

Метание копья

14.05.2020

Копье не только самый стремительный и капризный, но и наиболее древний легкоатлетический снаряд. Копье как оружие войны и охоты было издавна известно человеку. Но подлинно спортивным снарядом копье стало в Древней Греции.

Инструктор по физической культуре и спорту ГБУ ЦССВ «Молодая гвардия» тренирует своих юных подопечных этому древнему виду спорта.

«Метание копья подразумевает слаженное взаимодействие рук и туловища человека. Занятия с копьем как нельзя лучше тренируют координацию движений, выносливость. Ребята часто приходят на тренировки сначала просто из любопытства, а только потом появляется интерес к занятиям таким древним видом спорта. Мы еще не готовы показать свои результаты на соревнованиях вне стен нашего учреждения, но нам есть к чему стремиться», - рассказывает Владимир Скивко, инструктор по физической культуре и спорту.



Адрес страницы: <http://cssvmolgvard.mos.ru/information-about-events/news-events/detail/8894335.html>

[ГКУ города Москвы «ЦССВ «Молодая гвардия»](#)