

ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА



**СКОРОСТНОЙ БЕГ НА
КОНЬКАХ**



**ФИГУРНОЕ
КАТАНИЕ**



ХОККЕЙ НА ЛЬДУ



ШОРТ ТРЕК



**ФРИСТАЙЛ
АКРОБАТИКА**



СНОУБОРД КРОСС



**СНОУБОРД
ХАФПАЙП**



**ФРИСТАЙЛ
ХАФПАЙП**



Саный спорт

Саный спорт- спуск на одноместных санях (до 22 кг) у мужчин и женщин и на двухместных (до 24 кг) санях у мужчин. Эти сани управляемые. Высота их- 15 см, длина 124-150 см (в зависимости от роста спортсмена). Полозья сделаны из металла и дерева. Стартуют спортсмены на них сидя, а затем ложатся на спину и в таком положении управляют санями, изменяя нагрузку на полозья с помощью натяжного ремня и приподнимая полозья. Длина трассы — 1233 м.

На одноместных санях спортсмены участвуют в четырех заездах, на двухместных — в двух. Победители определяются по сумме времени во всех заездах.





Скелетон

Скелетон (данное наименование имеет не только вид спорта, но и сами сани) - это специальные сани без рулевого управления со стальными полозьями и утяжеленной рамой (до 50 кг), длиной 70 см и шириной 38 см. Спортсмен во время спуска лежит на санях головой вперед, лицом вниз и использует для управления санями специальные шипы на носках ботинок и движения тела.

Длина трассы в скелетоне- 1435 м с 19 поворотами, перепад высот на старте и финише- 114 м. Скорость спуска достигает 130 км/час.



БОБСЛЕЙ



Зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях — бобах.

Лыжные гонки



- **Горные лыжи** - один из самых увлекательных, скоростных, искрометных зимних видов спорта.
- Первопроходцы горнолыжного спорта появились где-то посреди каменного века. Это подтверждается рисунками, обнаруженными не так давно в Арктике, в местах отступлений ледников. Там на стенах пещер изображены древние охотники с чем-то на ногах, очень похожим на лыжи, преследующие по пятам свою добычу.

На сегодня самыми популярными являются пять видов горнолыжных техник:

- **Карвинг, радикальный карвинг, карв-слалом** - данная техника набрала популярность примерно лет 5 назад. Она заключается в последовательных резаных поворотах на выровненных склонах. При этом все направленно на то, чтобы заложить дугу и не погасить скорость.
- **Слалом, ски-кросс, слалом-гигант** - спортивное катание по подготовленным склонам. Львиная доля лыж сегодня производится именно для этого типа спуска. Радиусу бокового среза должен составлять от 15м.
- **Сноупарк** - это новая школа. Скорее это не катание, а полеты с лыжами на ногах с неподготовленных склонов. Для этого покупаются твинтипы - лыжи с загнутыми пятками.
- **Фрирайд** - спуски с крутых горных склонов. Лыжи для этого вида вообще не подходят для катания вне трасс.



Лыжное двоеборье



- В 1912 году 19 февраля состоялись первые в истории Российского спорта соревнования по одновременным прыжкам с трамплина и лыжной гонке на дистанцию в 4,2 км – лыжное двоеборье.
- Как вид спорта лыжное двоеборье зародилось в Норвегии в конце XIX века. С начала XX века, распространившись в ряде других стран, он был включен в программу Северных игр.
- Этот вид спорта, включает прыжки с трамплина и лыжные гонки. Соревнования, в которых участвуют только мужчины, проводятся в течение двух дней. В первый день проходят соревнования по прыжкам на лыжах с трамплина 90 м. Во второй день стартует гонка 15 км.
- Результат определяется суммой баллов, полученных за выполнение обоих упражнений.

БИАТЛОН



Это зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки.

ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ



Горнолыжный спорт - спуск с гор на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру.

ПРЫЖКИ С ТРАМПЛИНА



Вид спорта,
включающий
прыжки на
лыжах со
специально
оборудован-
ных
трамплинов.

Сноуборд



- **Сноуборд** – вид горнолыжного спорта, включающий в себя различные спуски с гор по специальной трассе на одной доске – сноуборде и акробатические прыжки на сноуборде на различных трамплинах.

Фристайл



- Фристайл, что означает в переводе с английского «вольный стиль», появился сравнительно недавно и является на сегодняшний день одним из самых молодых видов спорта.
- В таком виде, каким на сегодняшний день является современный фристайл, этот вид спорта впервые появился в 1971 году.
- Каждый из спортсменов поражал своей особенной характерной техникой, каждый показывал свой определённый наработанный стиль, за счёт чего зрелище борьбы было просто потрясающим. Кто-то выделял на лыжах танцевальные па, кто-то парил в воздухе с широко раскинутыми руками, словно птица, а кто-то искал по максимуму все неровные спуски, бугры и поверхности, чтобы поразить всех окружающих своим мастерством и необычной техникой прохождения всех сложных моментов трассы.

Конькобежный спорт



Конькобежный спорт — вид спорта, в котором необходимо как можно быстрее преодолевать определённую дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу.

Самый зрелищный вид скоростного бега на коньках – шорт-трек, где спортсменам необходимо максимально быстро преодолеть соревновательную дистанцию по овальной ледовой дорожке длиной 111,12 м.



Скоростной бег на коньках

Конькобежный спорт - вид спорта, в котором необходимо как можно быстрее преодолеть соревновательную дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу.

В программу зимних Олимпийских игр скоростной бег на коньках у мужчин был включен с 1924 года, с 1960 года проводятся и соревнования среди женщин.

Современная программа зимних Олимпийских игр включает прохождение коротких - 500, 1000, 1500 м, и длинных - 3000, 5000, 10000 м дистанций.

Участники соревнований бегут парами - один по внешней, другой - по внутренней дорожкам.



Фигурное катание — конькобежный вид спорта. Основная идея - передвижении спортсмена или пары спортсменов на коньках по льду с выполнением дополнительных элементов (вращением, прыжками, комбинаций шагов, поддержек и др.) под музыку.



ОДИНОЧНОЕ КАТАНИЕ



ХОККЕЙ С МЯЧОМ



Керлинг



- **Керлинг** – это зимняя спортивная игра на льду, в которой две команды, состоящие из четырех игроков, соревнуются в точности остановки в указанном месте специальных спортивных снарядов (так называемых камней), изготовленных из гранита. Во время скольжения камня партнеры по команде, оценивая его движение, натирают лед специальными щетками, что позволяет частично корректировать дальность пуска и траекторию движения камня. Корректирование траектории происходит по простым физическим законам: при трении лед тает, образуя тончайшую пленку воды, которая служит смазкой уменьшающей трение, а при царапании льда наоборот - сила трения возрастает и камень скользит медленнее.