

Характеристика видов спорта, входящих в программу зимних Олимпийских игр.

**Подготовила учитель физической культуры
Томкус И.Д.**

Лыжные гонки



Во всем мире лыжи стали одним из самых популярных видов зимнего спорта. Нет более демократичного, доступного, столь тесно связанного с природой и так полезного для здоровья человека вида спорта.

Лыжные гонки - это гонки на лыжах на определённую дистанцию по специально подготовленной трассе.

В 1924 году была создана Международная федерация лыжного спорта (FIS).

Соревнования с раздельным стартом



При раздельном старте спортсмены стартуют с определенным интервалом в определенной последовательности. Как правило, интервал составляет 30 секунд. Итоговый результат спортсмена вычисляется по формуле «финишное время» минус «стартовое время».

Соревнования с Масс – стартом. При масс - старте все спортсмены стартуют одновременно. При этом спортсмены с наилучшим рейтингом занимают наиболее хорошие места на старте. Итоговый результат совпадает с финишным временем спортсмена.

Командный спринт



Командный спринт проводится как эстафета с командами, состоящими из двух спортсменов, которые поочередно сменяют друг друга, пробегая 3-6 кругов трассы каждый. При достаточно большом числе заявленных команд проводятся два полуфинала, из которых равное количество лучших команд отбирается в финал. Итоговый результат командного спринта вычисляется по правилам эстафеты.

Биатлон



Шорт-трек



Дорожка, как правило, размещается на обычной хоккейной площадке. Повороты делают внутренним радиусом 8 м, расстояние между закруглениями — 28,85 м. Расстояние — 111,12 м — получается при измерении дистанции в 0,5 м от бровки. Ездят против часовой стрелки. В соревнованиях на короткие дистанции, чтобы конькобежцы поворачивали на «чистом» льду, трассу вместе со стартовой чертой от забега к забегу немного смещают (финишная черта с аппаратурой фотофиниша неподвижна). Забеги проводятся на 500, 1000, 1500 и 3000 метров.

Хоккей с шайбой



Фристайл

Фристайл – катание на горных лыжах в свободном стиле, - родился из горнолыжных дисциплин, когда к ним добавились элементы акробатики.

Могул – катание по бугристому, кочковатому склону.

Ски-кросс - гонка по специальной горнолыжной трассе, включающая в себя снежные препятствия в виде различных трамплинов, волн, и виражей.

Хаф-пайп – состязания в снежной полу-трубе, как в сноуборде.

Слоупстайл – выполнение серии акробатических прыжков на трамплинах, пирамидах, контр-уклонах, перилах, расположенных последовательно на всем протяжении трассы. К фристайлу также принято относить и стиль **нюскул**.



Фигурное катание



Прыжки с трамплина



Кёрлинг



Керлинг – командная спортивная игра на льду. В игре участвуют две команды по четыре человека: Скип, вице-скип, первый и второй. Игра состоит из 10 независимых периодов, так называемых «эндов».

В течение одного энда команды по очереди выпускают по восемь камней. При розыгрыше камня игрок отталкивается от стартовой колодки и разгоняет по льду камень. При этом он пытается либо добиться остановки камня в определённом месте, либо выбить из зачётной зоны камни противников, в зависимости от текущей тактической цели. Другие игроки команды могут с помощью специальных щёток тереть лёд перед камнем, тем самым слегка подправляя его движение.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ