



**Подготовила:  
учитель по физкультуре СОШ № 26  
Миннагалеева Ирина Васильевна  
Г. Кострома**





По расчетам организаторов, в зоне часовой доступности от маршрута эстафеты оказались 90% населения России, таким образом, около 130 миллионов жителей России смогли стать непосредственными зрителями и участниками эстафеты. Огонь игр в Сочи-2014 был зажжен на родине Олимпийских игр, в Греции. Оттуда 7 октября 2013 года его специальным рейсом перевезли в Москву. Олимпийский факел «Сочи 2014» пронесли через 2900 населенных пунктов всех 83 субъектов нашей страны 14 тысяч факелоносцев во время эстафеты Олимпийского огня. Кроме них, в длительном марафоне приняли участие более 30 тысяч волонтеров. В качестве транспортных средств были использованы самолеты, поезда, автомобили, а также русская тройка и олени. Завершилась эстафета 2 февраля 2014 года в Сочи.



**Факел — один из главных символов эстафеты. Теплый и яркий, факел «Сочи 2014» отражает российское гостеприимство и радостную, искреннюю, воодушевляющую атмосферу, которая присуща эстафете. Факел весит около 1,8 кг, его высота — 0,95 м, ширина — 0,145 м (в самом широком месте), толщина — 54 мм. Вес и центр тяжести рассчитаны и подобраны для максимального удобства его использования во время бега. Всего предусмотрено производство 14 000 факелов Олимпийского огня, более 1000 факелов**



О фигурном катании.

В Сочи впервые в истории Олимпийских игр состоялся командный турнир по фигурному катанию.

Фигурное катание на коньках — один из самых популярных зимних видов спорта. Несмотря на то что он подразумевает большие физические нагрузки (за время исполнения программы фигурист может потерять несколько килограммов) и является сложнокоординационным, в представлении многих людей фигурное катание ассоциируется не с физической силой или скоростью, а с такими понятиями, как "артистизм", "стык искусства и спорта" и т.д. Ведь спортсмены исполняют определенный обязательный набор элементов на льду под музыку, причем все части программы должны сочетаться между собой и смотреться как единое целое. К эстетической стороне в этом виде спорта действительно предъявляются особые требования, а объектом внимания судей является не только сложность и качество исполнения элементов, но и, к примеру, интерпретация программы. На международном уровне фигурное катание является частью семьи конькобежных видов спорта.



**Сборная России выиграла золотую медаль в командных соревнованиях по фигурному катанию на коньках, опередив спортсменов из Канады (серебро) и США (бронза). В заключительный день командных соревнований произвольные программы Олимпийского чемпиона 2006 года Евгения Плющенко и юной Юлии Липницкой оказались лучшими. Третье место танцевальной пары Елена Ильина - Никита Кацалапов позволили удержать успех российской команды. На Играх в Сочи командные соревнования по фигурному катанию на коньках дебютировали в спортивной программе Олимпийских зимних игр**





**На Олимпиаде в Сочи фигуристы Волосожар и Траньков выиграли короткую программу в парном катании. Столбова и Климов – третьи.**



15-летняя  
Юлия  
Липницкая  
оформила  
для России  
золото в  
командном  
турнире  
фигуристов





**Ксения  
Столбова и  
Федор  
Климов  
серебряны  
е призеры  
Олимпийск  
их игр в  
Сочи -2014**





На олимпийский пьедестал снова поднялась российская пара! Татьяна Волосожар и Максим Траньков не только восстановили престиж парного катания, но и ещё раз доказали, что в этом виде мы по-прежнему впереди планеты всей.

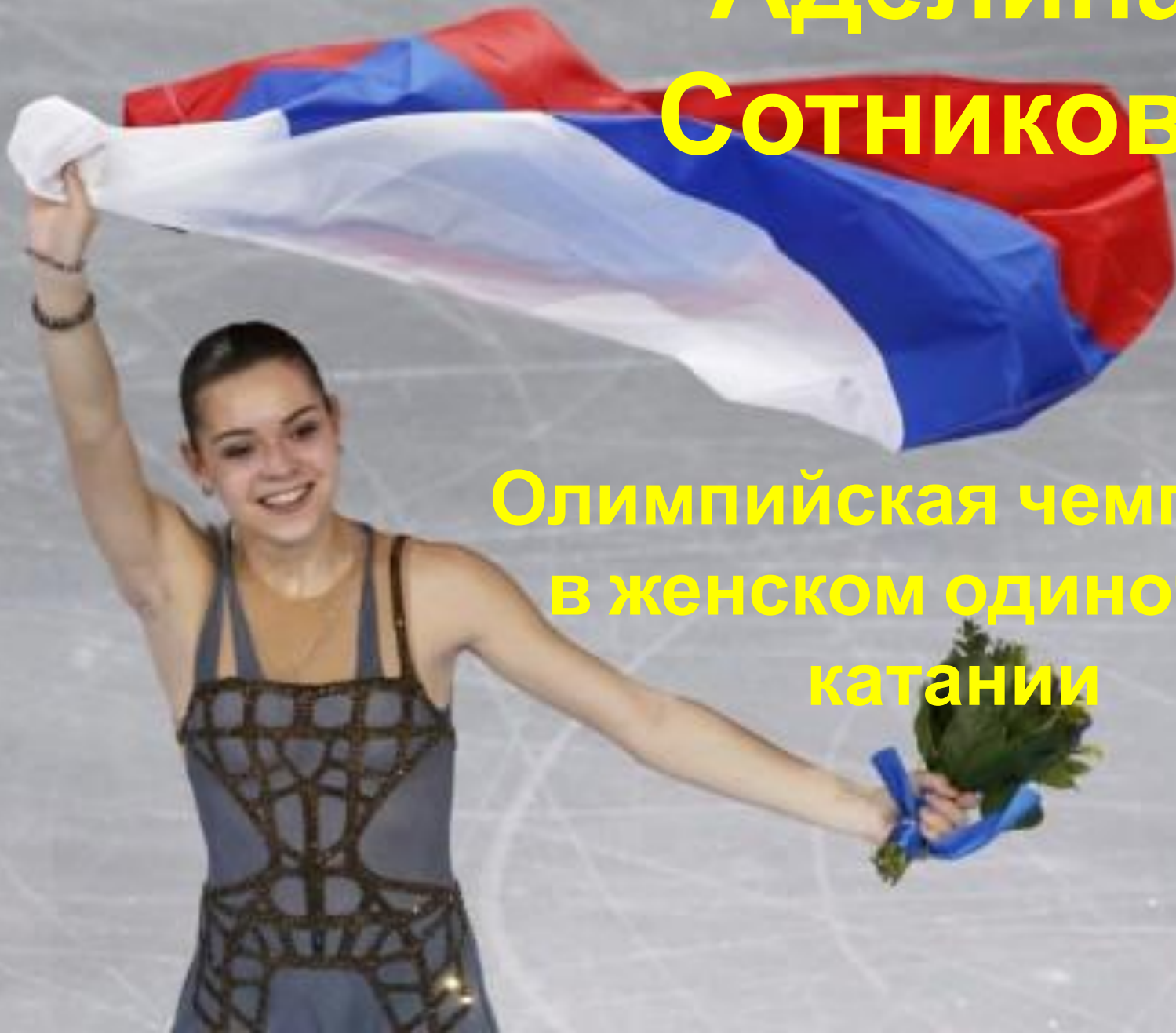
Танцевальный дуэт Елена Ильиных/Никита Кацалапов после золотой награды в командном турнире выиграли бронзу в личных соревнованиях





# Аделина Сотникова

Олимпийская чемпионка  
в женском одиночном  
катании





<u>Фигурное катание</u> ЗОЛОТО		Волосожар/Транков
<u>Фигурное катание</u> серебро		Столбова/Климов
<u>Фигурное катание Танцы на льду</u> бронза		Ильиных/Кацалапов
<u>Фигурное катание</u> <u>Командное катание</u> ЗОЛОТО		Россия
<u>Фигурное катание</u> <u>Индивидуальная гонка</u> ЗОЛОТО		Аделина Сотникова



# Саный спорт

## История

Как и все другие дисциплины, использующие снаряды с полозьями, спортивные сани произошли от тобогганов. Первоначально тобогганы использовались, как транспортные средства в горной местности. На соревнованиях сани разгоняются до 130 км/ч. Именно поэтому саный спорт — одна из самых опасных дисциплин на зимних Олимпийских играх.

## Снаряжение

Сани сделаны из стали и стекловолокна; как правило, их вес составляет от 19 до 24 кг. Тормозов на санях нет, поэтому спортсмены управляют санями, подтормаживая ногами. Костюмы спортсменов прорезинены, голова защищена закрытым шлемом, а перчатки с шипами помогают разогнаться на старте.





**Саночник Альберт Демченко, чья спортивная карьера одно время была связана с Иркутской областью, Братском, 9 февраля 2014 года завоевал серебряную медаль на Олимпиаде в Сочи-2014. В сумме четырех попыток Демченко показал время 3 минуты 28,002 секунды. Медаль прославленного саночника стала четвертой для России на этой Олимпиаде. Российский саночник Альберт Демченко стал рекордсменом по количеству участия в зимних Олимпиадах.**

**Олимпийские игры-2014 в Сочи стали для Демченко уже седьмыми в карьере. Ранее он выступал на Играх в 1992,**



# Биатлон

## История

Название «биатлон» происходит от греческого «два состязания», но сам вид спорта зародился в конце XVIII века, когда между армейскими патрулями в Скандинавии были проведены совместные соревнования по лыжным гонкам и стрельбе.

## Дисциплины

Соревнования по биатлону разделены на пять категорий: спринт, гонка преследования, индивидуальная гонка, эстафета и масс-старт.



## Снаряжение

Биатлонисты несут винтовку калибра 5,6 мм с минимальным весом 3,5 кг. В каждой винтовке есть магазин с пятью патронами. Расстояние до мишеней составляет 50 м. Диаметр мишеней составляет 115 мм (стоя) и 45 мм (лежа).

**РОССИЯНКА ОЛЬГА ВИЛУХИНА,  
ДЕБЮТИРОВАВШАЯ НА  
ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ,  
ЗАВОЕВАЛА СЕРЕБРЯНУЮ  
МЕДАЛЬ ДЛЯ СБОРНОЙ  
РОССИИ.**



**БИАТЛОНИСТ ЕВГЕНИЙ  
ГАРАНИЧЕВ В СВОЙ ДЕНЬ  
РОЖДЕНИЯ СДЕЛАЛ ПОДАРОК  
СЕБЕ И ВСЕЙ СТРАНЕ  
СКОРОСТЬ И МЕТКОСТЬ - НА  
БРОНЗУ!**



# Биатлон



# Шорт-трек

## История

Шорт-трек появился в XIX веке в США, когда американские конькобежцы начали соревноваться в скорости по периметру катка. Несмотря на то, что соревнования проводились только для демонстрационных целей, этот вид спорта считался слишком опасным, чтобы признать его олимпийским, поскольку он часто приводил к серьезным травмам.

## Снаряжение

Для вида спорта, в котором спортсмены носят обувь с острыми лезвиями и падают на высоких скоростях, главное – это безопасность. Периметр катка обкладывается толстым слоем мягких матов, а все участники соревнований должны надевать шлемы, перчатки и специальную экипировку для защиты от лезвий соперников.

Лезвия тяжелее и острее, чем в классическом конькобежном спорте и изогнуты так, чтобы вписываться в повороты. Конькобежцы также надевают аэродинамические облегающие костюмы и очки для защиты глаз от осколков льда.





На «Адлер-Арене» в скоростном беге на коньках на дистанции 3000 м у женщин бронзовую медаль России принесла **Ольга Граф**, ее результат – 4 минуты 03 47 секунды.



Конькобежка Ольга Фаткулина завоевала серебро на дистанции 500 м. Российская спортсменка уступила только непобедимой кореянке Ли Сан-Хва



## Бронзовый призёр Олимпиады в шорт-треке Виктор Ан.



Виктор Ан принес России первую в истории страны золотую олимпийскую медаль в шорт-треке. Он первенствовал на дистанции 1000 метров. Сразу вслед за ним финишировал Владимир Григорьев — обе верхние ступеньки пьедестала почета достались россиянам.

Мо́гул — вид лыжного фристайла, состоит в катании на горных лыжах по бугристому склону (по буграм, или могулам) и выполнении прыжков на трамплинах.

Лыжный спорт в дисциплине "могул" подразумевает оценку трех компонентов: **техника прохождения трассы, скорость и прыжки.**



Судьи оценивают **эстетику спуска лыжников по трассе**: качество, ритмичность, быстроту поворотов, подъезд к трамплинам и вхождение в трассу после прыжков.

На оценку **прыжков** влияют их сложность, траектория, амплитуда, высота, техническое исполнение и качество приземления.



**Время**, за которое спортсмен прошел трассу по определенной формуле, пересчитывают в баллы.





Через 20 лет российский  
могулист снова на олимпийском  
пьедестале.

**Бронзовый призёр**

**Александр Смышляев.**

Сочи – это третья попытка  
могулиста Александра

# Бобслей

## Дисциплины

Существует три вида соревнований: бобслей на четырехместных бобах, бобслей на двухместных бобах и женский бобслей на двухместных бобах. В каждой дисциплине участникам дается четыре попытки в течение двух дней. Места распределяются в соответствии с суммарным временем всех четырех заездов.

## Снаряжение

Управление мощным бобом из стали и стекловолокна на крутом спуске по скользкому льду - удивительно сложное занятие. Пилот рулит двумя ручными блоками. Если приложить слишком большое усилие, боб опрокинется.

В отличие от скелетона и саней, боб также имеет тормоза, которые приводит в действие брейкман, когда сани пересекают финишную черту.

Бобслеисты надевают прорезиненные аэродинамические костюмы, шлемы и ботинки с шипами, чтобы улучшить сцепление на старте





**Пятое  
олимпийское  
золото Сочи  
России принесли  
бобслеисты**

**Александр Зубков**



Экипаж Александра Зубкова в составе Алексея Неодайло, Дмитрия Труненко и Алексея Воеводы выиграл золотые медали Олимпиады в Сочи в соревновании четверок. Для Зубкова и Воеводы это уже второе золото Игр-2014



# Скелетон

## История

Истоки скелетона тесно связаны с постройкой знаменитой трассы Креста-Ран недалеко от Санкт-Морица в 1884 году. На ранних стадиях спортсмены спускались со склонов на деревянных санках. Способ езды «головой вперед» вскоре стал общепринятым, поскольку оказался самым быстрым.

## Дисциплины

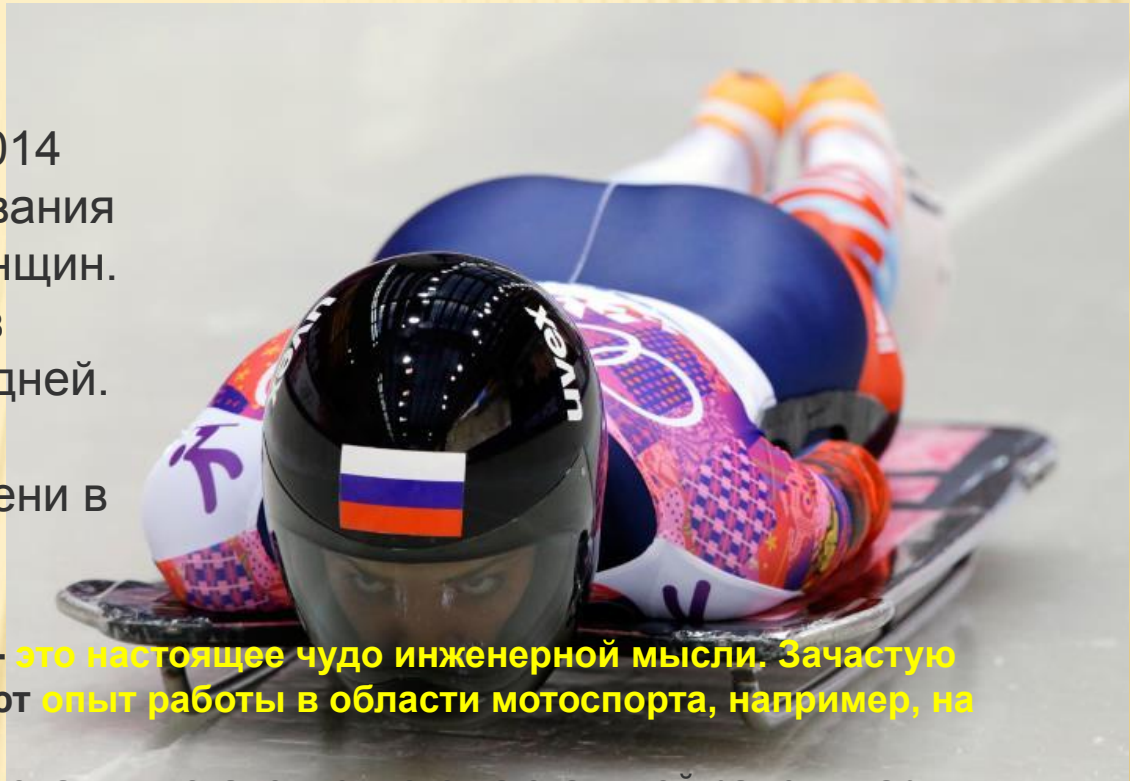
На зимних Олимпийских играх 2014 года будут проводиться соревнования по скелетону среди мужчин и женщин. Каждое соревнование состоит из четырех заездов в течение двух дней. Победителей определяют по наименьшему суммарному времени в течение четырех заездов

## Снаряжение

Сани для скелетона мирового класса — **это настоящее чудо инженерной мысли. Зачастую ведущие разработчики этих саней имеют опыт работы в области мотоспорта, например, на Формуле 1.**

Сани состоят из стекловолоконного основания, установленного на стальной раме, и пары стальных полозьев, отполированных до зеркального блеска и смонтированных так, чтобы можно было рулить с помощью легчайших движений. Нагревать полозья считается незаконным.

Общий вес спортсмена и саней не должен превышать установленного значения. Спортсмены надевают шлемы с защитой подбородка, ботинки на шипах и облегающий аэродинамический костюм.





**Скелетонистка Елена Никитина в напряжённой борьбе стала третьей на Олимпиаде в Сочи.**







Российская эстафетная четвёрка завоевала первую в новой российской истории олимпийскую медаль в мужской эстафете.





СОЧИ, 23 февраля  
Вадим Кузнецов.  
Лыжник Александр  
Легков принес  
сборной России 12-е  
золото на Играх в  
Сочи, которое в тоже  
время стало первой  
медалью высшего  
достоинства для  
российской лыжной  
сборной на  
домашней  
Олимпиаде.  
Защитники  
Отечества: лыжники  
России заняли весь  
пьедестал на ОИ







Россиянин Вик Уайлд  
завоевал золото  
Олимпиады в Сочи в  
параллельном  
слаломе - сноуборд

Российская  
сноубордистка  
Алена Завазрина  
завоевала бронзу  
в этой же  
дисциплине среди  
женщин





XXII Олимпийские зимние игры

<u>Вид спорта</u>	Всего			
<u>Фигурное катание на коньках</u>	3	1	1	5
<u>Шорт-трек</u>	3	1	1	5
<u>Сноуборд</u>	2	1	1	4
<u>Бобслей</u>	2	0	0	2
<u>Лыжные гонки</u>	1	3	1	5
<u>Биатлон</u>	1	2	1	4
<u>Скелетон</u>	1	0	1	2
<u>Саный спорт</u>	0	2	0	2
<u>Скоростной бег на коньках</u>	0	1	2	3
<u>Фристайл</u>	0	0	1	1

# Все виды

## спорта

Страна	золото	серебро	бронза	Всего
<u>Россия</u>	13	11	9	33
<u>Норвегия</u>	11	5	10	26
<u>Канада</u>	10	10	5	25
<u>США</u>	9	7	12	28
<u>Нидерланды</u>	8	7	9	24
<u>Германия</u>	8	6	5	19
<u>Швейцария</u>	6	3	2	11
<u>Беларусь</u>	5	0	1	6
<u>Австрия</u>	4	8	5	17
<u>Франция</u>	4	4	7	15