

УДК 796.39

Авагян К.С.¹, Рімар Ю.І.²

¹ студ. гр. Ю-313, Національний університет «Запорізька політехніка», м. Запоріжжя, Україна

² наук. керівник – канд. наук фіз. виховання і спорту, доцент, доцент каф. ФКОНВС, Національний університет «Запорізька політехніка», м. Запоріжжя, Україна

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ В УКРАЇНІ

Легка атлетика це один з найдавніших і наймасовіших видів спорту. Він становив основу перших Олімпійських ігор і є найчисельнішим за змаганнями в програмі сучасних літніх Олімпійських ігор.

Легка атлетика є одним з найстародавніших видів спорту. Їй приблизно 2800 років. Легка атлетика, як повноцінний вид спорту, відрізняється своєю багатогранністю і можливістю розвинути не одну частину тіла, а всі разом. Ноги, руки, спина, плечі, прес, - саме завдяки легкій атлетиці ми маємо можливість розвивати всі ділянки тіла і робити їх здоровими і красивими. Саме тому її називають «королевою спорту».

Перші згадки про легкоатлетичні змагання в Україні припадають на другу половину XIX ст. (19 століття) Як стверджують історики, "...у Миколаєві 21 травня 1858 р. відбулися змагання з бігу, влаштовані військово-морськими офіцерами для матросів і солдатів". На той час було притаманним безсистемність занять легкою атлетикою, змагання і гуртки підтримувалися за рахунок меценатства [1].

Вперше в Україні легкою атлетикою почали займатися в Одесі (1893) Дещо пізніше виникають легкоатлетичні гуртки в Катеринославі (1905), Києві та Харкові (1910). У 1913 вперше проводиться міжміський матч Москва-Київ [2].

10-18 серпня 1921 року в Харкові була проведена перша Всеукраїнська олімпіада, яка включала змагання з легкої атлетики. У змаганнях брали участь легкоатлети з Києва, Житомира, Чернігова та інших міст України.

Загальна кількість учасників змагань ледь перевищила 100. В основному це були представники великих міст України, жінки участі у

змаганнях тоді ще не брали. Відтоді відкрито літопис рекордів з легкої атлетики України.

Незважаючи на всі недоліки тієї олімпіади (наприклад, деякі спортсмени, не маючи спортивного взуття, виступали босоніж), саме ці змагання, по суті, започаткували легкоатлетичний спорт в Україні.

Передвоєнні роки відмічені масовим розвитком легкоатлетичного спорту, проведенням численних змагань. Так, у 1935 відбулася перша спартакіада вишів, у 1936 – перша колгоспна спартакіада [3].

У спортивній практиці 1937–1941 для багатьох провідних спортсменів було значно збільшено обсяг силових вправ, кількість занять досягла 5–6 разів на тиждень, іноді вони проводились щоденно і двічі на день. Тренування стало цілорічним. Передвоєнні роки характеризуються широким творчим пошуком тренерами, спортсменами, ученими, медиками шляхів подальшого удосконалення системи тренування.

У спортивній практиці 1937–1941 років багатьох провідних спортсменів було значно збільшено обсяг силових вправ, кількість занять досягла 5–6 разів на тиждень, іноді вони проводились щоденно і двічі на день. Тренування стало цілорічним. Передвоєнні роки характеризуються широким творчим пошуком тренерами, спортсменами, ученими, медиками шляхів подальшого удосконалення системи тренування. Апробується «світлолідер» по бровці 400-метрової доріжки, робляться спроби застосовувати в тренуванні обтяжуючі пояси і жилети, більш важкі прилади для метань. Використовуються пристрої для навчання переходу через планку в стрибку з жердиною, блокові тренажери для розвитку сили. Тренери намагаються змінювати умови тренування (м'який ґрунт, тверді перешкоди у стрибках, вузько поставлені стійки у стрибках з жердиною), використовувати засоби психологічної підготовки, застосовувати гандикапи в тренуванні спринтерів [1].

У ці роки ще не було детально вивчено системи спортивного тренування, але принципова схема його побудови практично уже була приведена в дію. Крім того, передвоєнні роки відмічені масовим розвитком легкоатлетичного спорту, проведенням багаточисельних змагань. Так, у 1935 р. відбулася перша спартакіада вузів, у 1936 р. – перша колгоспна спартакіада. З 1934 р. почали щорічно проводити першість України з легкої атлетики. У роки Великої Вітчизняної війни краді сини народу, в тому числі спортсмени - легкоатлети, билися з фашистським ворогом. У ці роки спортивне життя в країні не зупинялося – в багатьох містах проводилися легкоатлетичні змагання, кроси. З 1945 р. відновлюються майже всі традиційні змагання з легкої атлетики. У післявоєнні роки необхідно було перебудувати роботу у відповідності з

умовами мирного часу, добитися організаційного зміцнення колективів фізкультури, спортивних товариств, комітетів з фізичної культури. Цей етап характеризується підвищенням рівня наукової роботи в галузі фізичної культури і спорту [2].

Отже, можна зробити висновок, що легка атлетика є дійсно «королевою спорту», яка протягом років ставала все краще і краще, а також «виховала» справжніх, витривалих людей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982. - 399с.
2. Платонов В.Н. Теория спорта. - К.: Вища шк., 1987. – 424с.
3. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт (первая книга). – К.: Олимпийская литература, 1994. – 496с.