

# ВЯЛИКА АТЛЕТИКА



Автор: Семагина Л.В.

# ЦЕНТРИ НА БЪЛГАРСКИЯ ОЛИМП

Легкая атлетика- вид спорта,  
объединяющий такие дисциплины как:

-ходьба;

-бег;

-прыжки;

-метание;

-легкоатлетические многоборья.

# Утренняя

Спортивная ходьба- олимпийская легкоатлетическая дисциплина, в которой, в отличии от беговых видов, должен быть постоянный контакт ноги с землей.



# Бег

- Спринтерский бег(короткие дистанции);
- Средние дистанции;
- Стайерский бег(длинные дистанции);
- Марафон(сверхдлинные дистанции);
- Эстафета;
- Школьные дистанции.



# СУВНІЛЬСЬКІ ОБО

Спринт- совокупность легкоатлетических дисциплин, где спортсмены соревнуются в беге на короткие дистанции по стадиону.

Дистанции:

- 60 м;
- 100 м;
- 200 м;
- 400 м.



# СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ

Бег на средние дистанции- совокупность легкоатлетических беговых дисциплин, объединяющая дистанции, длиннее чем спринтерские, но короче, чем длинные.



Дистанции:

- 600 м;
- 800 м;
- 1000 м;
- 1500 м;
- 2000 м;
- 3000 м.

# СЛАВЕНБСКНИ ОБЛ' МАРАФОН И ЭСТАФЕТА

Стайерские дистанции- дистанции от 3000 м и длиннее.

Марафон- легкоатлетическая дисциплина, представляющая собой забег на дистанцию 42 километра 195 метров(26 миль 385 ярдов).

Эстафета- совокупность командных спортивных дисциплин.



# ПРЫЖКИ



Прыжки:

- В высоту;
- В длину с разбега;
- Тройной прыжок;
- Прыжок с шестом.



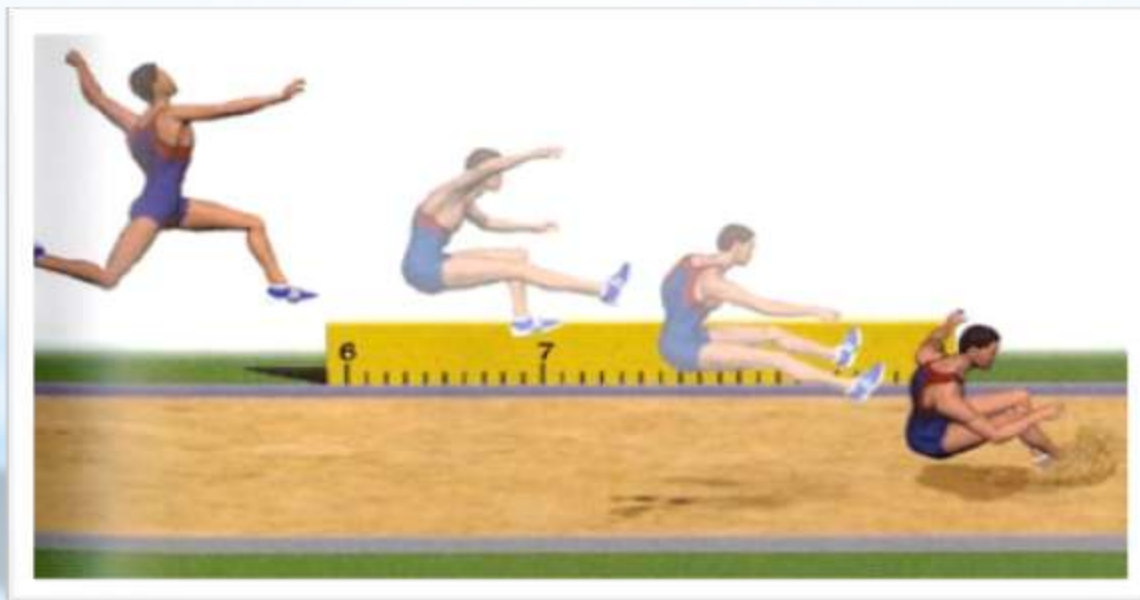
# ПРЫЖКИ В ВЫСОТУ

Прыжок в высоту с разбега- дисциплина легкой атлетики, относящаяся в вертикальным прыжкам технических видов.



# ПРЫЖКИ В ДЛИНУ

Прыжки в длину с разбега- дисциплина технических видов легкоатлетической программы, относящаяся к горизонтальным прыжкам.



# Тройной прыжок

Тройной прыжок - дисциплина легкой атлетики, относящаяся к горизонтальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы.



# Прыжки с шестом

Прыжок с шестом- дисциплина, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы.



# Метание

Метание- дисциплина в легкой атлетике, заключающаяся в метании специального спортивного снаряда.



# ДНТРИ W619HNN

- Метание копья;
- Метание диска;
- Метание молота;
- Толкание ядра.



# ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ МНОГОБОРЬЯ

Легкоатлетические  
многоборья-  
совокупность  
легкоатлетических  
дисциплин, где  
спортсмены соревнуются  
в разных видах, которые  
позволяют выявить  
самого разностороннего  
атлета



# ДИСПЛИНЫ

Мужские

100 м  
400 м  
1500 м

Прыжок в высоту  
Прыжок с шестом  
Прыжок в длину

Метание диска  
Метание копья

Толкание ядра



# ИНСТРУКЦИЯ

