

L'ATLETICA LEGGERA



UN PO' DI STORIA



L'atletica leggera è un insieme di discipline sportive che, in gran parte, erano già praticate, pur in forme talvolta diverse, nell'antica Grecia.

Il termine atleta, non a caso, deriva dal latino athleta, che a sua volta deriva dal greco (athletès) da (àthlos), "impresa", "prodezza".

L'atleta era infatti colui che si distingueva dagli

altri cittadini perché capace di compiere gesti che

esulavano dalla normalità, arrivando quasi a toccare la sfera

del divino. Si pensi ad esempio agli spettacolari affreschi

della **taurocatapsia** (da tayros > toro, cata > contro, haptomai > legare) conservati nel palazzo di Cnosso

a Creta. Gli atleti sono rappresentati durante uno dei momenti salienti di questa performance a metà fra il gesto sportivo e il rituale sacro: **due giovani donne e un uomo**

affrontano il toro compiendo salti mortali sul suo dorso dopo averlo afferrato per le corna. L'intera arte classica è poi

costellata di raffigurazioni, plastiche e pittoriche, di gesti atletici: dal celebre Discobolo di Mirone ai Bronzi di Riace, da alcuni identificati come oplitodromi (ovvero atleti che correvano, in occasione dei giochi di Olimpia,



La rinascita dell'atletica leggera e la sua diffusione nella forma regolamentata come oggi noi la conosciamo, prende il via nell'Inghilterra dei primi Ottocento, quando vennero fondati i primi club atletici. Nel 1855 uscì il primo manuale riguardante la corsa, intitolato **Training of man for pedestrian exercise** e nel 1867 venne inaugurata a Londra la prima pista di atletica in cenere. L'atletica era, insomma, in piena ascesa nel "vecchio mondo" e molte gare, tutte però di carattere locale e su piccola scala, vennero organizzate anche in Grecia e in Francia.



Le date-chiave a cui si può far risalire l'inizio dell'atletica moderna dilettantistica sono il 1837 (prime gare studentesche, a Eton Inghilterra), 1864 (primo incontro tra le università di Oxford e Cambridge), 1866 (primi campionati inglesi), 1876 (primi campionati del Stati Uniti). **L'interesse per le Olimpiadi e per la loro "rinascita" crebbe però in maniera molto forte con la scoperta da parte di un gruppo di archeologi tedeschi, a metà del secolo, delle rovine dell'antica Olimpia.**

Attualmente fanno parte delle discipline dell'atletica leggera:

LA CORSA SU PISTA:

velocità (100, 200, 400 metri piani), mezzofondo (800, 1500, 5000, 10000 metri), ostacoli (100, 110, 400 metri), siepi (3000), staffetta 4x100 o 4x400)

LA PROVE MULTIPLE:

decathlon (che comprende 100 metri, salto in lungo, lancio del peso, salto in alto, 400 metri nella prima giornata di gara e 110 metri a ostacoli, lancio del disco, salto con l'asta, lancio del giavellotto, 1500 metri piani nella seconda giornata), eptathlon (comprende nella prima giornata di gara i 100 metri a ostacoli, lancio del peso, salto in alto, 200 metri piani e salto in lungo, lancio del giavellotto, 800 metri piani nella seconda giornata)

LA MARATONA:

gara condotta su strada che prevede, in alcuni casi, un finale su pista su una distanza di 42,195 km

I LANCI:

del peso, del giavellotto, del disco, del martello

I SALTI:

in lungo, in alto, con l'asta, triplo

LA MARCIA:

con percorsi che variano da 20 a 50 km

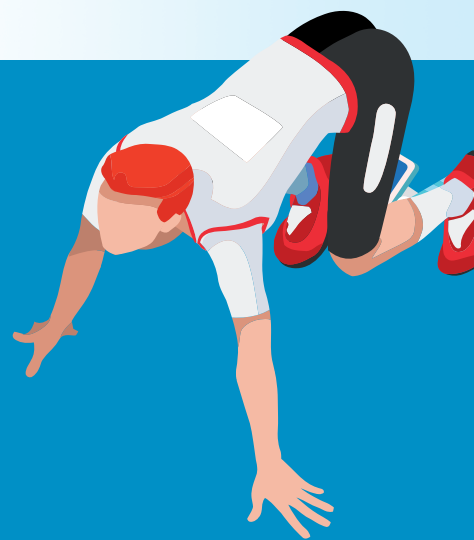
LA CORSA CAMPESTRE:

su una distanza di circa 10 km

LA CORSA IN MONTAGNA



L'atletica, presente fin dalla prima edizione di Giochi Olimpici del 1896, è disciplinata a livello internazionale dalla IAAF (International Association of Athletics federations), fondata nel 1912. Ogni due anni la federazione internazionale organizza i campionati mondiali di atletica leggera, la cui prima edizione è stata disputata nel 1983 ad Helsinki. In Italia l'attività è regolata dalla Federazione italiana di atletica leggera (FIDAL).



UN PROGETTO DI:



IN COLLABORAZIONE CON:



CON LA PARTECIPAZIONE DI:

