



Легка атлетика -
Легка атлетика -

Королева спорту

*Легка атлетика – олімпійський вид
спорту, до якого входять:*

- біг;
- ходьба;
- стрибки;
- метання;



Біг

Біг поділяється на:

- *Спринтерський* – короткі дистанції (100,200,400м); 110 м (100 у жінок) та 400м з/б;
- *Середні дистанції* (800м та 1500м);
- *Стаєрський* – біг на довгі дистанції (5-10км), “стипль-чез” (3000м з/п) та марафон (42км195м);
- *Естафетний біг* (4х100м та 4х400м)

Стрибки

Стрибки поділяються на:

- *Стрибки з жердиною;*
- *Стрибки з розбігу;*
- *Потрійний стрибок;*
- *Стрибки у висоту;*



Метання



*Метання
поділяються на:*

- *Метання списа;*
 - *Метання диска;*
- *Метання молота;*
 - *Штовхання ядра;*



Легкоатлетичні багатоборства

- Десятиборство (чоловіки)
- Семиборство (жінки)





Головним органом управління
легкої атлетики є:

“Міжнародна асоціація
легкоатлетичних федерацій”

заснована в 1912 після стокгольмської
олімпіади.