

UVOD

Istoriski razvoj atletike

Riječ atletika je porijeklom iz Grčke i prvi put se sreće kod Homera hiljade godina prije nove ere, pod nazivom athltein, što je označavalo težak rad a, onaj koji ga je upražnjavao zvao se athletes. Na osnovu nekih istraživanja, utvrđeno je da je šesto godina prije nove ere, grčki pjesnik Pindar ovim imenom nazvao takmičare. Pod imenom atletika javlja se kod starih Rimljana, gdje ljekar Galenijus pod tim imenom naziva gladijatore, dok Plinijus to naziva „ars atletika“. U osamnestom i devetnestom vijeku riječ atletika prelazi u moderne sportove, a riječ atleta su označavale jakog čovjeka, snagatora.

Kasnije, kad je došlo do izdvajanja i razgranavanja sportova atletika se podijelila na tešku i laku atletiku. Pod lakom atletikom su se svrstale sportske grane koje obuhvataju prirodna kretanja čovjeka, vezana za prirodu, a pod teškom atletikom se podrazumijevaju sportske grane koje zahtievaju izrazitu snagu, a to su: dizanje tegova, rvanje i slično. Sama riječ atletika u savremenom značenju prvi put se sreće u Engleskoj 1806. Godine, a ona podrazumjeva kretanje i takmičenje u hodanju, trčanju, skokovima, bacanjima i višeboju.

Osnovne kretnje čovjeka su vezane za hodanje, trčanje, skokove i bacanja što je prirodni oblik kretanja, a imao je veliki značaj za opstanak čovjeka u prvobitnoj zajednici. Da bi opstali i održali se u životu prvobitni ljudi su se udruživali u manje društvene zajednice gdje su sakupljali plodove, bavili se lovom i ribolovom, a ujedno pravili oružje: koplje, luk i strijelu da bi se branili od divljih životinja. Nažalost, mnogi tragovi nagovještavaju da dobre atletske kretnje veoma značajno mjesto dobijaju u vojnoj pripremi i na velikim svetkovinama gdje je dolazilo do takmičenja i pokazivanja vještina.

Sve atletske aktivnosti imaju porijeklo i javljaju se kod starih Grka pod nazivom „kalogatija“ što bi u prevodu značilo tjelesno lijep i snažan, a duhovno i moralno čist čovjek. Najznačajnije i najrasprostranjenije igre kod starih Grka su Olimpijske igre, koje nema tačanog podataka njihovog početka ali imamo prvi zapis o pobjedniku na tim igrama, u trčanju na jedan stadion 776 godine prije naše ere (Koroibos). Od ovoga zapisa se računaju stare Olimpijske igre.

Na četrnestim Olimpijskim igrama uvedena su takmičenja u trčanju na dva stadia, petoboj, (trčanje jednog stadija, skok u dalj, bacanje diska, bacanje koplja i rvanje). Jedan stadij je 724 metara dužine. Po nekim zapisima pripreme i trajanje takmičenja su trajale 10 mjeseci i bili naporni, a poslije toga su nastavljene u Olimpiji 30 dana. U starom vijeku ima zapisa o atletskim takmičenjima kod starih Egipćana, Indijaca, Kelta, Germana i Rimljana. Pojavom hrišćanstva, u srednjem vijeku, atletska takmičenja su ukinuta, sem vitezova, koji su se pripremali za turnire i narodna takmičenja.

Atletika, u modernom smislu riječi, krenula je iz Engleske 1866. godine iz škola i sa nacionalnim prvenstvima, širi se po cijelom svijetu i jedna je od najraširenijih sportova. Na razvoj atletskih sportova veliki uticaj su imale moderne Olimpijske igre koje su organizovane po ugledu na antičke igre i prvi put su održane u Atini 1896. godine. Od toga vremena atletika se širi i ima veliku primjenu u svijetu i napredak ne samo u programskom pogledu, pravilima takmičenja, nego i organizaciji i primjeni, kao sredstvo fizičkog vaspitanja. Svaka od atletskih disciplina djeluje na cjelokupan psihofizički status atletičara pa se često atletika naziva „kraljica sportova“. Osnovne odlike atletike su:

a) atletske kretnje su hodanje, trčanje, skokovi i bacanja kao prirodni oblik kretanja, a predstavljaju osnovu za bilo koju osnovu motorne aktivnosti,

b) atletika se može upražnjavati na svim otvorenim i zatvorenim terenima, stadionima i urađenim i pripremljenim prostorima,

v) rezultati se izražavaju egzaktno i mogu se upoređivati sa predhodnim i sa drugih mjesta ili od drugih atletičara,

g) atletika se smatra individualanim sportom, ali se realizuje i kao ekipni sport u vidu štafeta ili reprezentacija,

d) atletski rezultati služe za ocjenu razvoja pojedinih sposobnosti kao što su: brzina, izdržljivost, snaga, i pojedini njihovi oblici,

đ) atletika je osnova fizičkog vaspitanja školske omladine, kako kod nas tako i u svijetu,

e) pošto atletika ima tradiciju, ugled, univerzalnost i široku primjenu uticaja na razvoj čovjeka pa se zajedno sa plivanjem i gimnastikom smatra bazičnim sportom.