



«ՍԵՎԱՆԻ Խ. ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ԴՊՐՈՑ»

ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2022

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ՝

ԹԵԹԵՎ ԱՏԼԵՏԻԿԱ

ԱՌԱՐԿԱ՝

ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ

ՀԵՂԻՆԱԿ՝

ՍՏԵԼԼԱ ԲԱՐՍԵՂՅԱՆ

ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՈՂ՝

Գ. ՀԱՅՐԱՊԵՏՅԱՆ

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ

ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ՝

ԱՅԳՈՒՏԻ ՄԻԶՆԱԿԱՐԳ ԴՊՐՈՑ

ՍԵՎԱՆ 2022

Բովանդակություն

1. Ներածություն.....	3
2. Թեթև աթլետիկա.....	4
3. Աթլետիկայի ծագումն ու զարգացումը.....	5
4. Թեթև աթլետիկայի մարզաձևերը.....	7
5. Աթլետիկան օլիմպիական խաղերում.....	10
6. Աթլետիկայի զարգացման պատմությունը Հայաստանում.....	12
7. Եզրակացություն.....	15
8. Օգտագործված գրականության ցանկ.....	16

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Աշխատանքը բաղկացած է ներածությունից, բուն նյութից, եզրակացությունից, օգտագործված գրականության ցանկից և բովանդակությունից: Աշխատանքում ներկայացրել եմ, թե ինչ է թեթև ատլետիկան, դրա ծագումն ու զարգացումը:

Ներկայացված է նաև, թե որ մարզաձևերն են ներառված թեթև ատլետիկայի մեջ և դրանցից յուրաքանչյուրը ինչ է իրենից ներկայացնում:

Չորրորդ ենթագլխում նկարագրվում է Հայաստանում թեթև ատլետիկայի զարգացման պատմությունը, հայ ատլետիստների նվաճումները և մի շարք այլ կարևոր թեմաներ:

Թեթև աթլետիկա

Աթլետիկան Օլիմպիական խաղերի ամենազանգվածային և կարևորագույն մարզաձևերից է, որն ընդգրկում է վազքերի և մարզական քայլքի, ցատկերի, մարզախրերի նետումրրորների և բազմամարտի մրցումներ:

Թեթև աթլետիկան անվանում են սպորտի թագուհի: Վազքի, թռիչքների և նետումների մրցումներ անց էին կացվում դեռևս Հին Եգիպտոսում և Ասորեստանում: Օլիմպիական խաղրի փառավոր պատմությունն սկիզբ է առել 28 դար առաջ՝ վազքի մրցումներով: Թեթև աթլետիկան ամենատարածված մարզաձևն է: Կարելի է ասել, որ նրա հետ առնչվում ենք բոլորս. չէ՞ որ վազքն ու քայլքը մեր բնական, կենսականորեն անհրաժեշտ շարժումներն են: Երեխաները վազում են առաջկտրուկի, դպրոցում վազքի մրցումներ կազմակերպում ֆիզկուլտուրայի դասերին, և նա, ում հաջողվում է առաջ անցնել մյուսներից, շատ է ուրախանում: Իսկ վազորդ-թեթևաթլետները երկար ու համառորեն մարզվում են, նախքան կմասնակցեն կարճ (60-ից մինչև 400 մ), միջին (800—1 500 մ) և երկար (3000 մ և ավելի) տարածությունների վազքի առաջնության մրցումների: Առանց արգելքների և արգելքներով վազքի մրցումներն անց են կացվում մարզադաշտերի վազքուղիներում: Կրոսը (վազք կտրտված տեղանքում) կազմակերպում են զբոսայգիներում կամ անտառներում, իսկ մարաթոնյան վազքի 42 կմ 195 մ երկարությամբ վազքուղիներն անցնում են խճուղով:

Տեխնիկական ձևերի (նետումներ և թռիչքներ) մրցումներն անցկացվում են վազքուղու ներսում գտնվող մարզահատվածներում:

Վազքի, թռիչքների և նտումների մրցություններ անցկացվում էին դեռևս Հին Եգիպտոսում և Ասորեստանում:

Թեթև աթլետիկան ներառում է այնպիսի վարժություններ, որոնք ծանոթ են մեզնից յուրաքանչյուրին, նույնիսկ նրան, ով չի զբաղվում ոչ մի մարզաձևով:

Աթլետիկայի ծագումն ու զարգացումը

Աթլետիկական վարժությունները իրենց ծագման պատմությամբ տանում են հին աշխարհի խորքերը: Հայտնի է, որ այնպիսի վարժություններ, ինչպիսիք են վազքը, ցատկերը, նետումները, որպես բնականորեն անհարաժեշտ գործողություններ, հին ժամանակներից մարդը սկսել է կիրառել ամենօրյա կյանքում, աշխատանքում, կենցաղում: Վազքը, ցատկերը և նետումները զգալի զարգացման են հասել Հին Հունաստանում, որոնք կազմել են հունական օլիմպիական խաղերի հիմքը:

Ժամանակակից աթլետիկան ամենից առաջ ճանաչում է գտել Անգլիայում: 1837-ին Ռեգբի քաղաքում տեղի է ունեցել քոլեջի աշակերտների վազքի առաջին մրցումները՝ մոտավորապես 2 կմ տարածությունում: Շուտով այդպիսի մրցումներ են անցկացվում Լոնդոնում, Քեմբրիջում, Օքսֆորդում և այլուր: Աստիճանաբար մրցումների ծրագրերը համալրվում են կարճ վազքերով, արգելավազքով, ծանրության նետումով: 1851-ից ավելացան նաև հեռացատկն ու բարձրացատկը: Անգլիայում աթլետիկայի հետագա զարգացմանը նպաստեց այն փաստը, որ 1864-ից սկսած յուրաքանչյուր տարի սկսեցին անցկացնել աթլետիկական մրցումներ ուսանողության միջև: Այդ մրցումների ծրագրի մեջ մտնում էր վեց վազքային և երկու ցատկային ձև: Ի դեպ, այդ ծրագիրը բավականին երկար ժամանակ մնաց անփոփոխ: Արդեն 19-րդ դարի վերջին ծրագրի մեջ ավելացվեց գնդի հրումը և մուրճի նետումը: 1880-ին Անգլիայում ստեղծվում է աթլետիկական սիրողական ասոցացիա, որը բրիտանական կայսրության սահմաններում ստանում է ալետիկայի գծով բարձրակարգ օրգանի կարգավիճակ:

1870-ականներից Ֆրանսիայում նույնպես սկսում է զարգանալ աթլետիկան, նախ զինվորական լիցեյներում, հետագայում նաև ուսանողության շրջանում:

ԱՄՆ-ում աթլետիկայի զարգացման սկիզբը դրվեց 1868-ին, երբ ստեղծվեց Նյու-Յորքյան աթլետիկայի ակումբը: Շուտով ԱՄՆ-ի աթլետիկայի զարգացման կենտրոն են դառնում համալսարանները, որոնք յուրաքանչյուր տարի անց են կացնում մրցումներ:

Ռուսաստանում ժամանակակից աթլետիկայի զարգացման սկիզբ դրվել է Պետրոգրադի մոտ եղած Տյարլս ամառանոցային վայրի երիտասարդությունը: Այստեղ 1888-ին Պ. Պ. Մոսկովինի և նրա բարեկամների նախաձեռնությամբ ծնունդ է առնում երկրում առաջին աթլետիկական խումբը: Այդպիսի խմբեր են ստեղծվում Գերմանիայում, Շվեդիայում, Նորվեգիայում և Կենտրոնական Եվրոպայի այլ երկրներում: Փաստորեն, 19-րդ դարավերջին աթլետիկան, որպես առանձին մարզաձև, ճանաչում գտավ երկրների մեծ մասում: Այս բոլորը հիմք հանդիսացավ վերականգնելու հին հունական օլիմպիական խաղերը:

1912-ին ստեղծվում է Միջազգային սիրողական աթլետիկական ֆեդերացիան (ԻԱԱՖ), որը փաստորեն աթլետիկայի զարգացման և միջազգային միջոցառումների անցկացման ղեկավար օրգանն էր:

Աթլետիկական սպորտում զգալի փոփոխություններ կատարվեցին Երկրորդ համաշխարհային պատերազմից հետո: Այդ ժամանակաշրջանում նկատելիորեն բարձրացավ շատ երկրների աթլետիկական նվաճումների մակարդակը, այդ դրվեց զիտական հիմքերի վրա:

Թեթև աթլետիկայի մարզաձևերը

Վազք և արգելավազք

Վազքը թեթև աթլետիկայի տարրերից մեկն է: Ինչպես թեթև աթլետիկայի մյուս մրցաձևերում, վազքում նույնպես տղամարդիկ և կանայք մրցում են առանձին: Վազքատարածությունները լինում են կարճ կամ սպրինտերական (100, 200 և 400 մ), միջին (800 և 1500մ), երկար կամ ստայերական (5000 և 10.000մ) և մարաթոնյան (42 կմ 195 մ):

Կարճ տարածության վազքամրցումներում մարզիկները մեկնարկում են հատուկ մեկնարկային կոճղակներից, որոնք նրանց հնարավորություն են տալիս հրվել և արագ պոկվել տեղից: Մարզիկներից յուրաքանչյուրը վազում է իր մրցուղով:

100 մ վազքատարածությունում նրանք մեկնարկում են նույն գծից և վազում են ուղիղ գծով: 200 և 400 մ վազքատարածություններում մարզիկները մեկնարկում են վազքուղու ոլորանի տարբեր դիրքերից, սակայն բոլորն էլ պետք է անցնեն նույն տարածությունը:

800 մ վազքատարածությունում մարզիկներից յուրաքանչյուրը վազում է իր վազքուղով՝ միայն մինչև առաջին ոլորանը, որից հետո նրանք կարող են վազել ցանկացած վազքուղով: Ավելի երկար վազքատարածություններում (բացառությամբ՝ 4 x 400 մ փոխանցումավազքի) մարզիկները մեկնարկում են ոլորանից և վազում ցանկացած վազքուղով: Մեկից ավելի շրջանով վազքատարածություններում վերջին շրջանը կատարելիս վերջնագծի վրա հնչում է զանգի ձայնը:

Վազքի տեսակներից են նաև 4x100մ և 4x400մ տարածություններով փոխանցումավազքերը (էստաֆետ): Դրանց 4 մասնակիցներից յուրաքանչյուրը վազում է նույն վազքատարածությունը և ձեռքի փոխանցումափայտիկը հատուկ նշված գոտում փոխանցում է հաջորդ մասնակցին:

Երկար տարածության փոխանցումավազքի (4x400մ) մասնակիցները վազում են 1 շրջան և ոլորան, այնուհետև յուրաքանչյուր մասնակից վազում է իր վազքուղով:

Արգելավագքը ներառում է 2 տարածություն՝ 110 մ (կանանց համար՝ 100 մ) և 400 մ: Վերջին վագքատարածությունում արգելքները տեղադրված են աստիճանաձև՝ ընդհուպ մինչև վերջնագծային ուղիղը: Եթե մարզիկը վայր է գցում արգելքը, տուգանային միավոր չի ստանում:

Արգելավագքի կամ դրա տարատեսակ խոչընդոտավագքի (սթիփլչեյզ) բարձրակարգ մրցումներին մասնակցում են միայն տղամարդիկ:

Խոչընդոտավագքն անցկացվում է 3000 մ մրցատարածքում (7,5 շրջանից քիչ ավելի): Յուրաքանչյուր շրջանում բոլոր վագորդները հաղթահարում են 4 անշարժ արգելք և ջրափոս: Ընդ որում՝ այդ ժամանակ ջրափոսի առջևում դրված փոքրիկ արգելքից հարկավոր է այնպես թռչել, որպեսզի վայրէջքը կատարվի ջրափոսի ծանծաղ մասում:

Մարաթոնյան վագք

Ամենաերկար տարածության վագքամրցումը վագքն է՝ 42 կմ 195 մ, որն անցկացվում խճուղում խճուղում:

Խոշոր մրցումներում մեկնարկում և վերջնագիծը հաստում են մարզադաշտում: մրցատարածության ողջ երկայնքով մարզիկների տեղադրում են ջրի կետեր, որտեղ վագորդները կարող են ջուր և այլ զովացուցիչ ըմպելիքներ:

Մարաթոնյան ամենախոշոր մրցումներին մա է մի քանի հազար մարդ մարդ: այդպի զանգվածային անցկացվում ամեն տարի աշխարհի բազմաթիվ քաղաքներում քաղաքներում որտեղ որտեղ են և՛ պրոֆես մարզիկներ մարզիկներ և՛ իրողներ:

Տեխնիկական ձևեր

Թեթև աթլետիկայի տեխնիկական ձևերն են 4-ական տեսակի թռիչքներն ու նետումները: Դրանք անցկացվում են վագքուղու ներսի հրապարակում հաստուկ սարքավորված տեղամասերում: Բարձրացատկի և ձողացատկով մրցումներում մարզիկները ցատկելով անցնում են որոշակի բարձրությամբ դրված ձողի վրայով՝ առանց վայր գցելու այն. յուրաքանչյուր բարձրության համար ցատկորդին տրվում է 3 փորձ, եթե նա հաղթահարում է այդ բարձրությունը, ապա շարունակում է

մրցապայքարը, իսկ եթե բոլոր 3 մրցափորձերը վերջանում են անհաջողությամբ, ցատկորդը դուրս է մնում հետագա մրցապայքարից: Հաղթում է ամենամեծ բարձրությունը հաղթահարած մարզիկը:

Հեռացատկի, եռացատկի, գնդի հրման, սկավառակի, մուրճի և նիզակի նետման մրցումներում մարզիկին տրվում է մի քանի մրցափորձ:

Թեթևաթլետիկական բազմամարտ

Թեթևաթլետիկական բազմամարտը՝ տասնամարտն ու յոթնամարտը, մարզիկի բազմակողմանի ընդունակությունների ստուգման մարզաձևեր են: Մրցումներն անցկացվում են 2 օրում: Մարզիկները միավորներ են հավաքում յուրաքանչյուր մարզաձևից առանձին-առանձին:

Տղամարդ բազմամարտիկները մրցում են տասնամարտում: Առաջին օրը մրցում են 5 ձևում՝ 100մ վազք, հեռացատկ, գնդի հրում, բարձրացատկ և 400մ վազք:

Երկրորդ օրը մրցում են ևս 5 ձևում՝ 110 մ արգելավազք, սկավառակի նետում, ձողացատկ, նիզակի նետում և 1500 մ վազք:

Կանայք մրցում են յոթնամարտում. առաջին օրը՝ 100մ արգելավազք, բարձրացատկ, գնդի հրում և 200մ վազք: Երկրորդ օրը՝ հեռացատկ, նիզակի նետում և 800 մ վազք:

Հայ անվանի թեթևաթլետներից էին Վ. Հովհաննիսյանը, Ա. Տեր-Հովհաննիսյանը, Ի. Տեր-Հովհաննիսյանը, Ռ. Էմմիսյանը և ուրիշներ:

Աթլետիկան օլիմպիական խաղերում

Հին հունական օլիմպիական խաղերի սկիզբը համարվում է մ.թ.ա. 776-ը: Առաջին օլիմպիական խաղերի ծրագրում ընդգրկված էր միայն մեկ ձև՝ Ստադիոդրոմ կոչվող վազքը, որը հավասար է 192 մ 27 սմ: Այսպես շարունակվեց մինչև մ.թ.ա. 724-ը: Թվով 14-րդ խաղերում մտցվեց նաև երկու ստադիոդրոմ վազքը՝ 384 մ 54 սմ: Ավելի ուշ ավելացավ նաև երկար տարածություն՝ 24 ստադիոդրոմ վազքը, որը հավասար էր 4614 մ 48 սմ: մ.թ.ա. 708-ին ծրագրի մեջ մտավ հնգամարտը, որի մեջ մտնում էր վազքը, հեռացատկը, նիզականետումը, սկավառականետումը և ըմբշամարտը բոնցքամարտի հետ: Օլիմպիական խաղերը տևեց մինչև 394 թվականը:

19-րդ դարի վերջում, աթլետիկան, ինչպես նաև շատ մարզաձևեր, ձևավորվել էին և անհրաժեշտություն էր առաջացել վերականգնել հին օլիմպիական խաղերը: Նոր օլիմպիական խաղերի կայացմանը մեծապես նպաստեց ֆրանսիացի Պիեռ դե Կուբերտենը:

1896-ի Աթենքի օլիմպիական խաղերի ծրագրում աթլետիկան ներկայացված էր ընդամենը 13 ձևով և բնական էր, որ ցուցաբերած արդյունքները նույնպես ցածր էին: Աստիճանաբար ավելացան ինչպես խաղերին մասնակցող երկրների քանակը, այնպես էլ աթլետիկական ձևերը և ցուցաբերած արդյունքները: Կանայք նույնպես զբաղվել են աթլետիկայով: Դեռ 1916-ին անց են կացվել կանանց միջազգային մրցումներ: Սակայն կանանց աթլետիկան միայն 1928-ին մտավ օլիմպիական ծրագրի մեջ, այն էլ ընդամենը 5 ձևով՝ վազք 100, 800, 4x100, սկավառականետում և բարձրացատկ: Տարեց տարի ավելանում էին խաղերում ընդգրկված աթլետիկական ձևերը: 1956-ին Մելբուռնում անցկացված խաղերի ծրագրում, արդեն տեղ էր գտել սղամարդկանց 24 և կանանց 9 աթլետիկական ձև:

1952-ին օլիմպիական խաղերին առաջին անգամ մասնակցեցին Խորհրդային Միության մարզիկները, որոնք փոխեցին ուժերի ընդհանուր հարաբերությունները: 1960-ի Հռոմի օլիմպիական խաղերի ժամանակ ամերիկյան աթլետները առաջին անգամ պարտություն կրեցին ԽՍՀՄ-ի աթլետներից, որոնք հաջող հանդես եկան և նվաճեցին 11 ոսկե մեդալ:

Օլիմպիական խաղերի պատմությունը հարուստ է սպորտային ազնիվ պայքարի և մարզական բարձր արդյունքների ցուցաբերման բազմաթիվ օրինակներով: Դրանցից է ամերիկացի հանրաճանաչ աթլետ Ջեյմի Օուենսի արագավազքը և հեռացատկը: Արագ վազքի համար նրան անվանում էին «սև նետ» (նա սևամորթ էր): Այդ հիանալի աթլետը 1936-ին, մասնակցելով Բեռլինում անցկացված օլիմպիական խաղերին, նվաճեց 4 ոսկե մեդալ, հաղթելով 100, 200, հեռացատկ և 4x100 մ ձևերում: Նույալիսի հաջողության հասավ 1984-ին Լոս Անջելեսում, կրկին ամերիկացի, 20-րդ դարի լավագույն աթլետ Կարլ Լյուիսը, միայն մի տարբերությամբ, որ բացի այդ խաղերի 4 ոսկե մեդալներից, տաղանդավոր մարզիկը հետագայում ևս նվաճեց 5 ոսկե մեդալ: Մարզական երկարակեցության և կամային բարձր ցուցանիշների դրսևորման հիանալի օրինակ կարող են ծառայել ամերիկացի սկավառականետորդ Արթուր Օրտերը, որը 4 օլիմպիական խաղերի անընդմեջ չեմպիոն է և ռուս եռացատկորդ Վիկտոր Սանենը: Վերջինս երեք անգամ դարձավ չեմպիոն, սահմանելով համաշխարհային ռեկորդ, իսկ չորրորդ անգամ նվաճեց արծաթե մեդալ: Չեխ վագորդ Էմիլ Զատոպեկը դեռևս հեռավոր, 1952-ին Հելսինկիում նվաճեց 3 ոսկե մեդալ՝ 5 կմ, 10 կմ և մարաթոնյան վազքում:

Աթլետիկայի զարգացման պատմությունը

Հայաստանում

Պատմականորեն ապացուցված է, որ 1912-ի Ստոկհոլմյան օլիմպիադայում աթլետիկայի մրցումներին մասնակցել են ազգությամբ հայ Մ. Մկրյանը, Վ. Փափազյանը, Մ.Մալումջյանը, սակայն նրանք հանդես են եկել այլ երկրների հավաքականների կազմում:

Հայաստանի տարածքում առաջին աթլետիկական խումբը բացվել է 1917-ին Ալեքսանդրապոլ (այժմ՝ Գյումրի) քաղաքում: Խմբի հիմնադիրն է եղել Առևտրի Վարժարանի բնագիտության ուսուցիչ Մարտին Մարգարյանը: Չնայած խմբի պարապմունքներն ընթացել են կանոնավոր կերպով և մարզիկներից ոմանք՝ Հարություն Յաղջյան, Իգոր Պուխլովիցկի, Հարություն Գարգալոյան, հասել են այն ժամանակվա համար որոշակի հաջողությունների, այնուամենայնիվ, նյութական և բարոյական աջակցություն չլինելու պատճառով խմբակի գործունեությունը դադարեցվում է:

Խորհրդային շրջան. 1926 թվականին անց է կացվում Համահայաստանյան 1-ին սպարտակիադան: Սպարտակիադայի ծրագրի մեջ ընդգրկված էր աթլետիկական 23 ձև, որից 8-ը՝ կանանց համար: Մեր աթլետները պատրաստվում էին 1928 թվականին Մոսկվայում կայանալիք ԽՍՀՄ ժողովուրդների առաջին սպարտակիադային: Հայաստանը գտնվում էր Անդրֆեդերացիայի կազմում: Երեք հանրապետությունների (Հայաստան, Վրաստան, Ադրբեջան) թիմը ընտրելու նպատակով 1927 թվականին Թբիլիսիում անցկացվեցին ընտրական մրցումներ: Հայաստանի հինգ աթլետներ ընդգրկվեցին Անդրֆեդերացիայի թիմի կազմում: Աթլետներից հաջող մասնակցեցին Գրիգոր Ալավերդյանը՝ 5 կմ վազք, Սերգո Համբարձումյանը՝ գնդի հրում և Արամ Տեր-Հովհաննիսյանը՝ սկավառականետում ձևերից:

Ինչպես սպորտի շատ ձևեր, այնպես էլ աթլետիկան իր հիմնական զարգացումն ապրեց Երկրորդ համաշխարհային պատերազմից հետո: Հայաստանցի աթլետներից առաջինը, որը ԽՍՀՄ առաջնությունում նվաճեց բրոնզե մեդալ (1950)

նիզականետումից՝ 68 մ 4 սմ և ընդգրկվեց օլիմպիական թիմի կազմում, Իվան Սոտնիկովն էր: 1951 թվականին ԽՍՀՄ երիտասարդական չեմպիոն դարձավ Վարդան Հովսեփյանը:

Սկսած 1955 թվականից Հովսեփյանը իրեն հավասարը չունեցավ Եվրոպայում: Նա չորս անգամ դարձավ ԽՍՀՄ չեմպիոն և ռեկորդակիր: 1958-1960 թվականներին 3000 մ խոչընդոտավազքից և 8000 մ կրոսավազքից ԽՍՀՄ չեմպիոն դարձավ Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտի ուսանող Ալեքսեյ Կոնովը, որը մասնակցեց Հռոմի օլիմպիական խաղերում:

Այդ տարիներից աթլետիկական հանրապետությունում սկսեց թափ առնել: Ֆաինա Մելնիկը 11 անգամ աշխարհի ռեկորդ սահմանեց, 1972 թվականին դարձավ Մյունխենի օլիմպիադայի չեմպիոն և երկու անգամ ճանաչվեց աշխարհի լավագույն աթլետուհի: 1970-ականների վերջերից բարձր մարզական արդյունքներով աչքի ընկավ Արտաշես Միկոյանը: Նա 3000 մ խոչընդոտավազքում դառնում է մի շարք միջազգային խոշոր մրցումների հաղթող:

1987 թվականին արագավազորդ Հ. Մկրտչյանը և սկավառականետորդ Գ. Բարսեղյանը ԽՍՀՄ երիտասարդական թիմի կազմում մասնակցեցին հունական Սալոնիկե քաղաքում անցկացված աշխարհի առաջնությանը և Հայաստան վերադարձան արծաթե մեդալներ նվաճած:

Խորհրդային տարիներին հատկապես ակնառու էին մեր հեռացատկորդների նվաճումները: Հայազգի Իգոր Տեր-Հովհաննիսյանը երկու անգամ սահմանեց աշխարհի ռեկորդ (1962-1967 թվականներին), հինգ անգամ մասնակցեց օլիմպիական խաղերի՝ դառնալով մրցանակակիր: 1983 թվականին գյումրեցի Հովհաննես Ստեփանյանը դարձավ ԽՍՀՄ չեմպիոն: Մեկ ուրիշ գյումրեցի՝ Ռոբերտ Էմմիլյանը բազմաթիվ ռեկորդներ սահմանեց այդ ձևում, իսկ 1987 թվականին ցույց տվեց ֆանտաստիկ արդյունք՝ 8 մ 86 սմ: Բարձր արդյունքներով աչքի ընկան նաև Գ. Պետրոսյանը, Ա. Մինասյանը, Վ. Մովսիսյանը, Մ. Դանիելյանը, Շ. Պողոսյանը, որոնք հաղթահարեցին 8 մետրի սահմանը: Աչքի ընկան նաև մեր եռացատկորդները: Նախ, Պ. Գրիգորյանը 16 մ 98 սմ արդյունքով դարձավ ԽՍՀՄ սպարտակիադայի

մրցանակակիր, ապա Կանադայում անցկացված աշխարհի առաջնության մրցումներում գրավեց 7-րդ տեղը:

Անկախության շրջան. 1992 թվականին ստեղծվեց անկախ Հայաստանի աթլետիկայի ֆեդերացիան: 1995 թվականին եռացատկորդ Ա. Մարտիրոսյանը դարձավ Եվրոպայի առաջնության մրցանակակիր, իսկ 1996 թվականի Ատլանտայի օլիմպիական խաղերում գրավեց 5-րդ տեղը:

Աթլետիկան համահայկական խաղերում. 1999 թվականից անցկացվում է Համահայկական խաղերը, որի ծրագրի մեջ է մտնում նաև աթլետիկան:

Եզրակացություն

Թեթև աթլետիկան ամենատարածված մարզաձևն է: Այն կարևորագույն մարզաձևերից է, որն ընդգրկվում է վազքերի և մարզական քայլքի, ցատկերի, մարզախրերի նետումների և բազմամարտի մրցումներ:

1992 թվականին ստեղծվել է անկախ Հայաստանի աթլետիկայի ֆեդերացիան:

Հայաստանի տարածքում աթլետիկական խումբը բացվել է 1917-ին Ալեքսանդրապոլ (այժմ՝ Գյումրի) քաղաքում: Խմբի հիմնադիրն է եղել Մարտին Մարգարյանը:

Աթլետիկական սպորտում զգալի փոփոխություններ կատարվեցին Երկրորդ համաշխարհային պատերազմից հետո: Այդ ժամանակաշրջանում նկատելիորեն բարձրացավ շատ երկրների աթլետիկական նվաճումների մակարդակը, այն դրվեց գիտական հիմքերի վրա:

Օգտագործված գրականության ցանկ

- Ա.Ա. Դոբրով «Ամեն ինչ սպորտի մասին»: Հայաստան հր. 1981
- Աթլետիկա (ուսումնական ձեռնարկ), ՖԿՀՊԻ, Երևան, 2003:
- <https://www.encyclopedia.am/pages.php?bld=2&hld=242>
- <https://www.dasaran.net/apps/wiki/view/id/4972>