

# «История метаний в легкой атлетике»

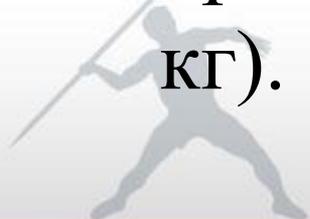


Кушнаренок Леонид Сергеевич  
Учитель физической культуры  
ГБОУ школа №5

# Метание диска

- древнейший вид легкой атлетики, имевший большую популярность еще в Древней Греции

В VI в до н.э. стали появляться спортивные диски линзообразной формы разной массы и объема. Моделью современного диска послужил найденный на о. Эгине бронзовый диск (диаметр 21 см, масса 1,884 кг).



# Метание копья

- является древнейшим видом легкой атлетики: оно было в программе соревнований на Олимпийских играх в Древней Греции

В настоящее время метание копья широко распространено в Европе, США, на Кубе. В странах Южной Америки, на Азиатском и Африканском континентах метание копья широкого распространения не получило.



# Метание молота

- сравнительно молодой вид легкой атлетики. Его история начинается в середине XVIII в.

В 1900 г. метание молота было включено в программу Олимпийских игр в Париже, это способствовало большей популяризации этого вида легкой атлетики во всех странах мира.



# Толкание ядра

Эволюция техники толкания ядра продолжается уже около 150 лет. За это время мировой рекорд в данном виде легкой атлетики увеличился более чем в 2 раза. Из простого двигательного приема техника толкания ядра превратилась в сложную систему движений для решения двигательной задачи.

Практически все кардинальные изменения соревновательного упражнения толкателей ядра связаны с историей развития мужского вида, который вошел в программу I Олимпийских игр современности (Афины, 1896).



# Список используемой литературы:

1. <http://sportguide.kiev.ua/articles/308-istoriya>
2. 1. Жилкин, А.И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – М.: Академия, 2003. – 464с.

