## Занятие по ЭДФКиС №31 (17 учебная неделя)

## Легкая атлетика.

**ФИО: Хоанг Хай**

**Факультет: ИМИСиЦЭ**

**Курс: 3**

**Группа: 15.11Д-БИ10/19б (4310)**

**Тема № 31:**

***«Как менялась одежда марафонцев с момента основания этого вида спорта?»***

Согласно легенде, греческий воин по имени Фидиппид (по другим источникам — Филиппид) в 490 году до н. э. после битвы при Марафоне, чтобы возвестить о победе греков, пробежал без остановок от Марафона до Афин. Добежав до Афин, он успел крикнуть: «Радуйтесь, афиняне, мы победили!» и упал замертво. Эта легенда не подтверждается документальными источниками; согласно Геродоту, Фидиппид был гонцом, безуспешно посланным за подкреплением из Афин в Спарту и преодолевшим дистанцию в 230 км менее, чем за два дня. Легенда о том, что он пробежал из Марафона в Афины, впервые появилась у Плутарха в эссе «Слава Афин» в первом веке нашей эры (более, чем через 550 лет после реальных событий).

По другим данным - гонца (гемеродрома), который принес в Афины, в Акрополь весть о победе над персами в Марафонской долине звали Терсип. Он громко выкрикнул весть о победе греков и рухнул замертво.

Один из легендарных рекордов был установлен легконогим Эвкидом, который бежал так легко и быстро, что ноги его не оставляли следов на земле. И вот этот Эвкид, когда объединенная греческая флотилия разбила наголову флот персидского царя Ксеркса в Саламинском заливе, пробежал за одни сутки 200 км от Саламинского залива до Дельф, чтобы сообщить, что ужасная опасность миновала.

Но даже этому фантастическому результату достался только как бы второй приз. Эвкид не смог побить рекорд своего великого предшественника Фидиппида. Фидиппид во всем военном снаряжении пехотинца, с полным стрелами колчаном за плечами и с копьем в руке за сутки добежал из Афин в Спарту и вернулся обратно, а расстояние между ними составляет около 210 километров. То есть за 24 часа он пробежал более 400 км, чтобы просить у спартанцев помощи против грозного войска персидского царя Дария.

**Современность**

Международный олимпийский комитет в 1896 году измерил фактическую длину дистанции от поля битвы в Марафоне до Афин; она оказалась равной 34,5 км. На первых Играх современности в 1896 году и на Играх 2004 года марафонский бег действительно проходил по дороге, проложенной от Марафона до Афин.

Идея организации такого забега была предложена французским филологом Мишелем Бреалем, который хотел, чтобы эта дисциплина была введена в программу первых Олимпийских Игр современности в 1896 году в Афинах. Эту идею поддержал Пьер де Кубертен, основатель современных Олимпийских Игр, а также и греческие организаторы. В Греции был проведён первый отборочный марафон, в котором победил Харилаос Василакос, пробежавший дистанцию за 3 часа 18 минут. Победителем на первых Олимпийских играх с результатом 2 ч 58 мин 50 сек, к огромной радости греческой публики, стал Спиридон Луис, греческий водонос, на отборочном пробеге финишировавший пятым. Легендарному бегуну не помешало победить даже то, что он сделал остановку около деревушки Халандри (Chalandri), чтобы выпить стаканчик вина, предложенный его дядей. Женский марафон был впервые введён в программу Летних Олимпийских игр (Лос-Анджелес, США) в 1984 году.

**Дистанция**

Длина пробега не была изначально фиксированной, поскольку важным было только то, что все спортсмены бежали по одному и тому же маршруту. Точная длина олимпийского марафона зависела от маршрута, выбранного на соответствующих Играх.

Длина дистанции выбиралась достаточно произвольно. На первых Олимпийских играх современности она была равной 40 км. Первой Олимпиадой, на которой дистанция составляла 42 км 195 метров, стала Олимпиада 1908 года в Лондоне — тогда дистанция была увеличена с 25 миль специально для того, чтобы королевская семья могла с удобством наблюдать за пробегом с балкона Виндзорского замка. На следующей Олимпиаде в 1912 году длина дистанции вновь была уменьшена — до 40 км 200 м, а в 1920 увеличена до 42 км 750 м. Наконец, в 1921 году Международной любительской легкоатлетической федерацией (нынешняя IAAF) была окончательно установлена официальная дистанция марафонского забега, которая используется и по сей день — 42 километра 195 метров.

Всего на первых семи Олимпиадах было 6 различных марафонских дистанций от 40 до 42,75 км (дистанция в 40 км использовалась дважды).

**Олимпийская традиция**

Начиная с первых Олимпийских игр современности (1896), мужской марафон является заключительным событием программы по лёгкой атлетике с финишем на главном Олимпийском стадионе и зачастую проводится за несколько часов до закрытия или даже является частью программы закрытия. Верность этой традиции была подчёркнута в 2004 году, когда марафон от Марафона до Афин завершался на стадионе Панатинаикос, где финишировал самый первый олимпийский марафон 1896 года.