



# L'ATLETICA LEGGERA È

un insieme di discipline sportive che possono essere sommariamente suddivise in:

**CORSE SU  
PISTA**

**PROVE  
MULTIPLE**

**CORSE SU  
STRADA**

**CONCORSI**  
(lanci, salti in  
elevazione e in  
estensione)

**MARCIA**

**CORSA  
CAMPESTRE  
e CORSA IN  
MONTAGNA**



A high-angle photograph of a red running track with white lane markings. The track curves to the right. In the foreground, two lanes are marked with the numbers '1' and '2' in white. A yellow arrow points to a white line on the left side of the track. The track is surrounded by green grass.

**MOLTE DELLE DISCIPLINE DELL'ATLETICA LEGGERA HANNO  
ORIGINI ANTICHE E SI TENEVANO IN FORMA COMPETITIVA  
GIÀ NELL'ANTICA GRECIA.**



A high-angle photograph of a red running track with white lane markings. The track curves to the right. In the foreground, the numbers '1' and '2' are painted in white on the track surface. A yellow arrow points to a white lane line on the left side of the track. The track is bordered by green grass.

**L'ATLETICA LEGGERA VENNE INSERITA NEI GIOCHI OLIMPICI  
FIN DALLA PRIMA EDIZIONE DEL 1896 E DA ALLORA HA  
SEMPRE FATTO PARTE DEL PROGRAMMA OLIMPICO.**





**IN ITALIA, L'ATTIVITÀ DELL'ATLETICA LEGGERA  
È REGOLATA DALLA  
«FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA  
LEGGERA (FIDAL)»**



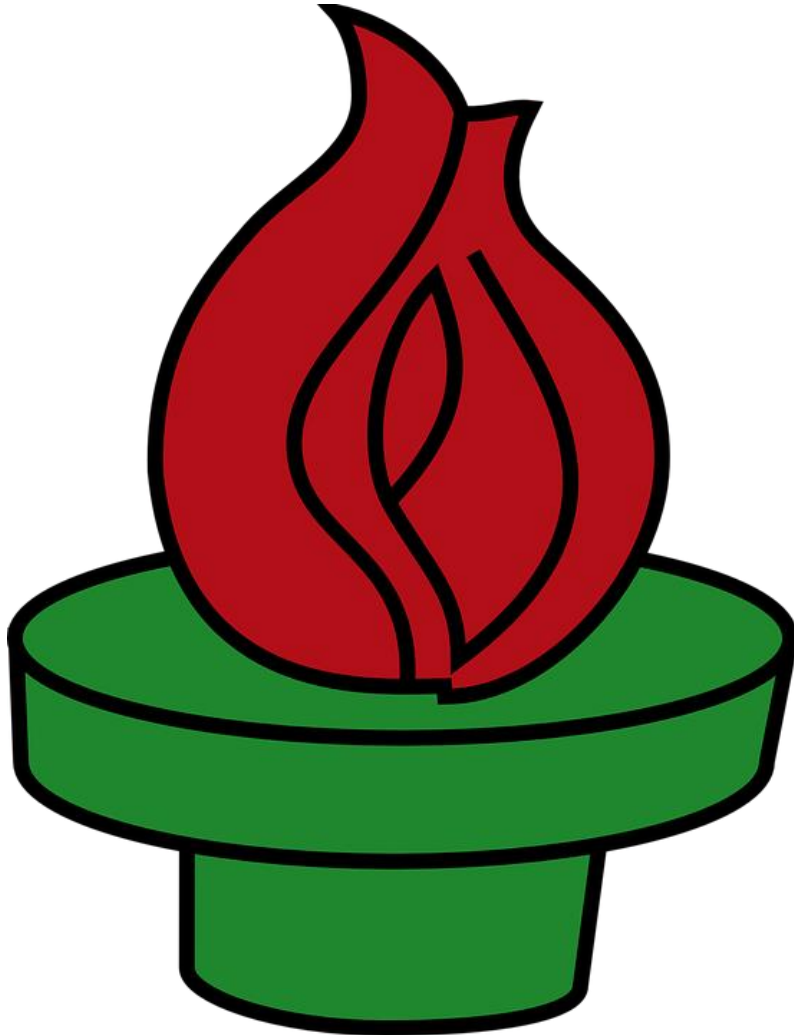
# STORIA

## GIOCHI OLIMPICI ANTICHI

I primi **GIOCHI OLIMPICI** della storia iniziarono nel **776 a.C.** Questi Giochi erano delle celebrazioni sia atletiche che religiose, perché venivano praticate prove basate su diversi sport e il tutto era **dedicato a ZEUS**, il re degli dei.



Il primo documento scritto parla di una festa composta da **UNA SOLA GARA**, chiamata **STADION**, che consisteva in una gara di corsa.



Da quel momento i **Giochi**  
**DIVENTARONO SEMPRE**  
**PIÙ IMPORTANTI** nella  
**Grecia Antica**, fino a far  
aggiungere nuovi sport,  
che arrivarono in tutto ad  
una ventina.



La festa veniva  
celebrata ogni

**QUATTRO ANNI** nella

**città di Olimpia e**

durava **7 GIORNI**

durante i quali, tutte

le guerre in Grecia

venivano sospese.





**L'IMPORTANZA DI  
QUESTA FESTA SI PERSE  
DURANTE IL PERIODO  
DELL'IMPERO  
ROMANO.**





**I GIOCHI OLIMPICI**  
vennero totalmente  
**CANCELLATI** quando il  
**CRISTIANESIMO** diventò la  
**RELIGIONE UFFICIALE**  
**DELL'IMPERO ROMANO,**  
erano visti come una **festa**  
**pagana.**






# I GIOCHI OLIMPICI ANTICHI

durarono per quasi mille anni,  
precisamente **1117 anni**, nei quali  
vennero tenute ben **292 edizioni**.

Potevano partecipare solo PERSONE  
GRECHE LIBERE di SESSO MASCHILE,  
cioè che fossero NATI in GRECIA, che  
avessero ANTENATI GRECI e che  
fossero maschi; solo i componenti di  
FAMIGLIE RICCHE potevano  
partecipare e solo chi SAPEVA  
PARLARE GRECO poteva partecipare.







A **CHI VINCEVA** le  
Olimpiadi veniva  
consegnata una  
**corona d'ulivo**  
l'**ammirazione** e la  
**fama** in tutta la Grecia.

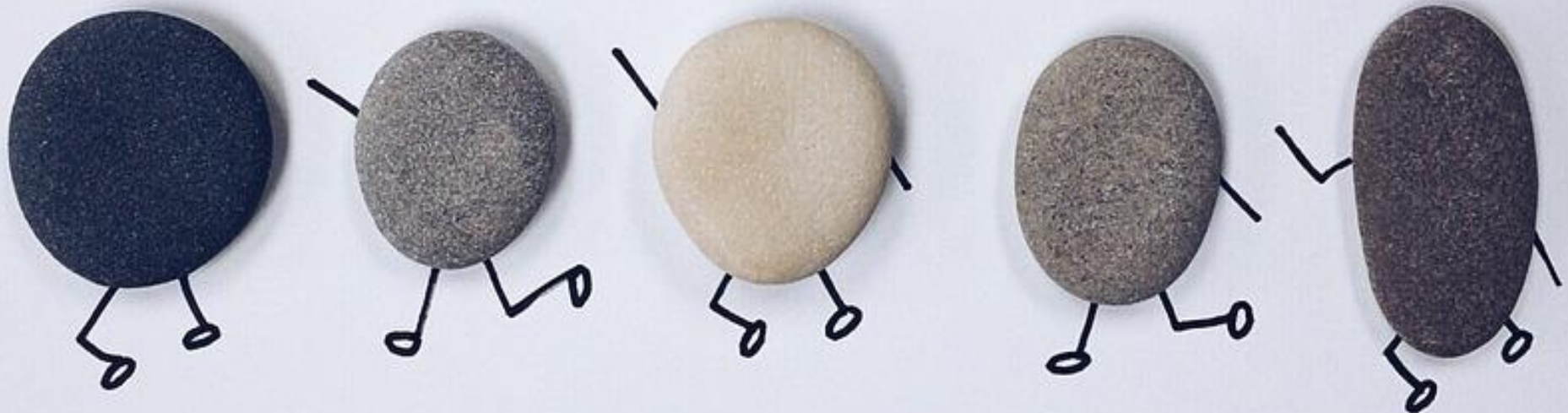
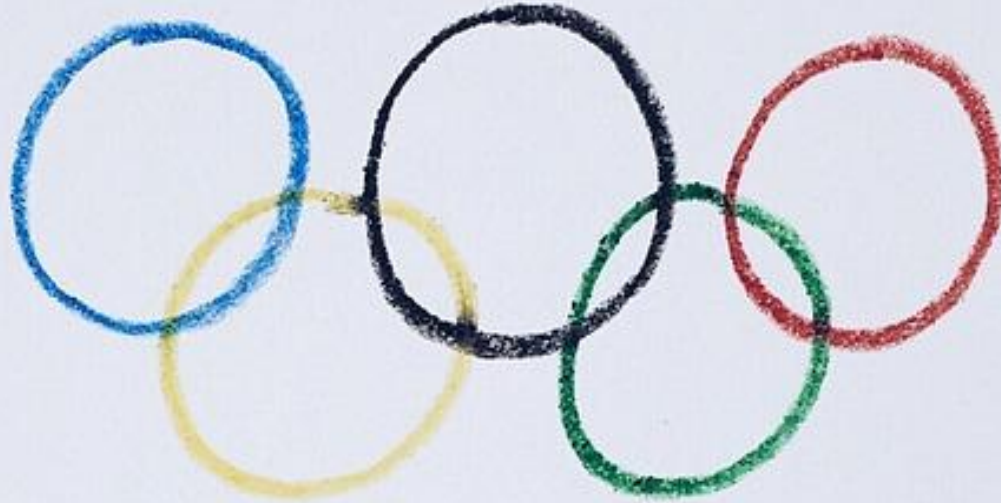


- Lo **STADION**, cioè una gara di corsa.
- Il **DIAULOS**, cioè una gara di corsa la cui strada da percorrere era pari al doppio dello stadion.
- Il **DOLICOS**, cioè una corsa di resistenza.
- Il **PUGILATO**, cioè la moderna boxe.
- La **LOTTA**, cioè un combattimento corpo a corpo.
- Il **PANCRAZIO**, cioè un'arte marziale ottenuta grazie al misto di pugilato e lotta.
- Il **PENTATHLON**, composto da cinque gare, cioè il salto il lungo, il lancio del giavellotto, il lancio del disco, la corsa e la lotta.
- L'**HOPLITODROMOS**, cioè una gara di corsa con le armi.
- Le **GARE EQUESTRI**, composta da due gare, cioè quella dei carri e quella dei cavalli.



# GIOCHI OLIMPICI MODERNI

Alcuni giochi simili a quelli Olimpici vennero organizzati in Inghilterra, Francia e Grecia tra il **1600** e il **1700**, **MA** non erano internazionali e non potevano essere considerati veri **Giochi Olimpici**.

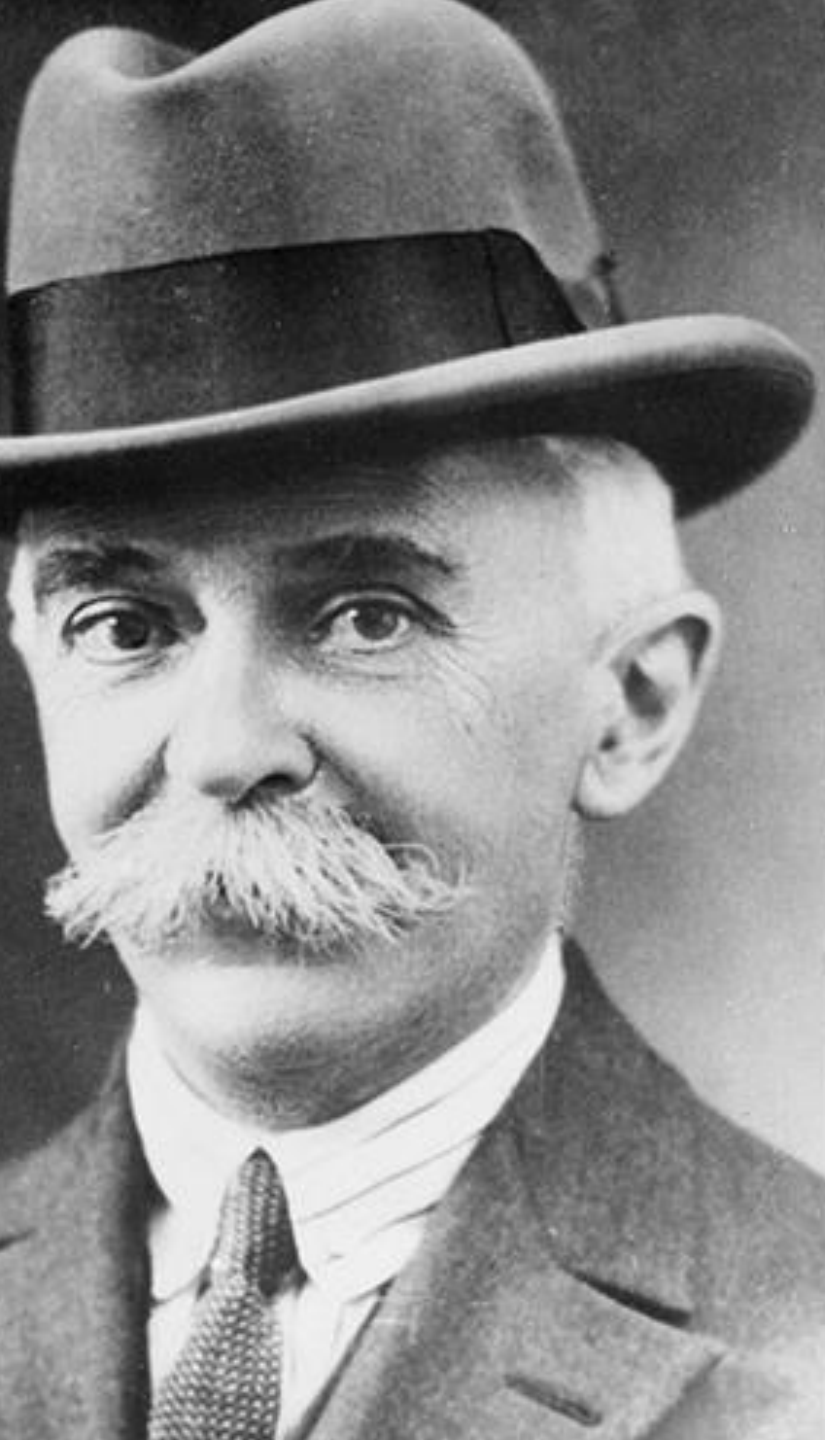




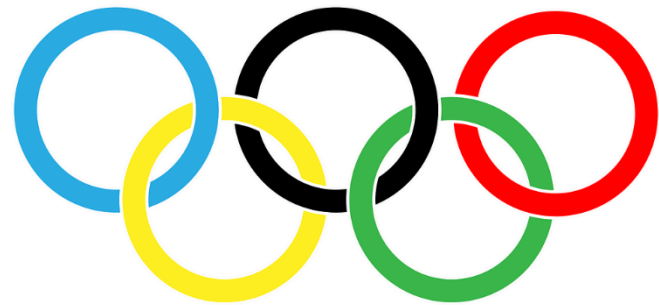
L'interesse crebbe solo quando un **GRUPPO DI ARCHEOLOGI TEDESCHI** riportò alla luce le rovine della città di Olimpia e, con lei, tutti i vasi, le statue ed i vari documenti che certificavano le Olimpiadi.







Le **OLIMPIADI** furono istituite a **FINE 800** dal BARONE **PIERRE DE COUBERTIN** per coinvolgere tutti i popoli in un evento universale. Nel **1896** si fece **LA PRIMA OLIMPIADE MODERNA AD ATENE.**



Si gareggia fra nazione e nazione con spirito prettamente agonistico, senza odi, senza rancori. Dal 1896 le **OLIMPIADI** vengono **DISPUTATE REGOLARMENTE OGNI QUATTRO ANNI.** In oltre **50 anni** solo **3 VOLTE** esse non ebbero svolgimento, a causa di **AVVENIMENTI BELLICI:**





1. 1916

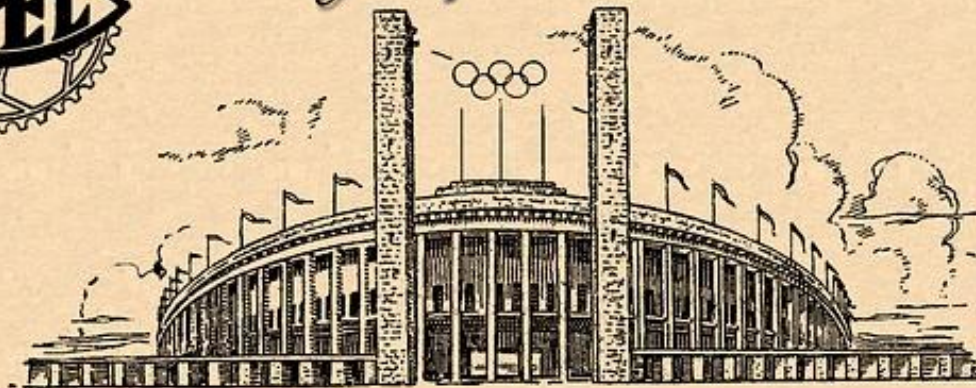
PRIMA GUERRA MONDIALE

Ritornarono **SUCCESSIVAMENTE** a Parigi.





# Olympia 1936



**Dal 1920 iniziò un periodo intermedio fino al 1936 con le OLIMPIADI di BERLINO sotto il REGIME NAZISTA DI HITLER,**

**In quella occasione parteciparono anche ATLETI EBREI e non solo...**



# ...1936

Uno dei protagonisti delle

**OLIMPIADI DI BERLINO** fu

**JESSE OWENS**, un **NERO**

americano che vinse

**QUATTRO ORI** nei 100mt,

200mt, la staffetta nei

400mt e stabilì un nuovo

record olimpico nel salto in

lungo.



**HITLER** si **RIFIUTÒ** di  
**CONGRATULARSI** con  
l'atleta, comunque i  
**TEDESCHI** furono **PRIMI**  
nel **MEDAGLIERE**.  
Dal 1936 iniziò un  
periodo politico difficile.





# MEDAGLIERE 1936

**GERMANIA: 33 ori, 26 argenti, 30 bronzi TOT. 89**

**STATI UNITI: 24 ori, 20 argenti, 12 bronzi TOT. 56**

**UNGHERIA: 10 ori, 1 argento, 5 Bronzi TOT. 16**

**ITALIA: 8 ori, 9 argenti, 5 bronzi TOT. 22**

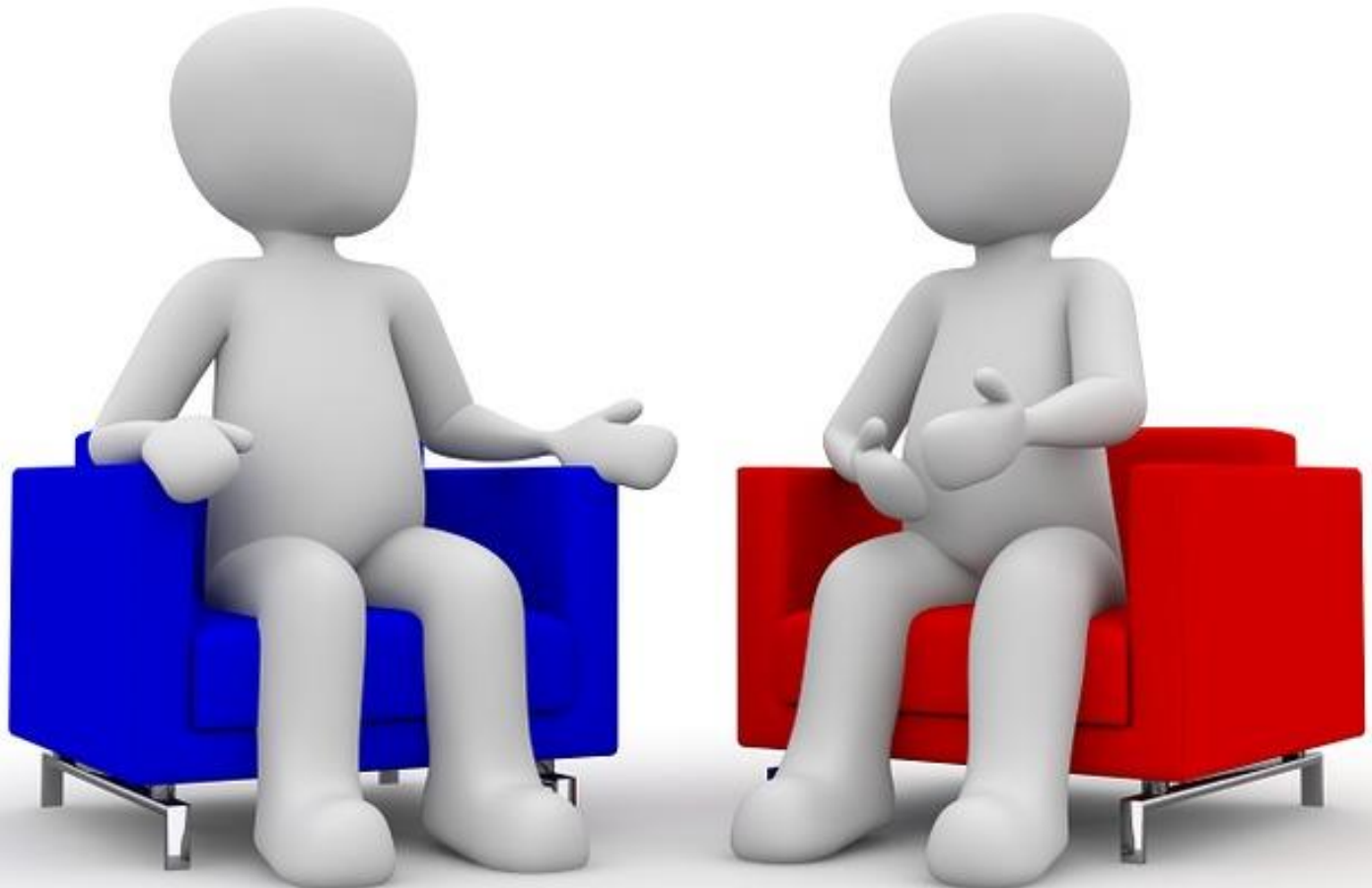




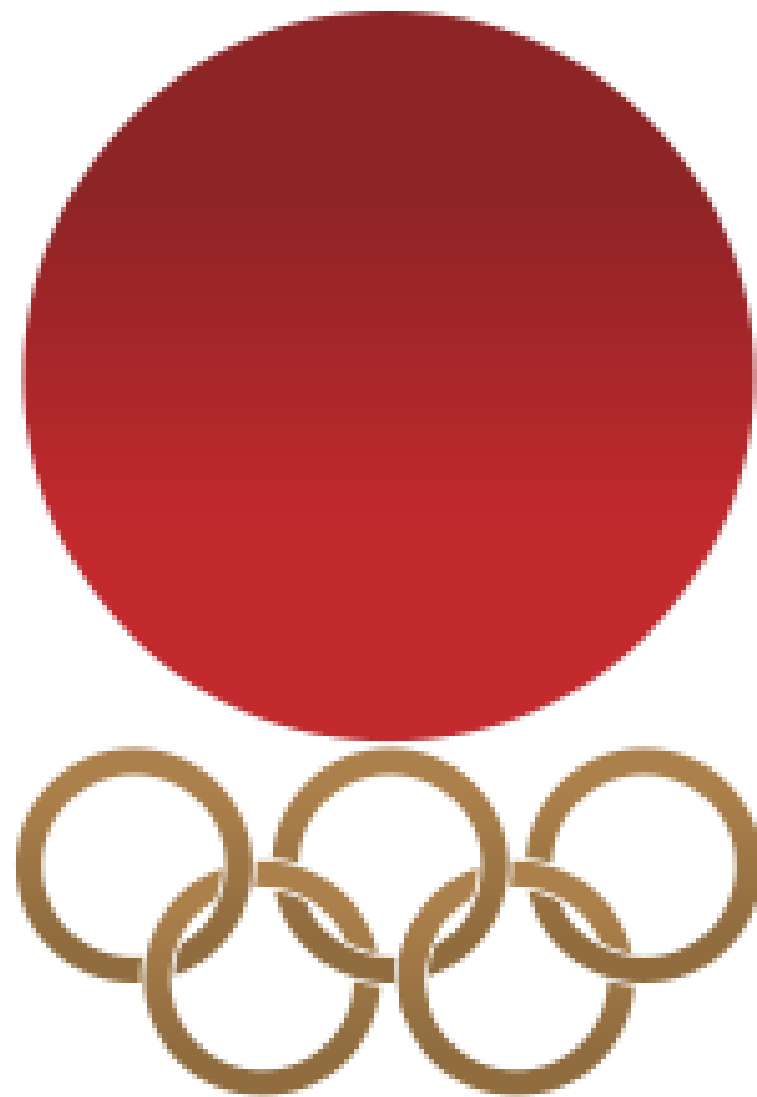
**2-3. Vennero fermate di nuovo a causa della  
SECONDA GUERRA MONDIALE (1940 e 1944).**



Solo **dopo** la **SECONDA GUERRA MONDIALE**, nel  
**1960** a **ROMA** le nazioni si riuniscono per  
**DISCUTERE** sulle **OLIMPIADI**.



Nel **1964** a **TOKYO**, si  
tenne la **27<sup>a</sup> edizione**  
delle **OLIMPIADI**, esse  
rappresentarono un  
periodo di **RIPRESA** per il  
**GIAPPONE**, nazione  
colpita anche dalla  
**BOMBA ATOMICA** .



**TOKYO 1964**



**Nel 1968 si svolgono per  
la prima volta  
nell'AMERICA LATINA, a  
CITTÀ DEL MESSICO**



Nelle ALTRE  
**OLIMPIADI**  
vengono



**BATTUTI** i  
**RECORD** di  
**OWENS**, vincono  
i neri africani.





**Nel 1992 inizia  
un periodo  
legato al  
business, agli  
atleti  
professionisti,  
al doping e agli  
sponsor.**

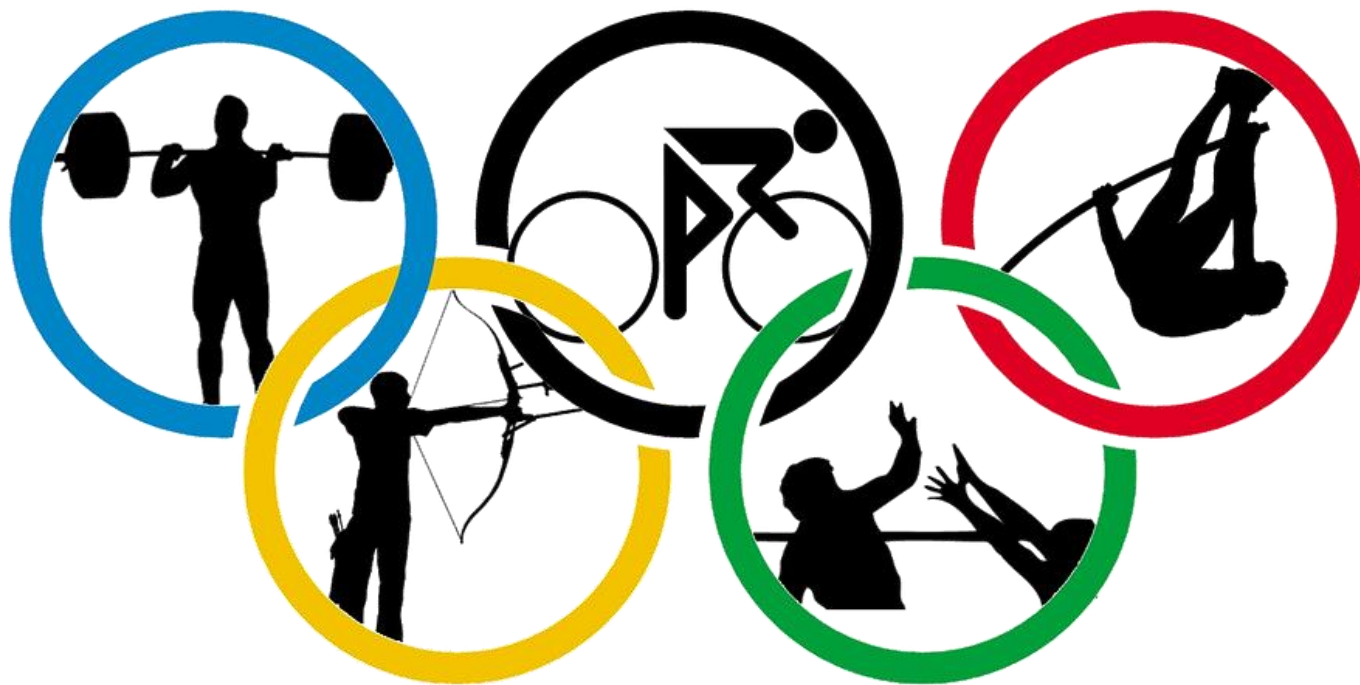
Nel **1992** le OLIMPIADI si sono svolte a BARCELLONA, nel **1996** ad ATLANTA, nel **2000** a SIDNEY, nel **2004** ritornano ad ATENE, nel **2008** si svolgono a PECHINO, per la prima volta in CINA, e le prossime si svolgeranno a LONDRA...





**IL NUMERO DELLE NAZIONI E DEGLI ATLETI ISCRITTI È  
AUMENTATO NOTEVOLMENTE DI OLIMPIADE IN  
OLIMPIADE.**





**NON ESISTE** una **REGOLA** che stabilisca **L'ELENCO DELLE GARE** in programma;

però, per consuetudine, si considerano **OBBLIGATORIE** le **SPECIALITÀ CLASSICHE**, cioè le stesse in cui si cimentavano i mitici atleti greci (corse, lanci, salti, lotta, ecc.), mentre **PER CERTI SPORT MODERNI**, come il calcio, la pallacanestro, il tennis, l'hockey su prato eccetera, spetta al Paese ospitante la decisione di ammetterli o no ai Giochi.



I Giochi Olimpici (estivi)  
della  
**31<sup>a</sup> EDIZIONE**, noti  
anche come **GIOCHI** di  
**RIO 2016**

SI SONO SVOLTI IN  
BRASILE, DAL 5 AL  
21 AGOSTO **2016**

Hanno  
partecipato  
**207 NAZIONI.**



**2016**



**12 ARGENTI**



**8 ORI**



**8 BRONZI**

*IL MEDAGLIERE ITALIANO RIO 2016*