

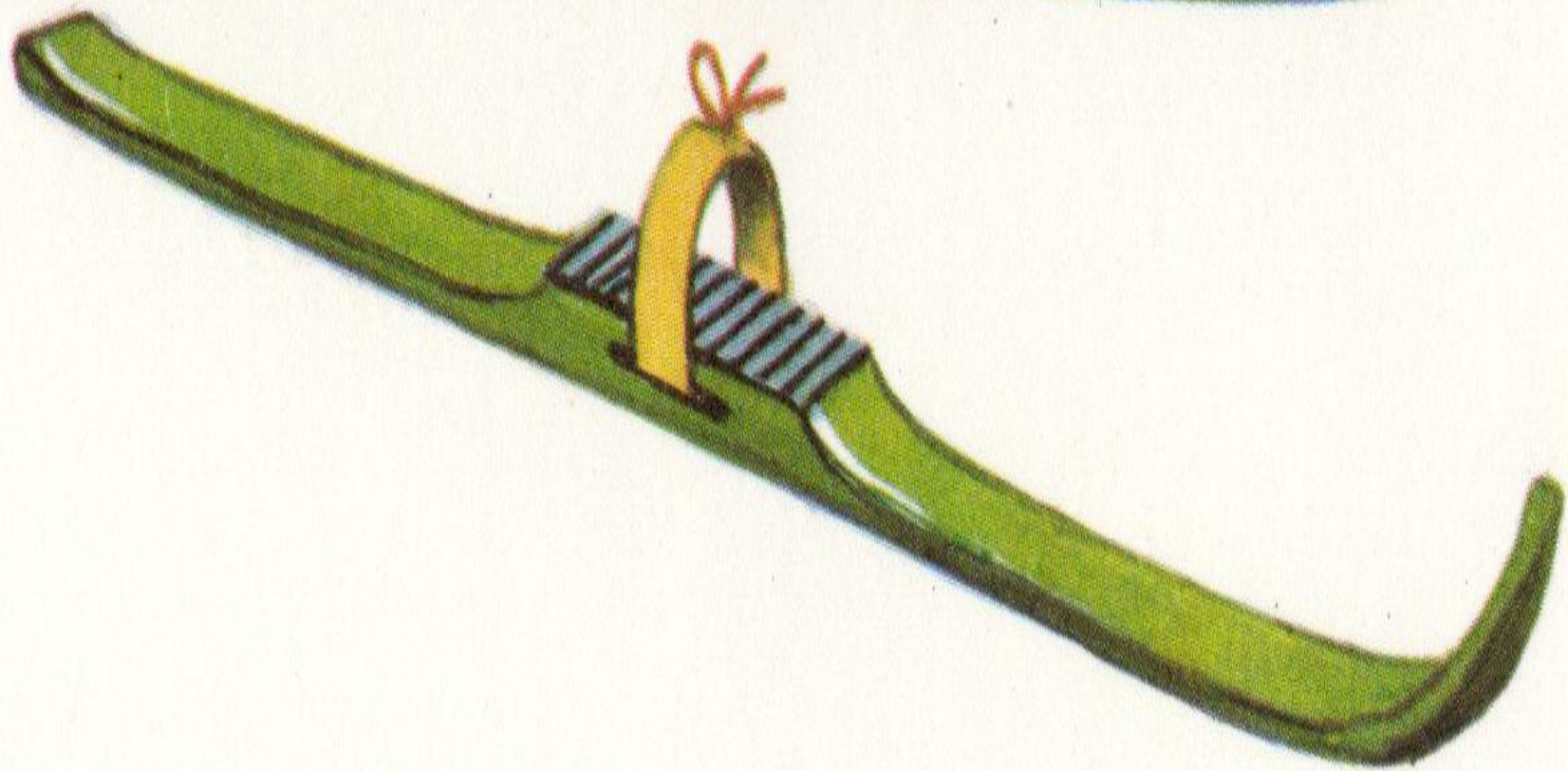
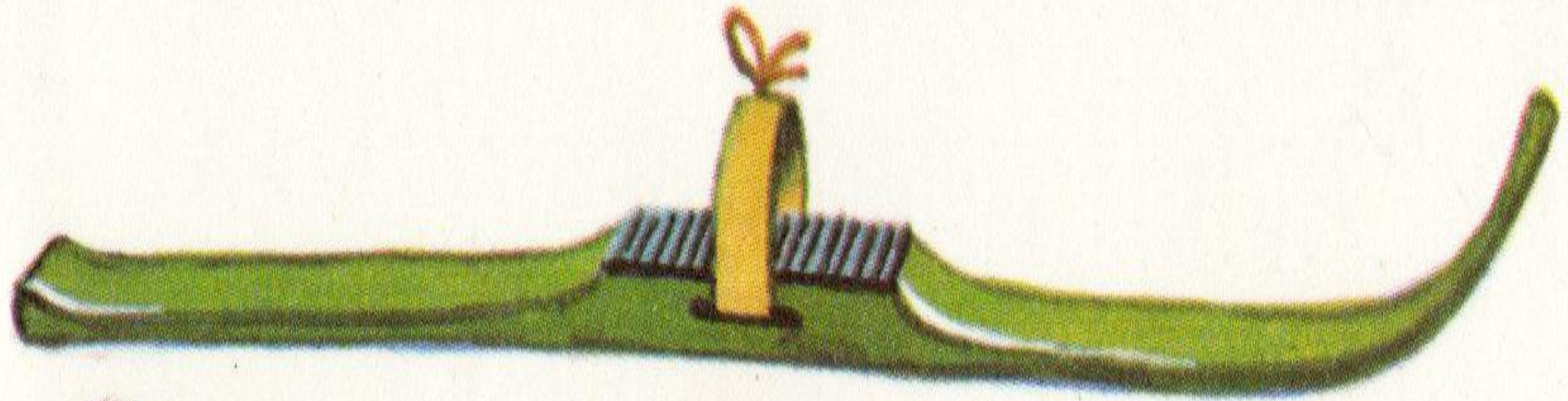
A large group of people, including children and adults, are skiing on a snowy slope. They are wearing various winter clothing and ski gear. The scene is bright and active, with many skiers in motion. The background shows a line of trees under a clear sky.

«История создания лыж и развития лыжного спорта»

Занятие – беседа с детьми

Задачи:

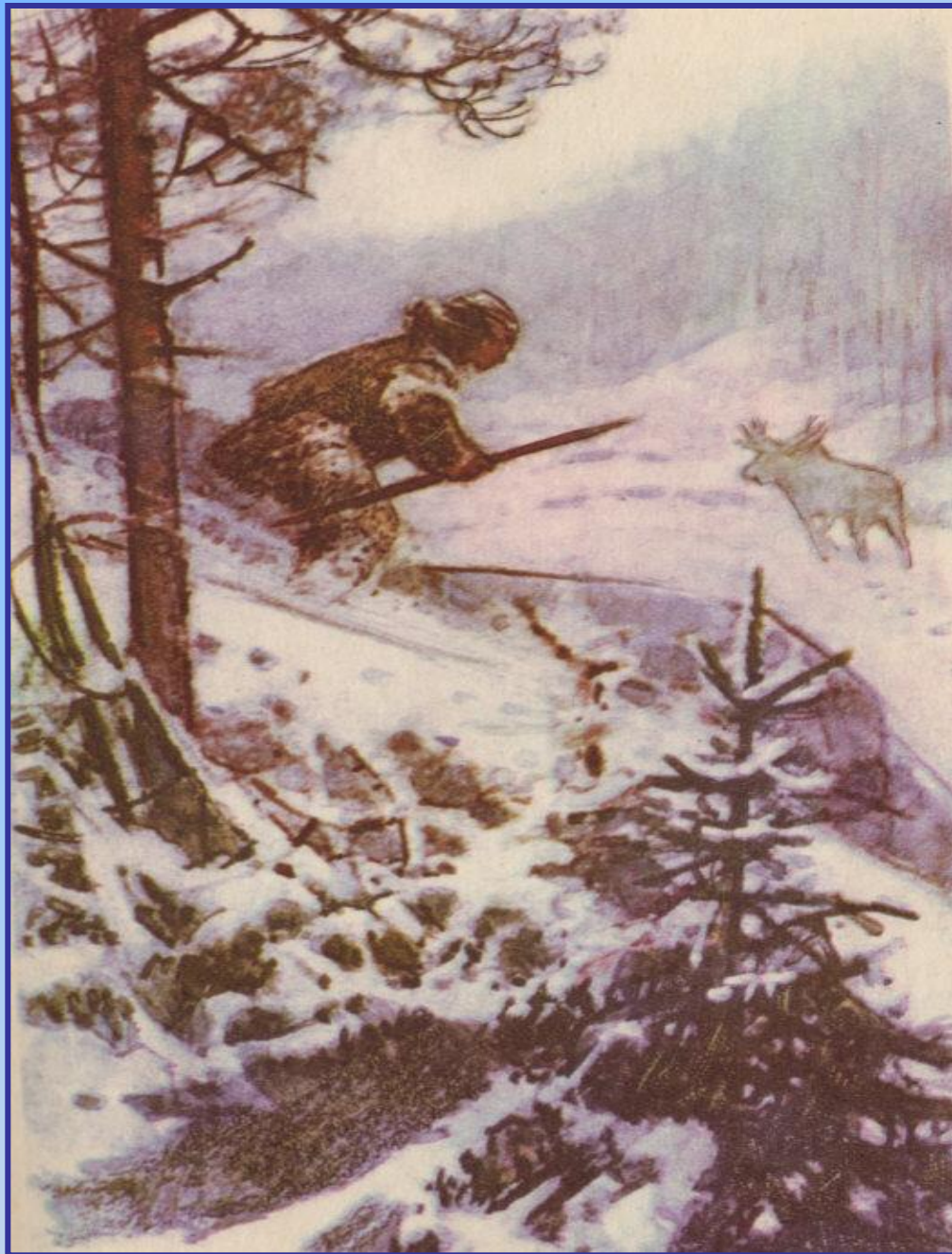
- Рассказать детям об истории создания лыж и развитии лыжного спорта.
- Расширять кругозор детей, с опорой на наглядный материал.
- Прививать интерес к лыжам и лыжному спорту.



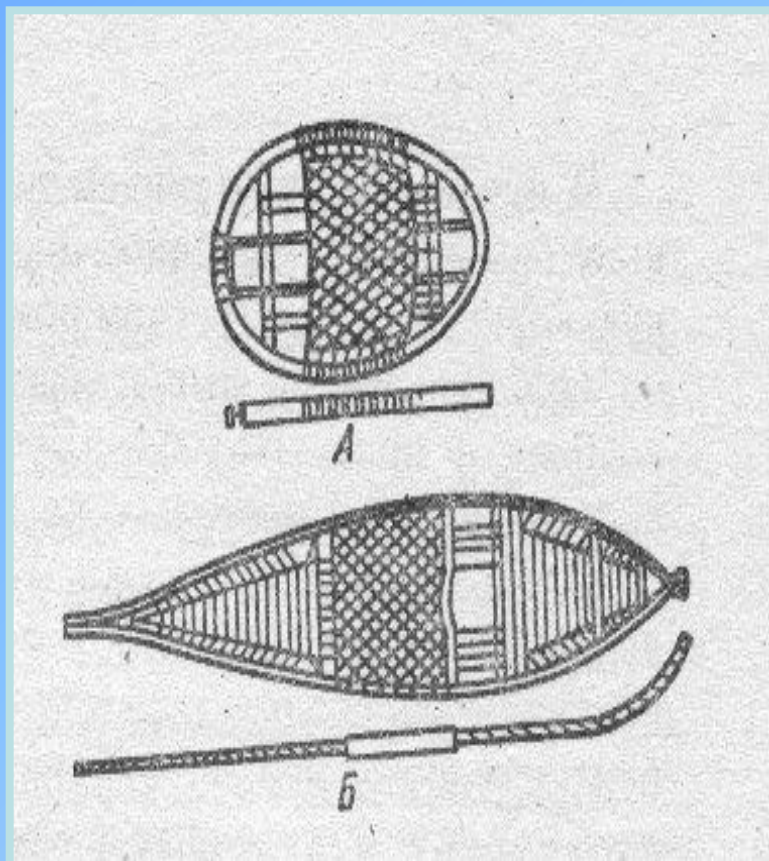
Лыжи человек придумал очень давно. У берегов Белого моря встречаются выбитые на скалах изображения лыж, а на Скандинавском полуострове найдены лыжи, которым 2- 4 тысячи лет.



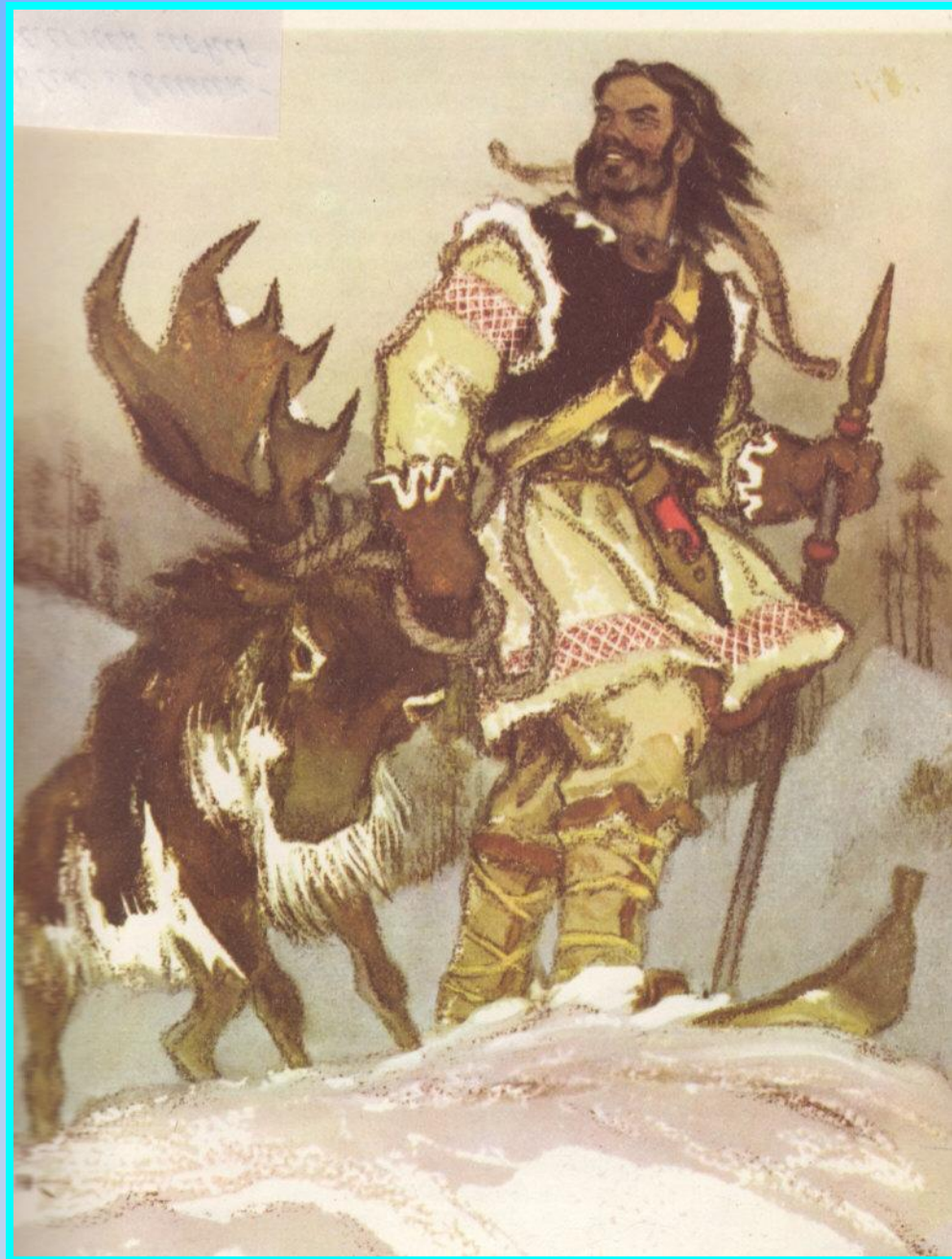
На охоте, передвигаясь по глубокому снегу, древний человек случайно наступил на ветку, кору или кусок дерева и почувствовал, что ему удобно стоять на снегу, он больше не проваливается. Это натолкнуло его на мысль привязать деревянные палки к ногам, чтобы было удобнее охотиться.



Еще древний человек придумал обтягивать деревянные обрубки шкурой зверей, чтобы лучше скользить. Такие лыжи можно увидеть в музеях лыжного спорта. Долгое время ступающие лыжи и скользящие применялись одновременно. Посмотрите, вот такие ступающие лыжи были у древних людей



Появление лыж было обусловлено потребностью человека добывать на охоте пищу зимой и передвигаться по местности, занесенной снегом. Например, царь Иван III при завоевании Югорской земли (Западная Сибирь) послал специальную лыжную рать, которая успешно воевала в суровых условиях Сибири.





Наши предки пользовались лыжами на войне и в быту.

Лыжи популярны и в настоящее время. Для лыж зимой везде дорога; они необходимы охотникам, лесникам, сельским почтальонам, пограничникам. Без лыж не обходится ни одна исследовательская экспедиция. Люди разных возрастов и разных профессий, совершают прогулки и походы на лыжах. На лыжах ходят не только дети и взрослые, они имеются у самолетов, вертолетов, саней.



Но до чего же здорово мчаться на лыжах просто так по лыжне, проложенной в сказочном зимнем лесу!



Лыжным спортом занимаются самые сильные, самые выносливые и самые быстрые люди, их называют спортсменами - лыжниками. Спортсмены выступают в различных соревнованиях на лыжах, например в Олимпийских играх, где соревнуются люди из разных стран. И только сильнейший получает медаль из золота и становится олимпийским чемпионом.

Среди лыжников остается непревзойденным достижение норвежского гонщика Бьерна Дэли (восемь золотых медалей, в 1999 году он был удостоен звания «Лучший лыжник 20 века»).





**По пять золотых
медалей получили
Любовь Егорова и
Лариса Лазутина.**

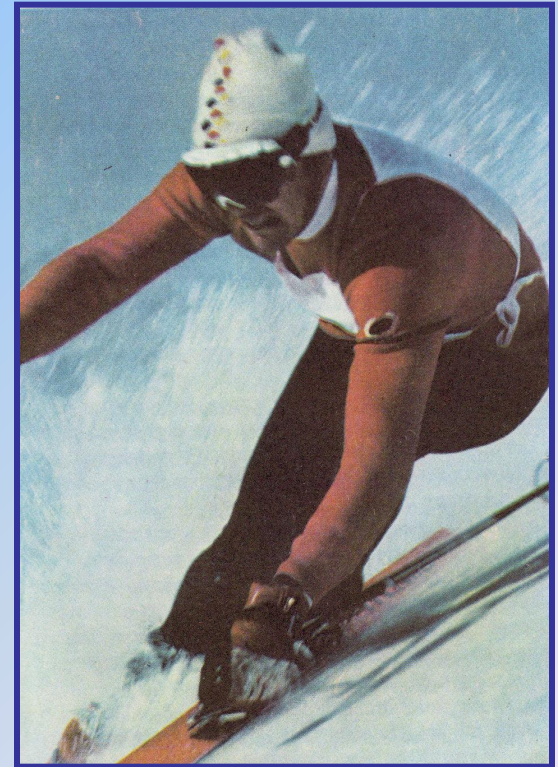
Лыжный спорт включает несколько видов: лыжные гонки, горнолыжный спорт, биатлон (стрельба и гонка), прыжки с трамплина, лыжное двоеборье (прыжки с трамплина и гонка), фристайл.



Лыжная гонка



Прыжки с трамплина



Горнолыжный спорт

Скорость спортсмена при спуске с крутого склона вполне сравнима со скоростью мощного автомобиля. Поэтому горнолыжники должны обладать крепкими ногами, молниеносной реакцией и повышенным чувством баланса.



Фристайл



Горнолыжный спорт



В последнее время большую популярность приобрел **сноуборд** — широкая монолыжа, к которой крепятся обе ноги человека. Начиная с 2002 года этот вид спорта стал олимпийским. Соревнования по сноуборду проходят в двух дисциплинах — **параллельном слаломе** (одновременный спуск с горы сразу нескольких спортсменов) и **хафпайпе** (это такой специальный снежный желоб, похожий на разрезанную пополам трубу, где спортсмены показывают свое акробатическое мастерство). Сноуборд особенно популярен у молодежи. Среди основных лидеров в этом виде спорта — представители США, Австрии, Франции, Канады.