

3^ο Διαδικτυακό μάθημα Φυσικής Αγωγής- Γνωριμία με τα αγωνίσματα του στίβου

26^ο Δημοτικό Σχολείο Αθηνών
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Γιαννόπουλος Νικηφόρος

ΣΤΙΒΟΣ

ΕΛΑΤΕ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΟΥΜΕ ΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΙΑ ΤΩΝ
ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ



Κατηγορίες αθλημάτων

Ο στίβος χωρίζεται σε 3 μεγάλες κατηγορίες αθλημάτων

1. Δρόμοι
2. Άλματα
3. Ρίψεις

ΔΡΟΜΟΙ

► Χωρίζονται σε 3 μεγάλες κατηγορίες :

1. Δρόμοι ταχύτητας
2. Δρόμοι μεσαίων αποστάσεων
3. Δρόμοι μεγάλων αποστάσεων

► Υπάρχουν ακόμα όμως και :

- I. Δρόμοι μετ' εμποδίων
- II. Σκυταλοδρομίες
- III. Βάδην

Δρόμοι ταχύτητας

➤ 100 μέτρων

➤ 200 μέτρων

➤ 400 μέτρων

Δρόμοι μεσαίων αποστάσεων

➤ 800 μέτρα

➤ 1500 μέτρα

Δρόμοι μεγάλων αποστάσεων

- 5000 μέτρα
- 10000 μέτρα
- Μαραθώνιος : 42195 μέτρα

Δρόμοι μετ' εμποδίων

- 110 μέτρα ανδρών και 100 μέτρα γυναικών
- 400 μέτρα ανδρών και γυναικών
- 3000 μέτρα στιπλ (με φυσικά εμπόδια)

Σκυταλοδρομίες

- 100 μέτρα ανδρών και γυναικών
- 400 μέτρα ανδρών και γυναικών

Βάδην

- 20 χιλιόμετρα ανδρών και γυναικών
- 50 χιλιόμετρα ανδρών

Άλματα

1. Άλμα εις μήκος
2. Άλμα τριπλούν
3. Άλμα εις ύψος
4. Άλμα επί κοντώ

Ρίψεις

1. Σφαιροβολία
2. Σφυροβολία
3. Δισκοβολία
4. Ακοντισμός

Σύνθετα ατομικά αθλήματα

- Δέκαθλο ανδρών
- Έπταθλο γυναικών

Δέκαθλο – 1^η ημέρα

- 100 μέτρα
- Άλμα εις μήκος
- Σφαιροβολία
- Άλμα εις ύψος
- 400 μέτρα

Δέκαθλο - 2 ημέρα

- 110 μέτρα μετ' εμποδίων
- Δισκοβολία
- Άλμα επί κοντώ
- Ακοντισμός
- 1500 μέτρα

Έπταθλο – 1^η ημέρα

- 100μ μετ' εμποδίων
- Άλμα εις ύψος
- Σφαιροβολία
- 200μ.

Έπταθλο – 2^η ημέρα

- Άλμα εις μήκος
- Ακοντισμός
- 800μ.

Παγκόσμια και Πανελλήνια ρεκόρ ανοικτού στίβου

- Παγκόσμια ρεκόρ στον παρακάτω σύνδεσμο

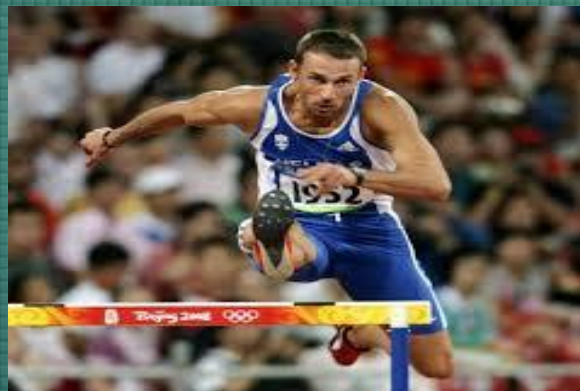
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%B3%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%B9%CE%B1_%CF%81%CE%B5%CE%BA%CF%8C%CF%81_%CE%B1%CE%BD%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CF%84%CE%BF%CF%8D_%CF%83%CF%84%CE%AF%CE%B2%CE%BF%CF%85

- Πανελλήνια ρεκόρ στον παρακάτω σύνδεσμο

https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%B1%CE%BD%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%AE%CE%BD%CE%B9%CE%B1_%CF%81%CE%B5%CE%BA%CF%8C%CF%81_%CF%83%CF%84%CE%AF%CE%B2%CE%BF%CF%85

Και όπως λέει το σύνθημα των Ο.Α.

CITIUS Πιο Γρήγορα



ALTIUS Πιο Ψηλά



FORTIUS Πιο Δυνατά



Ευχαριστώ για την προσοχή σας

Αμπέμπε Μπεκίλα νικητής Μαραθωνίου Ολυμπιακών Αγώνων
1960 ΡΩΜΗ **ΕΤΡΕΞΕ ΞΥΠΟΛΗΤΟΣ** ΚΑΙ 1964 ΤΟΚΙΟ



ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ-ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1. Σε ποιες μεγάλες κατηγορίες αγωνισμάτων χωρίζεται ο στίβος;
2. Θα ήθελες να ασχοληθείς με το στίβο; Αν ναι, ποιο αγώνισμα θα προτιμούσες;
3. Ζωγράφισε – με έντονα χρώματα – εσένα να κάνεις κάποιο αγώνισμα του Στίβου και στείλε μου σε φωτογραφία τη ζωγραφιά σου.
4. Χρησιμοποιώντας τους συνδέσμους που υπάρχουν στην διαφάνεια 18 βρες και γράψε μου το πανελλήνιο και παγκόσμιο ρεκόρ του αγωνίσματος της επιλογής σου καθώς και τον αθλητή/τρια που το έχει κάνει.