

## *Az atlétika rövid története*

### **Az atlétika**

Az atlétika a természetes mozgásformákat, a járást, a futást, az ugrást és a dobást foglalja magában. E mozgások rendszeres gyakorlása hozzájárul az egészség megőrzéséhez, tökéletesíti az ember alapvető mozgáskészségét, fejleszti fizikai képességeit, és elősegíti az értelmi, erkölcsi és akarati tulajdonságok helyes kialakítását, alapja az iskolai testnevelésnek.

Az atlétika elterjedtsége és színvonala meghatározhatja egy ország test- és sportkultúráját, és joggal tekinthető ún. alapsportágnak.

Kiemelkedő eredményeket atlétikában csak sokoldalú alapképzettség folyamatában, mind magasabb szintű és tartalmú gyakorlással lehet elérni. Az eredményeket általánosan elismert és egységesen szabályozott mérőeszközök alkalmazásával, a világon mindenütt szigorú ellenőrzés mellett regisztrálják, és kívánság szerint közlik az érdekeltekkel.

Néhány rövid tájékoztató adat az atlétikáról: versenyszámait öt nagyobb csoportba sorolhatóak. Futás, ugrás, dobás, gyaloglás és összetett versenyek. Világszerte pontosan és azonos feltételekkel megállapított szabályok biztosítják az atléta versenyen elért eredményeinek hitelességét.

A közel százötven év alatt kialakult atlétikai versenyrendszereken belül az atlétáknak ma már több mint nyolcvanféle verseny lehetőség áll rendelkezésre. Természetesen az atléták nemük, koruk, és felkészültségük szerint választhatnak a versenyzés valamennyi lehetsége közül.

Az atlétikai versenyek általában látványosak, a kidolgozott mozgásformák esztétikusak, a különböző korú versenyzők egymás elleni küzdelmei és az elért eredmények hitelesek, a győzelem a versenyzés tiszta örömét jelenti.

### **Történeti fejlődés**

A történeti fejlődés legősibb szakaszaiban is találkozunk az atlétikus jellegű mozgások tudatos gyakorlásával. Előbb a pusztai létfenntartás, az élelem megszerzése, később a vadászat, a törzsek elleni harcok fejlesztették az atlétikus képességeket.

Az egyiptomiak a futást, a gyaloglást, az ugrásokat, és a súlyok emelésének gyakorlatait a harcosok képzésének szolgálatába állították. Az indiaiak a diszkoszvetés és gerelyhajítás jellegű vetélkedéseket kedvelték.

A görögöknél találkozunk először a mai értelemben vett atlétikával.

Maga az atlétika szó is görög eredetű. i. e. 1000-ben Homérosz műveiben fordul elő először az "athletos" szó, olyan ember megjelölésére, aki nehéz munkát végez. i. e. 600-ban Pindárosz már a versenyzőket nevezte így.

Az atléta megnevezés abban az időben minden olyan versenyzőt jelentett, aki valamilyen díjért (athlon) hivatásszerűen vetélkedett. i. e. a 6. században azonban már csak a gimnasztikai és lovas versenyek résztvevőire korlátozódott ez a megjelölés.

A rómaiaknál találkozunk újra az atléta fogalmával. Kr. u. 86-ban Domitianusz császár a Mars mezőn külön épületet emeltetett az atlétáknak. Mai értelemben az atléta egészséges, fizikailag jól fejlett, magas testalkatú embert jelent.

Az ókori görög és római történelemben, a fennmaradt képzőművészeti alkotásokban (festmények, rajz, szobrászat) fellelhetők a fejlett testkultúra emlékei.

A görögök által rendezett versenyeken először a futás volt a legnépszerűbb versenyszám. A vetélkedők elterjedtek az egész birodalomban, és nemzeti ünnepévé váltak az "Olimpiai Játékok"-nak.

Történetük kialakulása igen jelentős volt a sport szempontjából: Kr. e. 776-tól ismertek az olimpiai győztesek, és innen számítják az "Ókori Olimpiai Játékok"-at.

Az első győztes az Olimpián stadionfutásban KOROIBOSZ volt. Ez, a stadionfutás volt a legrövidebb futószám (kb. 170-190 m). Kr. e. 776-ban csak ennek megnyerése jelentet olimpiai bajnokságot, ez volt a klasszikus győzelem.

Később, az i. e. 600-as években bővült az Olimpiák műsora: kettős stadionfutás (diaulosz), hosszútávfutás (dolidosz), fegyveres futás (hoplitesz), majd az öttusa (pentathlon), ökölvívás, pankráció (pankráción).

A görög városállamok bukása után, a megerősödő római birodalomban már nem volt vonzereje az atlétikának. A rómaiak az atlétikai gyakorlatokat csak katonai kiképzésként tekintették.

A középkorban a lovagi tornák kerültek előtérbe. Természetesen a kard forгатásához erőre és ügyességre volt szükség. A szélesebb néptömegek szórakoztatására különböző futó, ugró, és ún. kőhajító versenyeket rendeztek.

1660-ban jelent meg az angol Burton anatómiai könyve, mely pontosan leírta az atlétika már ismert ágait.

## **Az újkori atlétika kialakulása**

A 18. század közepén és a 19. század elején alakult ki Angliában az újkori atlétika. Megjelentek a futva-gyalogló "pedesztriánok", akik egymással fogadásból teljesítették a megadott távokat.

A leghíresebb pedesztrián versenyző Robert Barclay angol kapitány volt, aki az 1800-as években fogadásból 1000 mérföldet futott-gyalogolt, úgy, hogy egymást követő minden órában megtett 1 mérföldet.

A 19. század közepén, most már versenyszerű formában indult hódító útjára az újkori atlétika. Az angol világbirodalom szinte minden pontján megkedvelték az atlétikát, és igyekeztek azt népszerűsíteni.

Így azután először Angliában, majd Észak-Amerikában alakult ki szervezett atlétikai élet, s csak ezután terjedt el Európában.

Az első nyilvános atlétikai versenyt 1850-ben az oxfordi Exeter College-ben rendezték, majd 1866-ban sor került az első Angol Nemzeti Bajnokságra is. Megindult tehát a versengés hivatalosan is Angliában, a versenyzők, majd a szerveződő sportegyesületek között.

1895-ben az atlétika történetében először rendeztek ún. nemzetek közötti válogatott viadalt. Erre a versenyre Amerikában került sor, a New York AC és a London AC csapatai között. Az atlétika tehát kilépett a nemzetközi szintésre, ezzel elindítva a sportág világra szóló szereplését.

Az 1900-as évektől rendkívüli mértékben felgyorsult az atlétika elterjedése. Az Olimpiai Játékok felújítása (Athén, 1896) jelentősen hozzájárult e sportág fejlődéséhez is. Az atlétika, mint sportág kezdettől részese volt az olimpiai mozgalomnak.

Az Olimpiai Játékok gerincét 1896-tól, az első olimpiától kezdve a mai napig az atlétikai versenyek alkotják. 1896-ban még csak 14 versenyszámban avattak bajnokot, 1996-ban, a 26. olimpián Atlantában már 24 férfi és 20 női versenyszámban szerepeltek atléták, s az atlétikai versenyek teljes héten keresztül szereplői voltak a stadionnak.

Az atlétika fejlődéséhez, a különböző kontinenseken rohamosan elterjedő versenyek egységes rend és rendszer szerinti szabályozása az 1900-as évek elejére már megérett. Ezekről az évektől folyamatosan jelentek meg az Olimpiai Játékokon kívül a különböző nemzetközi események

Az atlétikával foglalkozó egyre több nemzet tevékenységének, a különböző helyeken, különböző szabályok szerint rendezett versenyek összehangolása elodázhatalanná tette egy olyan nemzetközi szervezet életre hívását, mely megfelelően irányítja a világ atlétikáját.

Egységesíti a szabályokat, megteremti a lehetőséget a világon bárhol elért eredmények összehasonlítására, felügyel a versenyek tisztaságára, és így megteremti az atlétika tervszerű fejlesztését az egész világon.

Ezekre a feladatokra alakult meg 1912-ben a Nemzetközi Amatőr Atlétikai Szövetség (IAAF - International Amateur Athletic Federation).

Az IAAF legfelsőbb vezetője a mindenkor választott Elnök, tagjai a Tanács választott Tagjai, és a Főtitkár. Ez a testület vezeti és felügyeli négyéves választott ciklusokban a nemzetközi atlétikai szövetséget. Jelenlegi székhelye Monaco.

*Az IAAF elnökei 1912 óta:*

- 1912. Sigfried Edström (NOR)
- 1946. Lord Burghley-Exeter márkí (GBR)
- 1976. Adriaan Paulen (NED)
- 1981. Primo Nebiolo (ITA)
- 1999. Lamine Diack (SEN)
- 2015. Sebastian Coe -

1912-ben tehát az I. Világháborút megelőzően még úgy látszott, hogy az atlétika elterjedése, népszerűsége töretlenül fejlődik.

Sajnos a világháború négy esztendeje alatt, majd a háborút követő években az egész sportmozgalom számtalan nehézséggel küszködött. A sport azonban hamarosan magára talált. Sokasodtak a nemzetközi kapcsolatok.

A kontinenseken megindultak az önálló versenyszervezések, s ezek jelentősen fellendítették az atlétikai versenyrendszerek folyamatos felerősödését. 1924-től a párizsi Olimpiai Játékokon már ismét az eredeti nagy nemzetközi küzdelmek tanúi lehettünk. Elképzelhetetlenül gyors eredményeket hozott a szakmai és műszaki technika megjelenése a versenypályákon.

Az atlétika szervezetszerű fejlődést pedig tovább erősítették az egyes kontinenseken létrejött Szövetségek. Ezek egységes irányítását a Nemzetközi Atlétikai Szövetség koordinálta.

1932-ben magyar javaslatra megalakult az Európa Bizottság, majd az Európai Atlétikai Szövetség. 1934-ben az olaszok vállalták az I. Európa Bajnokság rendezését Torinóban.

Az első kiemelkedő kontinensviadal szervezői a Magyar Atlétikai Szövetség szakemberei voltak. Elsősorban Stankovits Szilárd elnök, és munkatársai, Misángyi Ottó, Moldoványi István, és Sándor Alfonz, az ő szakszerű előkészítő munkájuk érdemel elismerést.

A két világháború között sajnos rövid volt az idő a sportmozgalom és ezen belül az atlétika további nyugodt fejlődésére.

A II. Világháború utána mérhetetlen anyagi és személyi pusztítás ellenére a nemzetközi sportélet hamarosan magához tért, és az atlétika már az 50-es években kiemelkedő teljesítményeket mutatott.

A műanyagok térhódítása, a futópályák és ugróhelyek különböző összetételű gyors, rugalmas, az időjárás viszonyoktól független borítása az eredmények ugrásszerű fejlődéséhez vezetett. Az egyes versenyszereket gyártó és egymással vetélkedő cégek egyre jobb szereket adtak a versenyzők kezébe (rudak, gerelyek, stb.).

A szakembereket pedig új technikák kialakítására sarkallták a változó lehetőségek. Az új versenyformákkal és technikai fejlődéssel kapcsolatos kezdeményezések az 1960-as évektől kezdve már pontos, előzetes szabályozással (IAAF, EAA, MASZ, stb.) kerültek az egyes országok - vagy több ország, illetve kontinens - atlétavezetői elé.

A fejlődés üteme felgyorsult, az atléták felkészítésében az egyes tudományágak is nagyobb szerepet kaptak. Ezt - a többségében magasabb szintű munka veszélyét - az orvostudomány hamarosan felismerte.

A teljesítményfokozás komoly tudást, és biztonságos felkészítést kívánt az atlétika valamennyi területén. A sportág vezetői és szakemberei rendelkezésére állt - és állnak - mindazon szabályok ismerete, melyek megvédik a sportolót az egészség elleni szerektől, sérülésektől és betegségektől.

Napjainkban továbbra is a világ sportmozgalmának meghatározó, élenjáró szereplője az atlétika, nemcsak az olimpiai program gerinceként, hanem a kontinenseket behálózó látványos versenyek révén jelentős mintát adva az ifjúság testi és szellemi neveléséhez, a szabadidő minden korosztály számára elérhető értelmes eltöltéséhez.

*(forrás: masz.hu/ 2006.)*