

Лека атлетика

The background of the slide is a blurred photograph of a track and field race. Several runners are visible in various colored uniforms (red, yellow, blue, black) as they compete on a reddish-brown track. White lane markings and numbers (3, 5, 6, 8) are visible on the right side of the track.

Съдържание

1. Бягане

2. Скокове

3. Хвърляния





Бягане

Спринтови дистанции

Средни дистанции

Дълги дистанции

Щафети

Бягане с препятствия



Спринтови дистанции



Спринтовите дистанции биват:

- 100 метра
- 200 метра
- 400 метра



Средни дистанции



Средни дистанции:

- 800 метра
- 1500 метра
- 3000 метра



● sportal.bg



Бягане с препятствия

Съществуват
основно три
дистанции при
бягането с
препятствия –
100м. (жени),
110м. (мъже) и
400 метра





Щафетно бягане

Щафетите се
състоят основно
от 4-ма
състезатели и
дистанциите са
100 или 400
метра на пост.





Рекорди при бягане



*Юсеин Болт – летни олимпийски игри,
2012год. – Лондон, Великобритания*

Рекорди:

- 100 метра – 9,58 сек.
- 200 метра – 19,19 сек.
- Щафета – 36,84 сек.

Скачане

Дълъг скок

Висок скок

Троен скок

Овчарски скок



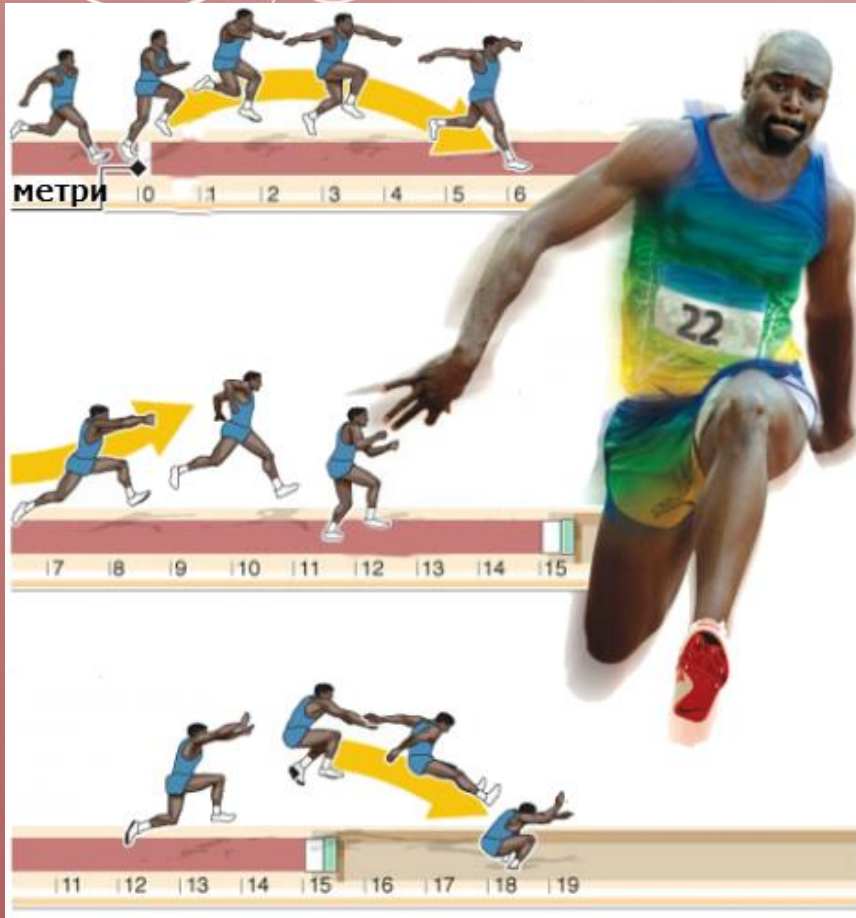
Дълъг скок



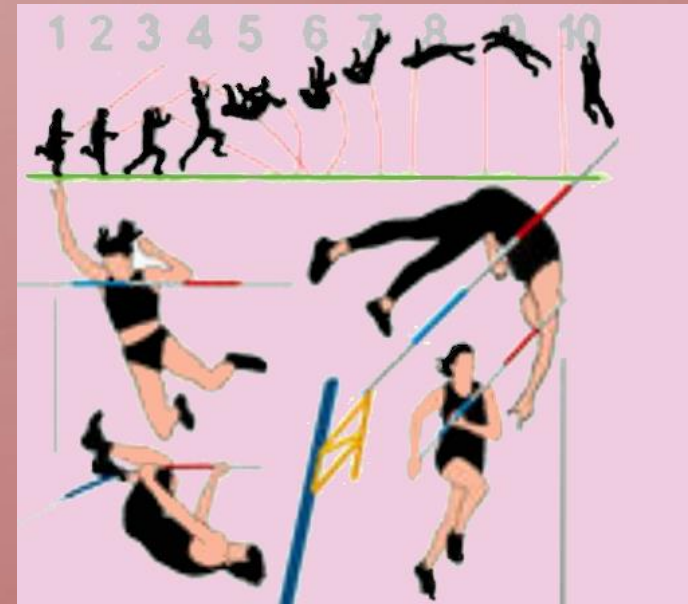
Висок скок



Троен скок



Овчарски скок





Хвърляне

Мятане на диск

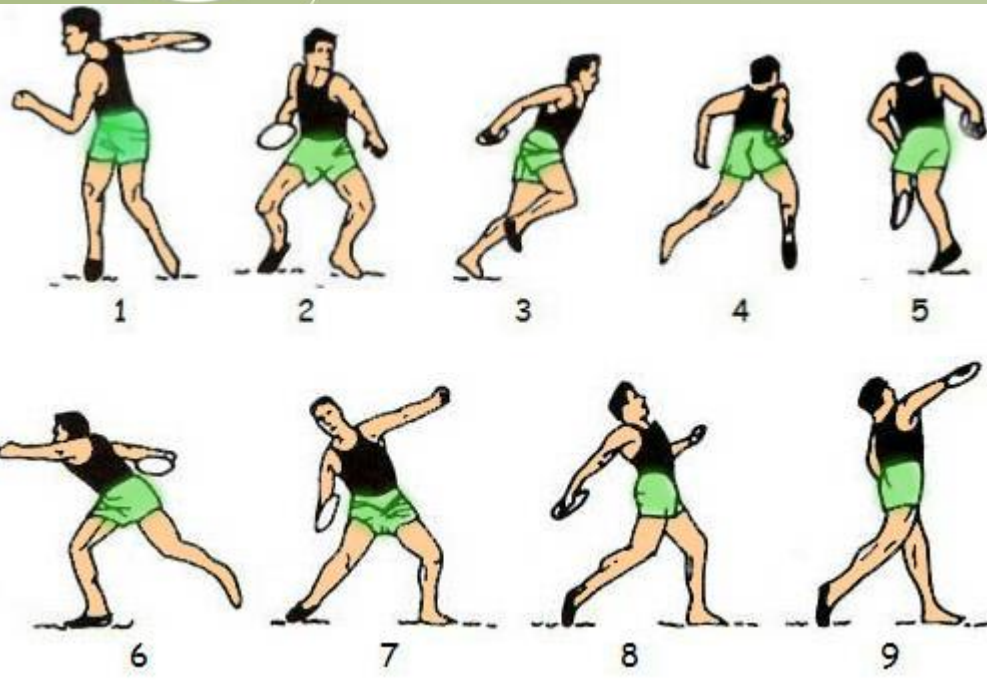
Тласкане на гуле

Хвърляне на копие

Хвърляне на чук



Мятане на диск



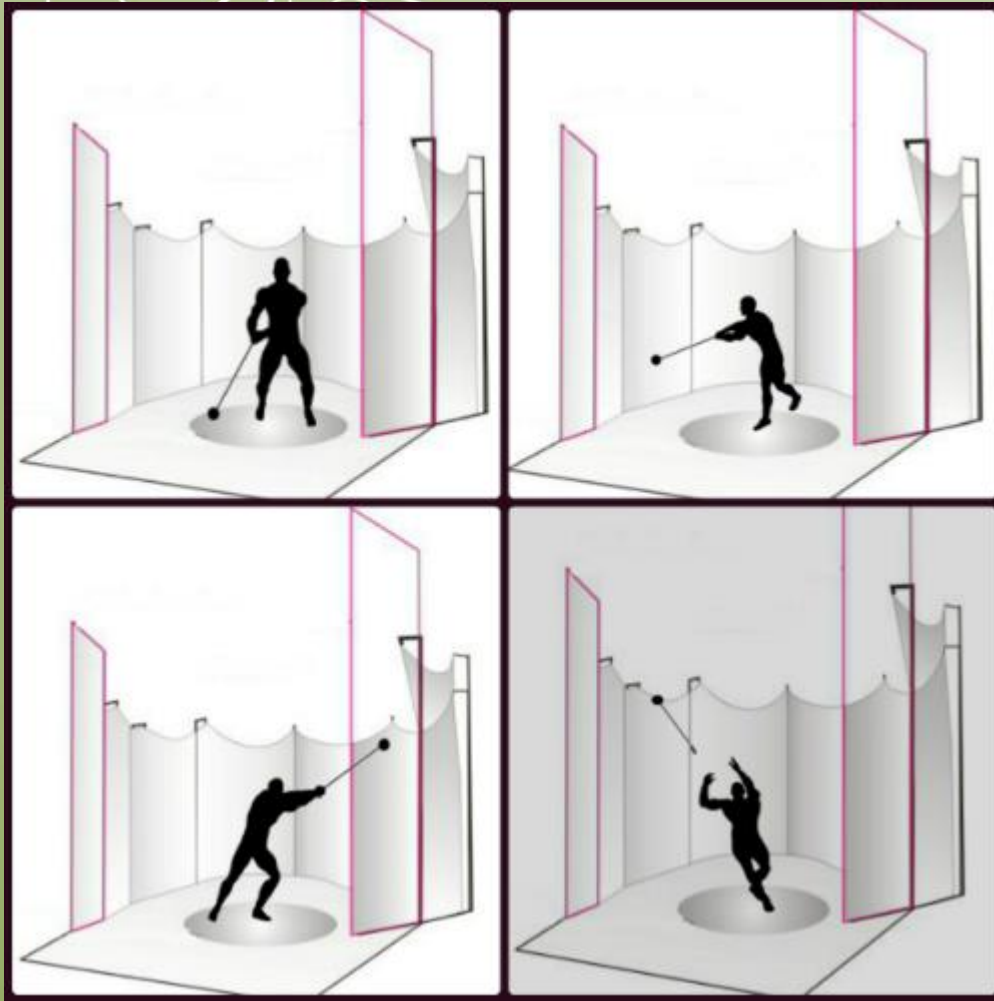
Тласкане на гюле



Хвърляне на копие



Хвърляне на чук



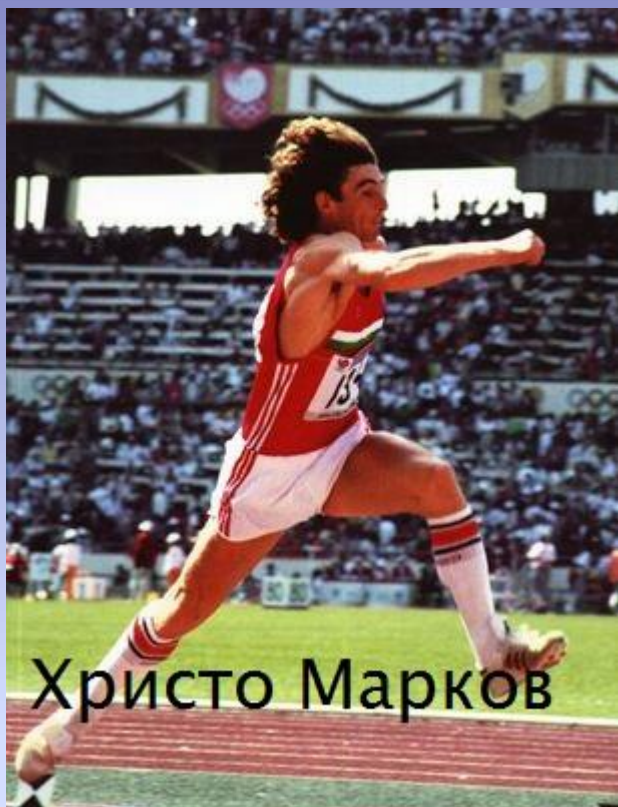
Български атлети



Стефка Костадинова – 30.08.1987г., световно първенство – Рим, Италия



Йорданка Донкова, летни олимпийски игри 1988г. - Сеул



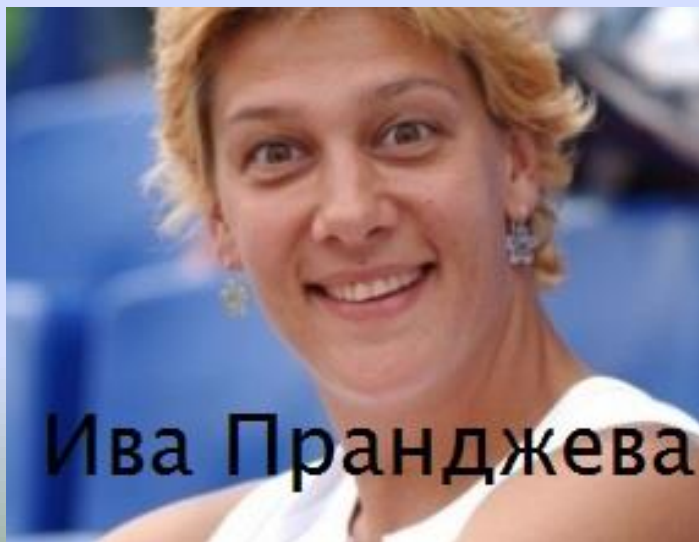
Христо Марков



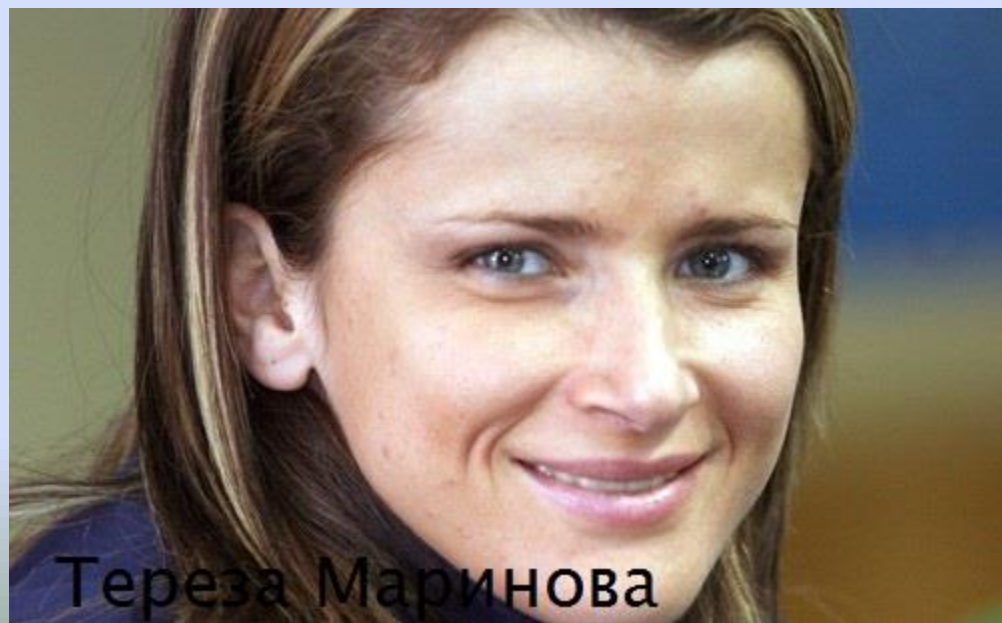
Христо Марков



Тереза Маринова



Ива Пранджева



Тереза Маринова