

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/351372>

Тип работы: Реферат

Предмет: Физическая культура и спорт

Оглавление

Введение 2

Основные этапы в развитии легкой атлетики как вида спорта 3

Заключение 8

Список литературы 9

Введение

Еще в период глубокой древности человеку было важно уметь ловко преодолевать разные препятствия, быстро бегать, метать различные снаряды. От умения человека догнать и очень метко поразить добычу, от способности быть закаленным и стойким в борьбе с силами природы напрямую зависела его охотничья удача, а значит – и вся жизнь.

В соответствии с этим, уже первобытному человеку были хорошо знакомы бег, метания и прыжки – упражнения, которые составляют основание легкоатлетического современного спорта. Археологи, в процессе раскопок стоянок древнего человека, находили очень много красноречивых свидетельств тому, что уже на заре цивилизации данные навыки играли огромное значение в повседневной жизни человека. Конечно, в ту пору в современном понимании спорта и речи идти не могло. Сформировался он значительно позже, а его родиной принято считать Древнюю Грецию.

История лёгкой атлетики увлекательна и интересна. История характеризует эволюцию возникновения и последующего развития лёгкой атлетики с древних времён до настоящего времени. На развитие состояние спорта и физической культуры в обществе могут оказывать влияние как производственные отношения, политическая, экономическая и идеологическая стабильность, достижения философии, науки, религиозные, эстетические и другие не менее важные взгляды людей.

Легкая атлетика выступает комплексным видом спорта, которые включает в себя разнообразные виды дисциплин. Её по праву принято считать королевой спорта, недаром, два из трех призывов в девизе «Быстрее, выше, сильнее» можно не особо задумываясь отнести именно к легкоатлетическим дисциплинам.

Легкая атлетика представляла собой основание спортивной программы самых первых олимпийских игр. Свои лидирующие позиции легкая атлетика смогла завоевать за счет своей доступности и простоты. Это один из главных и в большей степени массовых видов спорта.

Легкая атлетика смогла завоевать свою особую популярность благодаря тому, что для занятия ей не требуется различного дорогостоящего оборудования. Легкая атлетика за счет этого, смогла стать популярной даже в таких бедных странах как Африка, Азия и Латинская Америка. Именно исходя из достаточно широкого развития, особой популярностью данного вида спорта, его непрерывно прогрессирующей эволюцией легкая атлетика получила признание, по сути, во всем мире во второй половине XX века. За многие десятилетия никто не усомнился в законности громкого титула «Королевы спорта». Лёгкая атлетика на самом деле правит спортивным миром, её почитают и любят в самых отдалённых уголках земного шара.

Основные этапы в развитии легкой атлетики как вида спорта

Историю развития легкой атлетики следует знать в первую очередь потому, что любое явление нужно рассматривать в историческом аспекте. Только подход такого рода позволит достаточно глубоко и разносторонне изучить проблему, определить основные закономерности и тенденции развития.

Известен тот факт, что бег, метания и прыжки еще в эпоху первобытных людей были непосредственно связаны с различной трудовой деятельностью. Относительную обособленность и самостоятельность они начали приобретать только в период перехода общества к рабовладельческому строю.

Легкая атлетика представляет собой один из наиболее древних видов спорта. В качестве примера, еще за много веков до нашей эры некоторые народы Африки и Азии устраивали различные легкоатлетические соревнования. Но подлинный расцвет данного вида спорта наступил во времена Древней Греции.

Первые Олимпийские игры, о которых сохранилась достоверная запись, проходили в 776 г. до н.э. Тогда в

программу состязаний входил только бег на одни стадий (192 метров 27 см). В 724 г. до н.э. бег проводился уже на два стадия, а еще через четыре года состоялся первый олимпийский забег на достаточно длинную дистанцию – двадцать четыре стадия. Победа на Олимпийских играх ценилась очень высоко, чемпионам оказывали почести, избирали на почетные должности, а также в их честь могли возводить монументы [8].

Список литературы

1. Врублевский, Е. Легкая атлетика. Основы знаний в вопросах и ответах / Е. Врублевский. - М.: Спорт, 2016. - 303 с.
2. Догерти К.Д. Современная легкая атлетика. История, внедрения техника, тактика и тренировка. - М., «ФиС», 2015 – 346с.
3. Жилкин, А.И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2016. - 464 с.
4. Кобринский, М.Е. Легкая атлетика: учебник /под ред. М.Е. Кобринского, Т.П. Юшкевича, А.Н. Конникова. - Мн.: Тесей, 2009. - 336с.
5. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2010. - 464с.
6. Легкая атлетика, Учебник для институтов физической культуры, под ред. Н. Г. Озолина и Д. П. Маркова, 2 изд., М., 2012. – 349с.
7. Легкая атлетика. - М.: Физкультура и спорт, 2020. - 464 с.
8. Шпитальный, В.Б. Легкая атлетика. Учебное пособие для студентов факультета заочного и дистанционного обучения/В.Б. Шпитальный, М.Ф. Максименко. - Краснодар: Традиция, 2012. - 284с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/351372>