 часа 40 минут, но, поскольку она сделала это неофициально, результат не был учтён. Женщинам впервые была предоставлена официальная возможность проявить себя на Олимпийских играх 1928 года в Амстердаме: для них были установлены дистанции на 100 и 800 метров. Казалось, что это должно поспособствовать развитию женского бега, однако, сославшись на падающих без сил на трассе женщин, Олимпийский комитет исключил 800-метровую дистанцию из списка спортивных дисциплин. Запрет продержался 32 года, до Олимпийских игр 1960 года в Риме. Золото завоевала советская спортсменка Людмила Шевцова, пробежав 800 метров за 2 минуты. Несмотря на успешное выступление на Олимпиаде, вне стадиона положение женщин по-прежнему оставалось незавидным [\[12\]](#).

Все изменилось в 1984 году. На фоне бегового бума в США женский марафон был включён в список дисциплин Олимпийских игр в Лос-Анджелесе. С тех пор женщины стали активными участницами всех беговых событий мира [\[13\]](#).

Таким образом, можно сделать обобщающий вывод о том, что история развития бега у мужчин начинается в доисторический период и активно развивается во времена античности. В свою очередь, развитие бега у женщин началось только в 1926 году, до этого момента существовал запрет на спортивный бег среди женщин.

4 Общая характеристика истории развития мужского и женского многоборья

Первое достоверно известное спортивное многоборье у мужчин - пентатлон, соревнования по которому проводились в рамках античных Олимпийских игр. Пентатлон (пятиборье) включал и борьбу [\[14\]](#).

Первая попытка проведения мужского многоборья на Олимпийских играх современности была предпринята в 1906 году. Организаторы включили в программу традиционное древнегреческое пятиборье с оценкой по занятым местам и борьбой в заключение состязаний. Это мужское многоборье прошло без успеха и вызвало лишь насмешки зрителей.

Впервые десятиборье у мужчин было включено в программу Стокгольмской олимпиады в 1912 году. Эти соревнования проводились три дня. На играх 1920 года виды были распределены на два дня, и с тех пор такой порядок у мужчин не меняется[15].

Первым чемпионом Олимпийских игр 1912 года в десятиборье среди мужчин стал Дж. Торп (США), показавший выдающиеся результаты для своего времени. После победы Дж. Торп по политическим мотивам был дисквалифицирован Любительским союзом США[16].

В целом, к классическим видам мужского многоборья относят следующие дисциплины: триатлон; современное пятиборье; семиборье; десятиборье; многоборье в конькобежном спорте.

Например, первые соревнования по триатлону у мужчин состоялись в 1974 году, а начиная с 1980 года триатлон получил широкую популярность сначала в США, а затем и в других странах.

Что касается развития женского многоборья, то здесь стоит отметить, что, несмотря на сравнительно небольшой период развития, женское многоборье претерпело большое количество трансформаций. Изначально в древние времена женщины не только не участвовали в многоборье, но им даже запрещалось смотреть Олимпийские игры.

На протяжении долгого времени женщины эпизодически появлялись на соревнованиях и пробовали силы в различных легкоатлетических многоборьях. Первые официальные международные соревнования по многоборью для женщин были проведены в Монте-Карло на II женской Олимпиаде в 1922 году. Программа многоборья включала пять видов, однако в период с 1922 по 1933 года в разных странах проводилось женское пятиборье по самым разным программам. Лишь в 1933 году Международная женская спортивная федерация утвердила единую программу, по которой стали регистрировать рекорды[17].

Впоследствии основным видом женских многоборий стало пятиборье, которое с 1949 по 1969 годы включало 2 вида бега, прыжки в высоту, прыжки в длину и толкание ядра. Первой рекордсменкой мира в пятиборье была Т. Мауэрмайер, рекорд которой продержался до 1946 года[18].

Однако, человеку свойственно стремиться к большему, повторение достигнутого уже не так интересно. Так, легкоатлетки затем осилили и семиборье. В настоящее

время на Западе с каждым годом становятся все более популярными соревнования по супермногоборью для женщин. Также десятиборье в настоящее время вызывает огромный интерес среди молодых талантливых легкоатлетов.

Таким образом, можно сделать обобщающий вывод о том, что многоборье у мужчин началось развиваться со времен Древней Греции. Первая попытка проведения современного мужского многоборья на Олимпийских играх была предпринята в 1906 году. Многоборье у женщин начало активно развиваться намного позже, а именно с 1922 года.

5 История развития прыжков у мужчин и женщин

Первые состязания в прыжках среди мужчин были зафиксированы на Олимпийских играх, проходивших в 708 году до нашей эры в рамках пентатлона (пятиборья). Первым победителем в прыжках в пентатлоне стал Лампис из Лакоши. Однако ряд современных историков предполагает, что олимпийцы древности выполняли на соревнованиях не однократный прыжок в длину, а многоскок[\[19\]](#).

Первые упоминания о прыжках современного времени происходят из Шотландии, поэтому родиной тройного прыжка принято считать Шотландию. Так в 1794 году на крикетном поле Аслигтона трактирщик Хонслей из Ирландии прыгнул на 13,26 метров. Первым чемпионом Олимпийских игр в 1896 году в Афинах стал американец ирландского происхождения Конолли, прыгнувший на 13,71 метров[\[20\]](#).

Всем любителям легкой атлетики среди мужчин запомнились прыжки на 19 Олимпийских играх в 1968 году в высокогорном Мехико, на которых чемпион Боб Бимон улучшил мировой рекорд сразу на пол метра, прыгнув на целых 8,90 метров. На этих же Олимпийских играх отличился Виктор Санеев, трижды улучшая мировой рекорд в тройном прыжке, и доведя его в итоге до 17,39 метров[\[21\]](#).

Первый основной рекордный результат прыжков в высоту среди женщин был зафиксирован в 1926 году и составлял 1,56 метров (Греен, Великобритания). Большими усилиями советской спортсменки А. Чудиной «потолок» рекордов по прыжкам в высоту был поднят до 1,73 метров. Спортсменка использовала способ «перешагивание»[\[22\]](#).

В 1948 году к Олимпийским играм были добавлены прыжки в длину у женщин. К тому времени, когда Олимпийские игры вернулись после восьмилетнего перерыва из-за войны, программа по легкой атлетике среди женщин в целом почти удвоилась.

Женский тройной прыжок с 1993 года был добавлен ко всем основным соревнованиям по легкой атлетике. Тройной прыжок у женщин сначала появился на чемпионате мира в помещении в 1993 году, а затем на чемпионате мира на открытом воздухе в Штутгарте всего пять месяцев спустя. Россиянка Анна Бирюкова взяла титул с мировым рекордом 15,09 метров. Событие дебютировало на Олимпиаде три года спустя в Атланте[23].

Таким образом, можно сделать вывод, что становление прыжков среди мужчин происходит в период проведения Олимпийских игр в 708 году до нашей эры. Развитие прыжков среди женщин началось в 1926 году. Затем в 1948 году и в 1993 году к женским соревнованиям были добавлены прыжки в длину и тройной прыжок соответственно.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В работе была достигнута поставленная цель, а именно, проведено исследование истории развития легкоатлетических видов спорта. Были выполнены следующие задачи: в работе были изучены понятие и общая характеристика легкоатлетических видов спорта; рассмотрена история развития метаний у женщин и мужчин; определена история развития бега у мужчин и женщин; выявлена общая характеристика истории развития мужского и женского многоборья; исследована история развития прыжков у мужчин и женщин.

В ходе проведения исследования было выявлено, что легкая атлетика – это олимпийский вид спорта, который включает в себя беговые виды, спортивную ходьбу, многоборье, прыжки и метания. Легкую атлетику принято называть «королевой спорта», потому что она является одним из самых массовых видов спорта и в её дисциплинах всегда разыгрывалось наибольшее количество медалей на Олимпийских играх.

Соревнования по легкой атлетике проводились на протяжении всего существования человечества. В целом, активное становление легкой атлетики берет свое начало еще во времена античности в Греции и Риме. Древние греки все

физические упражнения называли атлетикой, которую делили на легкую (бег, прыжки, стрельба из лука, плавание и так далее) и тяжелую (упражнения для развития силы).

В процессе исследования также было выявлено, что большинство легкоатлетических видов спорта у мужчин активно начали развиваться ещё в древние времена. Так, например, метания копья у мужчин уже существовали в доисторическое время, благодаря им мужчины могли охотиться на диких зверей и воевать с соседними племенами. Бег у мужчин также появился в доисторический период (доисторический мужчина был способен бегать долго и быстро, о чем говорит строение его стоп, фрагменты костей которых были найдены археологами).

Что касается развития женской легкой атлетики, то здесь стоит отметить, что основная масса легкоатлетических видов спорта у женщин начала активно развиваться только с 20 века. Так, например, женский спортивный бег в начале 20 века считался невообразимым, однако женщины начали бороться за собственные права и уже в 1984 году на фоне бегового бума в Соединенных Штатах женский марафон был включён в список дисциплин Олимпийских игр в Лос-Анджелесе.

Многоборье у женщин долгое время было под запретом. Первые официальные международные соревнования по многоборью для женщин проводились в Монте-Карло на II женской Олимпиаде в 1922 году. В настоящее время активно у современных женщин набирает популярность десятиборье, а также супермногоборье.

Что касается истории развития прыжков у женщин, то здесь стоит сказать, что становление и развитие спортивных прыжков у женщин началось только в 1926 году. Затем в 1948 году к Олимпийским играм были добавлены женские прыжки в длину, а в 1993 году к женским соревнованиям добавился тройной прыжок.

С нашей точки зрения, для дальнейшего углубленного изучения рассмотренной нами темы, следует особое внимание уделить таким вопросам, как: общая характеристика и особенности современных легкоатлетических видов спорта; влияние легкоатлетических видов спорта древности на современную легкую атлетику; основные причины запрета участия женщин в Олимпийских играх; влияние истории развития легкой атлетики на современный спорт в целом.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: Учебник и практикум для академического бакалавриата / Д.С. Алхасов. – М.: Юрайт, 2017. – 191с.
2. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М.Я. Виленский. – М.: КноРус, 2019. – 240с.
3. Исмагилов К.К. Физическая культура и здоровье / К.К. Исмагилов. – М.: Инфра-М, 2015. – 304с.
4. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни / Ю.П. Кобяков. – М.: Феникс, 2016. – 256с.
5. Конеева Е.В. История физической культуры / Е.В. Конеева. – М.: Юрайт, 2018. – 232с.
6. Кузнецов В.С. Теория и история физической культуры / В.С. Кузнецов. – М.: КноРус, 2019. – 448с.
7. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник / Н.Ю. Мельникова. – М.: Спорт, 2017. – 432с.
8. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. – 599с.
9. Трескин В.А. Физическая культура и спорт / В.А. Трескин. – М.: АСТ, 2019. – 292с.
10. Ющук Н.Д. Здоровый образ жизни и физкультура: Учебное пособие / Н.Д. Ющук. – М.: Практика, 2015. – 420с.

1. Кузнецов В.С. Теория и история физической культуры / В.С. Кузнецов. – М.: КноРус, 2019. С.256 [↑](#)
2. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. С.240 [↑](#)
3. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М.Я. Виленский. – М.: КноРус, 2019. С.49 [↑](#)

4. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. С.242 [↑](#)
5. Трескин В.А. Физическая культура и спорт / В.А. Трескин. – М.: АСТ, 2019. С.113 [↑](#)
6. Трескин В.А. Физическая культура и спорт / В.А. Трескин. – М.: АСТ, 2019. С.114 [↑](#)
7. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. С.243 [↑](#)
8. Трескин В.А. Физическая культура и спорт / В.А. Трескин. – М.: АСТ, 2019. С.118 [↑](#)
9. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М.Я. Виленский. – М.: КноРус, 2019. С.46 [↑](#)
10. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. С.237 [↑](#)
11. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М.Я. Виленский. – М.: КноРус, 2019. С.47 [↑](#)
12. Пирсов О.Р. Физическая культура и её значение / О.Р. Пирсов. – М.: АСТ, 2018. С.237 [↑](#)
13. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М.Я. Виленский. – М.: КноРус, 2019. С.48 [↑](#)
14. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: Учебник и практикум для академического бакалавриата / Д.С. Алхасов. – М.: Юрайт, 2017. С.97 [↑](#)

15. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: Учебник и практикум для академического бакалавриата / Д.С. Алхасов. – М.: Юрайт, 2017. С.98 [↑](#)
16. Исмагилов К.К. Физическая культура и здоровье / К.К. Исмагилов. – М.: Инфра-М, 2015. С.65 [↑](#)
17. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: Учебник и практикум для академического бакалавриата / Д.С. Алхасов. – М.: Юрайт, 2017. С.99 [↑](#)
18. Исмагилов К.К. Физическая культура и здоровье / К.К. Исмагилов. – М.: Инфра-М, 2015. С.66 [↑](#)
19. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни / Ю.П. Кобяков. – М.: Феникс, 2016. С.164 [↑](#)
20. Конеева Е.В. История физической культуры / Е.В. Конеева. – М.: Юрайт, 2018. С.136 [↑](#)
21. Ющук Н.Д. Здоровый образ жизни и физкультура: Учебное пособие / Н.Д. Ющук. – М.: Практика, 2015. С.287 [↑](#)
22. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник / Н.Ю. Мельникова. – М.: Спорт, 2017. С.202 [↑](#)
23. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник / Н.Ю. Мельникова. – М.: Спорт, 2017. С.203 [↑](#)