Республика Крым

Министерство образования, науки и молодёжи

Государственное бюджетное профессиональное

Образовательное учреждение Республики Крым

«Симферопольский политехнический колледж»

**Сообщение**

**по дисциплине «Физическая культура»**

Тема: «Лёгкая атлетика»

Работу выполнил:

Студент группы 1СА1

Локоцкий А.С

Руководитель:

Артамонова И.М

Симферополь 2022 г.

**Содержание**

Введение

1. История возникновения легкой атлетики

2. Виды легкой атлетики и их характеристика

3. Развитие легкой атлетики

4. Мировые и олимпийские рекорды в легкой атлетике. Выдающиеся спортсмены

**Введение**

Легкая атлетика является комплексным видом спорта, включающим в себя различные виды дисциплин. Она по праву считается королевой спорта, недаром, два из трех призывов в девизе "Быстрее, выше, сильнее" можно не задумываясь отнести к именно легкоатлетическим дисциплинам. Легкая атлетика составляла основу спортивной программы первых олимпийских игр. Свои позиции легкой атлетике удалось завоевать за счет простоты, доступности и естественности своих соревновательных дисциплин. Это один из основных и наиболее массовых видов спорта.

**1. История возникновения легкой атлетики**

Легкая атлетика - один из древнейших видов спорта. Так, еще за много веков до нашей эры некоторые народы Азии и Африки устраивали легкоатлетические соревнования. Но подлинный расцвет этого вида спорта наступил в Древней Греции. Борьбу, кулачный бой и вообще все упражнения, которые развивали силу, греки относили к тяжелой атлетике. Ясно, что название "легкая атлетика" сегодня достаточно условное, ведь трудно назвать, например, бег на сверхдлинные дистанции — марафон или метание молота "легкими" физическими упражнениями. Древнейшим состязанием атлетов, несомненно, является бег.

Первые Олимпийские игры древности, о которых сохранилась достоверная запись, состоялись в 776 г. до н.э. Тогда в программу состязаний входил лишь бег на 1 стадий (192 м 27 см). В 724 г. до н.э. проводился бег уже на 2 стадия, а еще через четыре года состоялся первый олимпийский забег на длинную дистанцию - 24 стадия

Большой популярностью в Древней Греции пользовались прыжки в длину и эстафетный бег (лампадериомас), участники которого передавали друг другу горящий факел. Позднее в программу Олимпийских игр были включены метание диска и метание копья, а в 708 г. до н.э. впервые были проведены состязания по многоборью - пентатлону, в который входили бег на 1 стадий, метание диска, копья, прыжок в длину (во время разбега атлет держал в руках гантели массой от 1,5 до 4,5 кг) и борьба (панкратион).

Легкая атлетика как вид спорта начала складываться лишь к концу первой половины XIX века. Считается, что начало истории современной лёгкой атлетики положили соревнования в беге на дистанцию около 2 км учащихся колледжа в г. Регби (Англия) в 1837 г., после чего такие соревнования стали проводиться в других учебных заведениях Англии. Позднее в программу соревнований стали включать бег на короткие дистанции, бег с препятствиями, метание тяжести, а в 1851 г.— прыжки в длину и высоту с разбега. В 1864 г. между университетами Оксфорда и Кембриджа были проведены первые соревнования, ставшие в дальнейшем ежегодными, положившие начало традиционным двусторонним матчам.

В 1865 г. был основан Лондонский атлетический клуб, популяризировавший лёгкую атлетику, проводивший соревнования и наблюдавший за соблюдением статуса о любительстве. Высший орган легкоатлетического спорта — любительская атлетическая ассоциация, — который объединил все легкоатлетические организации Британской империи, был организован в 1880 г.

Несколько позднее, чем в Англии, стала развиваться лёгкая атлетика в США (атлетический клуб в Нью-Йорке организовался в 1868 г., студенческий спортивный союз — в 1875 г.), где быстро достигла широкого распространения в университетах. Это обеспечило в последующие годы (до 1952 г.) ведущее положение американских легкоатлетов в мире. К 1880—1890 г. во многих странах мира были организованы любительские легкоатлетические ассоциации, объединившие отдельные клубы, лиги и получившие права высших органов по лёгкой атлетике.

Возрождение в 1896 Олимпийских игр современности оказало большое влияние на развитие легкой атлетики. В программу Игр I Олимпиады в Афинах (1896) были включены 12 видов легкоатлетических соревнований. Почти все медали на этих Играх завоевали американские легкоатлеты.

**2. Виды легкой атлетики и их характеристика**

Легкая атлетика - вид спорта, объединяющий такие дисциплины как: ходьба, бег, прыжки (в длину, высоту, тройной, с шестом), метания (диск, копье, молот, и толкание ядра) и легкоатлетические многоборья.

***Спортивная ходьба*** - на 20 км (мужчины и женщины) и 50 км (мужчины). Спортивная ходьба - это циклическое локомоторное движение умеренной интенсивности, которое состоит из чередования шагов, при котором спортсмен должен постоянно осуществлять контакт с землей и при этом вынесенная вперед нога должна быть полностью выпрямлена с момента касания земли и до момента вертикали.

***Бег***- на короткие (100, 200, 400 м), средние (800 и 1500 м), длинные (5000 и 10 000 м) и сверхдлинные дистанции (марафонский бег - 42 км 195 м), эстафетный бег (4 х 100 и 4 х 400 м), бег с барьерами (100 м - женщины, ПО м - мужчины, 400 м - мужчины и женщины) и бег с препятствиями (3000 м). Соревнования по бегу — один из самых старых видов спорта, по которым были утверждены официальные правила соревнований, и были включены в программу с самых первых олимпийских игр 1896 года. Для бегунов важнейшими качествами являются: способность поддерживать высокую скорость на дистанции, выносливость (для средних и длинных), скоростная выносливость (для длинного спринта), реакция и тактическое мышление.

Беговые виды входят как в состав дисциплин лёгкой атлетики, так и во многие популярные виды спорта отдельными этапами (в эстафетах, многоборьях). Соревнования по бегу проводятся на специальных легкоатлетических стадионах с оборудованными дорожками. На летних стадионах обычно 8-9 дорожек, на зимних 4-6 дорожек. Ширина дорожки — 1.22 м, линии, разделяющей дорожки — 5 см. На дорожки наносится специальная разметка указывающая старт и финиш всех дистанций, и коридоры для передачи эстафетной палочки. Сами соревнования почти не требуют сколько-нибудь особенных условий. Определённое значение имеет покрытие, из которого изготовлена беговая дорожка. Исторически сначала дорожки были земляными, гаревыми, асфальтовыми. В настоящее время дорожки на стадионах изготовлены из синтетических материалов.

В качестве обуви спортсмены используют специальные беговые туфли — шиповки, обеспечивающие хорошее сцепление с покрытием. Соревнования по бегу проводятся практически в любую погоду. В жаркую погоду в беге на длинные дистанции могут также организовываться пункты питания. В ходе бега спортсмены не должны мешать друг другу, хотя при беге особенно на длинные и средние дистанции возможны контакты бегунов. На дистанциях от 100 м до 400 м спортсмены бегут каждый по своей дорожке. На дистанциях от 600 м — 800 м начинают на разных дорожках и через 200 м выходят на общую дорожку. 1000 м и более начинают старт общей группой у линии, обозначающей старт. Выигрывает тот спортсмен, который первым пересекает линию финиша. При этом в случае спорных ситуаций привлекается фотофиниш и первым считается тот легкоатлет, часть туловища которого первой пересекла линию финиша.

***Прыжки***подразделяются на вертикальные (прыжок в высоту и прыжок с шестом) и горизонтальные (прыжок в длину и тройной прыжок).

*Прыжок в высоту с разбега*— дисциплина лёгкой атлетики, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов. Составляющие прыжка — разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, переход через планку и приземление. Требует от спортсменов прыгучести и координации движений. Проводится в летнем и зимнем сезоне. Соревнования по прыжкам в высоту происходят в секторе для прыжков, оборудованном планкой на держателях и местом для приземления. Спортсмену на предварительном этапе и в финале даётся по три попытки на каждой высоте. Спортсмен имеет право пропустить высоту, при этом неиспользованные на пропущенной высоте попытки не накапливаются. Если спортсмен совершил неудачную попытку или две на какой-либо высоте и не хочет больше прыгать на этой высоте, он может переносить неиспользованные (соответственно, две или одну) попытки на следующие высоты. Прирост высот в ходе соревнований определяется судьями, но он не может быть менее 2-х сантиметров. Спортсмен может начать прыгать с любой высоты, предварительно оповестив об этом судей. Расстояние между держателями планки 4 м. Размеры места приземления 3 x 5 метров. При попытке спортсмен должен отталкиваться одной ногой. Попытка считается неудачной, если: в результате прыжка планка не удержалась на стойках; спортсмен коснулся поверхности сектора, включая место приземления, расположенное за вертикальной проекцией ближнего края планки, или между, или за пределами стоек любой частью своего тела до того, как он преодолел планку. Удачную попытку судья отмечает поднятием белого флага. Если планка упала со стоек после поднятия белого флага, попытка считается засчитанной. Обычно судья фиксирует взятие высоты не раньше, чем спортсмен покинул место приземления, но окончательное решение о моменте фиксации результата формально остаётся за судьёй.

*Прыжок с шестом* — дисциплина, относящаяся к вертикальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы. Требует от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств, координации движений. Прыжок с шестом среди мужчин является олимпийским видом спорта с Первой летней Олимпиады 1896 года, среди женщин — с Олимпийских игр 2000 года в Сиднее. Входит в состав легкоатлетических многоборий. Соревнования по прыжкам в высоту происходят в секторе для прыжков оборудованном планкой на держателях и местом для приземления. Спортсмену на предварительном этапе и финале даётся по три попытки на каждой высоте. Прирост высот в ходе соревнований определяется судьями, он не может быть менее 5 сантиметров. Обычно на малых высотах планка поднимается с шагом 10-15 см и затем шаг переходит к 5 см. Расстояние между держателями планки 4 м. Размеры места приземления 5 x 5 метров. Длина дорожки для разбега не менее 40 метров ширина 1.22 метра. Спортсмен имеет право попросить у судей отрегулировать расположение стоек для планки от 40 см перед задней поверхностью ящика для упора шеста, до 80 см по направлению к месту разбега. Попытка считается неудачной если: в результате прыжка планка не удержалась на стойках; спортсмен коснулся поверхности сектора, включая место приземления, расположенное за вертикальной плоскостью проходящей через дальний край ящика для упора, любой частью тела или шестом; спортсмен в фазе полёта руками попытался удержать планку от падения. Удачную попытку судья отмечает поднятием белого флага. Если планка упала со стоек после поднятия белого флага, это уже не имеет значения — попытка засчитана. Если при выполнении попытки шест сломается, спортсмен имеет право выполнить попытку заново.

*Прыжок в длину* — дисциплина, относящаяся к горизонтальным прыжкам технических видов легкоатлетической программы. Требует от спортсменов прыгучести, спринтерских качеств. Задача атлета — достигнуть наибольшей горизонтальной длины прыжка с разбега. Прыжки в длину проводятся в секторе для горизонтальных прыжков по общим правилам, установленным для этой разновидности технических видов. При выполнении прыжка атлеты в первой стадии совершают разбег по дорожке, затем отталкиваются одной ногой от специальной доски и прыгают в яму с песком. Дальность прыжка рассчитывается как расстояние от специальной метки на доске отталкивания до начала лунки от приземления в песке. Расстояние от доски отталкивания до дальнего края ямы для приземления должно быть не менее 10 м. Сама линия отталкивания должна быть расположена на расстоянии до 5 м от ближнего края ямы для приземления. У мужчин атлетов мирового класса, начальная скорость при отталкивании от доски достигает 9.4 — 9.8 м/c. Оптимальным углом вылета центра масс спортсмена к горизонту считается 20-22 градуса и высота центра масс относительно обычного положения при ходьбе — 50-70 см. Наивысшей скорости атлеты обычно достигают на последних трёх-четырёх шагах разбега. Прыжок состоит из четырёх фаз: разбега, отталкивания, полёта и приземления. Наибольшие различия, с точки зрения техники, затрагивают полётную фазу прыжка.

***Метания***- толкание ядра, метание копья, метание диска и метание молота. В 1896 г. в программу Игр включили метание диска и толкание ядра; в 1900 г. – метание молота, в 1906 г. – метание копья.

*Толкание ядра*. Участники соревнований выполняют бросок в секторе размером 35°, вершина которого начинается в центре круга диаметром 2,135 метра. Расстояние броска измеряется как расстояние от внутренней окружности этого круга до точки падения снаряда. В настоящее время официально принятыми параметрами снаряда являются вес ядра и его диаметр. Для мужчин — 7,260 кг и 120—129 мм, у женщин — 4 кг и 100—109 мм. Ядро должно быть достаточно гладким — отвечать классу шероховатости поверхности № 7. В официальных соревнованиях участники обычно выполняют шесть попыток. Если участников больше восьми, то после 3-х первых попыток отбираются восемь лучших, и в следующих трёх попытках они разыгрывают лучшего по максимальному результату в шести попытках. Как только спортсмен займет положение в круге перед началом выполнения попытки, ядро должно касаться или быть зафиксировано у шеи или подбородка, и кисть руки не должна опускаться ниже этого положения во время толкания. Ядро не должно отводиться за линию плеч. Толкать ядро разрешается одной рукой, запрещено использование каких-либо перчаток. Запрещается также бинтование ладони или пальцев. В случае, если у спортсмена забинтована рана, он должен показать руку судье, и тот примет решение о допуске атлета к соревнованиям.

*Метание диска* – Участники соревнований выполняют бросок из круга диаметром 250 см. Расстояние броска измеряется как расстояние от внешней окружности этого круга до точки падения снаряда. Вес диска у мужчин — 2 кг, у юниоров 1,75 кг, у юношей 1,5 кг. У женщин, юниорок и девушек — 1 кг. Диаметр диска составляет 219—221 мм для мужчин и 180—182 мм для женщин. В официальных соревнованиях IAAF участники выполняют шесть попыток. Если участников больше восьми, то после 3-х первых попыток отбираются восемь лучших и в следующих трёх попытках они разыгрывают лучшего по максимальному результату в шести попытках. Метание диска производится из ограждённого сеткой сектора с разрешённым горизонтальным углом вылета не более 35°, а точнее 34,92°, иначе диск не сможет вылететь в поле и врежется в сетку или опоры. Ширина ворот вылета диска составляет 6 метров. Запрещается выход спортсмена за границу сектора, пока диск не приземлится. При броске диск может задеть ограждение сектора, если другие правила не нарушены.

*Метание копья*. Правила схожи с другими метательными дисциплинами. Соревнующиеся делают по три попытки, и по лучшему результату отбираются восемь лучших. Вошедшие в эту восьмёрку делают ещё по три броска, и победитель определяется по лучшему результату всех шести попыток. В отличие от метания диска, молота и толкания ядра, спортсмены используют не круг, а дорожку (с покрытием, аналогичным покрытию для бега) для разгона перед броском. Соответственно, не засчитываются попытки, при которых спортсмен пересёк линию в конце дорожки. Также не учитываются попытки, в которых копьё вылетело за пределы отведённого сектора, или не воткнулось в землю, а упало плашмя. Помимо слаженности всей координации движений и финального усилия, в метании копья большую роль играет скорость спортсмена, которую тот приобретает при разгоне. Известные метатели копья имеют совершенно разное телосложение и физические данные, например, рекордсмен мира Уве Хон обладал ростом 199 см и весом 114 кг, в то время, как другой рекордсмен, Сеппо Рети, 190 см и 89-120 кг. Нынешний рекордсмен мира, Ян Железный, из Чехии, 185 см и 79-85 кг.

*Метание молота*. Молот представляет собой металлический шар, соединённый стальной проволокой с рукоятью. Длина молота у мужчин составляет 117—121,5 см, а общий вес — 7,265 кг (= 16 фунтов). У женщин его длина составляет от 116 до 119,5 см, а общий вес — 4 кг. То есть, вес молота равен весу ядра, используемого спортсменами соответствующего пола. Спортсмен при метании находится в специальном круге диаметром 2,135 м, в пределах которого он раскручивается и метает спортивный снаряд. Для того чтобы попытка была засчитана, спортсмен должен покинуть круг лишь после удара молота об землю и только с задней стороны круга. К тому же молот должен упасть в пределах предназначенного сектора, огороженного сеткой. В связи с опасностью, которую летящий молот представляет для спортсменов, участвующих в других видах соревнований, угол сектора постоянно сужался. В 1900-х годах он составлял 90°, в 1960-х — 60°, а в настоящее время — примерно 35°.По этой же причине соревнование в метании молота часто проводится в начале легкоатлетической программы или переносится на другой стадион.

***Многоборья*** - десятиборье (мужской вид) и семиборье (женский вид), которые проводятся в течение двух дней подряд в следующем порядке. Десятиборье - первый день: бег 100 м, прыжок в длину, толкание ядра, прыжок в высоту и бег 400 м; второй день: бег ПО м с барьерами, метание диска, прыжок с шестом, метание копья и бег 1500 м. Семиборье - первый день: бег 100 м с барьерами, прыжок в высоту, толкание ядра, бег 200 м; второй день: прыжок в длину, метание копья, бег 800 м. За каждый вид спортсмены получают определённое количество очков, которые начисляются либо по специальным таблицам, либо по эмпирическим формулам. Соревнования по многоборьям на официальных стартах IAAF всегда проводится в два дня. Между видами обязательно определён интервал для отдыха (как правило не менее 30 мин). При проведении отдельных видов существуют поправки характерные для многоборья: в беговых видах разрешено сделать два фальстарта (вместо одного как в обычных беговых видах); в прыжке в длину и в метаниях участнику предоставляется только по три попытки.

Кроме перечисленных олимпийских видов соревнования по бегу и ходьбе проводятся на других дистанциях, по пересеченной местности, в легкоатлетическом манеже; в метаниях для юношей используются облегченные снаряды; многоборье проводят по пяти и семи видам (мужчины) и пяти (женщины). Правила в легкой атлетики довольно просты: победителем считается атлет или команда, которые показали лучшие результаты в финальном забеге или финальной попытке технических дисциплин.

**3. Развитие**

Лёгкая атлетика относится к числу популярнейших видов спорта, так как не требует дорогостоящих условий для занятий. Этим обусловлена её высокая распространённость, в том числе и в экономически слаборазвитых странах Азии, Африки и Латинской Америки. За всю историю чемпионатов мира с 1983 по 2007 год медали на них завоёвывали спортсмены 83 стран.

На уровне чемпионатов мира по лёгкой атлетике в общекомандном зачёте последние 20 лет первенствуют такие страны, как США, Россия, Германия, Кения. По общему уровню развития лёгкой атлетики выделяются США с их развитыми системами любительского, студенческого и профессионального спорта.

**4. Мировые и олимпийские рекорды в легкой атлетике. Выдающиеся спортсмены**

Под понятием мировые рекорды в легкой атлетике подразумевается получение и достижение самых высоких результатов, которые могут быть показаны либо одним отдельным атлетом, либо же целой командой из нескольких атлетов, при этом условия должны быть сравнимыми и повторяемыми. Все мировые рекорды ратифицируются в зависимости от показателя IAAF. Новые рекорды также могут и устанавливаться непосредственно в ходе проведения мировых соревнований IAAF в полном соответствии с имеющимся для этого вида спорта списку дисциплин.

Достаточно распространенным является также и понятие наивысшего мирового достижения. Это достижение принадлежит к разряду тех достижений, которые не принадлежат к списку легкоатлетических дисциплин, которые находятся в списке легкоатлетических дисциплин, которые утверждены IAAF. К таким легкоатлетическим видам спорта, которые не принадлежат к списку IAAF принадлежат такие дисциплины, как бег на 50 метров и метание различного веса.

Во всех дисциплинах, которые утверждены IAAF рекорды измеряются в соответствии с метрической системой, в которую входят метры и секунды. Единственным исключением из этого правила является бег на милю.

Первые высшие мировые достижения исторически относят к середине XIX века. Тогда в Англии появился институт профессиональных спортсменов и впервые начали замерять лучшее время в беге на 1 милю. Начиная с 1914 года и появления IAAF, устанавливается централизованная процедура фиксирования рекордов, и был определён список дисциплин, в которых регистрировались мировые рекорды.

На Олимпиаде в Мехико в 1968 году впервые начали использовать полностью автоматизированную систему измерения времени с точностью до сотых долей секунды (Джим Хайнс, 9,95 c в беге на 100 м). С 1976 года IAAF установила использование автоматики для определения времени в спринте как обязательное условие.

Старейшим мировым рекордом в дисциплинах лёгкой атлетики, входящих в программу Олимпийских игр, является рекорд в беге на 800 метров на открытых стадионах у женщин (1:53,28), установленный 26 июля 1983 года Яромилой Кратохвиловой (Чехословакия).

Старейшим мировым рекордом из зарегистрированных в дисциплинах, входящих в программу чемпионатов мира, является зимний рекорд в толкании ядра у женщин (22,50 м), установленный 19 февраля 1977 года Хеленой Фибингеровой (Чехословакия).

IAAF практикует выплату премиальных за установление мирового рекорда. Так, в 2007 году сумма призовых составляла 50 000 USD. Устроители коммерческих стартов могут устанавливать дополнительные призовые за превышение мирового рекорда, что привлекает зрителей и спонсоров.

Любители лёгкой атлетики часто дискутируют о рекордах в вертикальных прыжках, особенно в прыжках с шестом. В этой дисциплине спортсмены имеют возможность прибавлять по сантиметру к предыдущему результату, что невозможно в других видах. Рекордсменом по количеству рекордов является прыгун с шестом Сергей Бубка (СССР, Украина), установивший в период с 1984 по 1994 год 35 мировых рекордов.

Елена Исинбаева - обладательница 27 мировых рекордов, впервые в мире в 2005 году покорила высоту в 5 метров.

Американец Дик Фосбери победил в 1968 году в Мехико, прыгая невиданным доселе способом (пролетая над планкой спиной, а не животом), мировой рекорд в этом виде был перекрыт лишь в 1973 году усилиями Дуайта Стоунза, взявшего 2 метра 30 сантиметров. Потом мировой рекорд старым перекидным способом бил только один человек - феноменально талантливый Владимир Ященко. Несомненно, улучшилась техника у прыгунов с шестом, у метателей всех четырех видов - молота, ядра, копья и диска. А вот техника прыгунов в длину и тройным улучшилась за последние 20-40 лет в меньшей степени, у бегунов - еще в меньшей. Например, Майкл Джонсон владел мировым рекордом на дистанции 200 метров в течение 12 лет ( Усейн Болт в Пекине в 2008 году побил его мировой рекорд на 200 м), а на 400 метров его непревзойденному достижению исполнилось уже 10 лет.

С одной стороны: идет вовлечение все большего количества стран и спортсменов в занятие легкой атлетикой на высоком уровне. В довоенные времена более 80 процентов мировых рекордов в спринте, прыжках и метаниях принадлежали американцам. И только в беге на выносливость их теснили европейцы. Причем, сами американцы еще какие-то лет 40 назад считали: бег на короткие дистанции - удел темнокожих, на средние и длинные - белых. В те годы мировыми рекордами на 800 метров владел белокурый новозеландец Питер Снелл, на 1500 - феноменальный рекорд австралийца Херба Эллиота продержался 7 лет, пока его не побил белый американец Джим Райан.

На 5000 и 10000 метров мировые рекорды сначала от англичан перешли к русским Владимиру Куцу и Петру Болотникову, а потом - к австралийцу Рону Кларку. Но теперь рекорды к своим рукам прибрали уроженцы Африки, куда постепенно проникает физическая культура и современные методы тренировок. Что удивительно: рекордсменов поставляют не все страны Черного континента, а лишь некоторые. Более того, в той многонациональной Кении с населением 30 миллионов все знаменитые бегуны, в том числе и многочисленные рекордсмены, и победители Олимпиад, представляют только один народ календжин. Таких в стране менее 10 % населения, хотя в условиях среднегорья и высокогорья проживает 70 % кенийцев. Еще интереснее, что большинство кенийских рекордсменов родились в высокогорном городке Элдорет с населением 80 тыс. человек, или в ближайших к нему деревнях. И многие из них приходятся друг другу родственниками. Как рассказал нашему корреспонденту олимпийский чемпион Пекина в беге на 800 Вилфред Бунгеи, двоюродным братьями ему приходятся рекордсмен мира Вилсон Кипкетер и многократный рекордсмен мира Генри Роно, дальними родственниками Кепчого Кейно, Памела Джелимо. Марокканские рекордсмены и экс-рекордсмены мира Халид Сках, Саид Ауита и Эль Герудж тоже родом из одной и той же маленькой горной провинции.

В мировую элиту бега на выносливость еще входят молодые уроженцы Судана. Ну, и наш Юрий Борзаковский вопреки всякой логике уже 10 лет побеждает талантливых уроженцев Африки (точнее - некоторых ее регионов), которые также принимают гражданство США, Дании, Турции, Эмиратов, Франции, Швеции.

Аналогичная ситуация и у спринтеров. В беге на 100 метров последним белым рекордсменом мира был немец Армин Хари полвека назад. После него (плюс еще лет 30 до него) рекорд на самой скоростной дистанции неизменно улучшали лишь темнокожие американцы. В последнее время все большую конкуренцию им составляют темнокожие жители островов вблизи американского континента - в основном Ямайки. Усейн Болт тому подтверждение. Он преодолел 100м за 9,58 секунд. Это феноменальный результат. Спортсмены, которые выиграли наибольшее количество золотых медалей в истории Олимпийских Игр: Карл Льюис (США) и Пааво Нурми (Финляндия) — 9 золотых медалей.