

История фигурного катания



**Выполнила
Домнина Альфия**

История Фигурного катания в России

- Фигурное катание на коньках начало активно развиваться в России благодаря царю Петру I. Из Европы он привез образцы коньков и даже сам придумал новый способ их крепления – прямо к сапогам. После смерти Петра Великого про это увлечение забыли на долгие годы.
- В 1865 году был открыт общественный каток в Юсуповском саду на Садовой улице в Санкт-Петербурге. Этот каток, самый благоустроенный в России, с первых же дней стал центром подготовки фигуристов. 5 марта 1878 года на нем состоялись первые состязания русских фигуристов.
- Советская школа фигурного катания вышла на авансцену только после Второй мировой войны. И уже в 1964 году сборная СССР праздновала первый олимпийский успех – «золото» в парном катании Людмилы Белоусовой и Олега Протопопова.

Особенности фигурного катания

- Этот вид спорта оказывает огромное влияние не только на развитие двигательного аппарата, но и на функции сенсорных систем организма. Многочисленные ускорения и замедления, наклоны и вращения, сложность сохранения равновесия на малой площади опоры повышают тонкость анализа положений и перемещений тела и развивают вестибулярный аппарат. Повышаются мышечно-суставная и тактильная чувствительность, точность глазомера, дифференцировка слуховых ощущений, способность к комплексному восприятию информации от многих сенсорных систем

- Переменная мощность работы требует развития соответствующих физиологических свойств организма — адаптации двигательного аппарата и вегетативных систем к резким изменениям уровня рабочей активности. Это может быть обеспечено путем совершенствования регуляции перестроек различных функций, повышения скорости процессов вработывания и восстановления. Переключения мощности работы сопровождаются и переключениями уровня энерготрат. — от незначительных в обязательных программах, где невысока скорость и велика доля статического компонента, до больших — при быстрых и динамичных произвольных упражнениях. По длительности выполнения произвольных программ (2—4,5 мин) они относятся к зоне субмаксимальной мощности. При такой длительности упражнений образование энергии осуществляется как аэробным (окислительным), так и анаэробным (гликолитическим) путем. Следовательно, для фигуриста важно развитие и аэробных возможностей организма (доставки



Спортивное оборудование

- Ботинки из толстой, прочной кожи с дополнительной шнуровкой и широкими язычками, которые обеспечивают гибкость и одновременно жесткость в области голеностопа, обычно изготавливаются по индивидуальному заказу фигуриста.
- Лезвия из карбоновой стали с вогнутой бороздкой (желобом) по всей длине лезвия и выступом на его носовой части (зубцы), который используется для толчка при исполнении отдельных видов прыжков.
- Костюм фигуриста не должен сковывать движения, поэтому шьется из эластичных и стретчевых тканей. Костюм должен соответствовать характеру выбранной музыки и отражать идею программы.
- Стандартная ледовая площадка размером 30 x 60 метров с пластиковыми или подвижными бортами. Фигуристам необходимо очень хорошее качество льда, которое достигается при помощи ледозаливочных комбайнов. Перепад толщины льда по всей поверхности не может превышать 0,5 см

Школы фигурного катания

– 'Белоснежка' школа фигурного катания

- Фигурное катание для детей. Набор в группы начинающих в возрасте 4 - 7 лет.

Адрес: Санкт-Петербург,
Скобелевский пр. д. 17, филиал ДДТ
'Юность'.

Запись по тел.: +7 (812) 554-31-08

- *СДЮШОР по фигурному катанию
Спортивного Клуба Армии*
- СДЮШОР по фигурному катанию Спортивного Клуба Армии (филиал ЦСКА) ведет набор детей 3-9 лет в группы начальной подготовки 1, 2 и 3го года обучения!
Занятия проходят на наб р.
Фонтанки, 112 (м. Технологический институт и Сенная площадь) и ДС
СКА Ждановская наб. (м.
Спортивная)

"Олимпийские надежды" школа фигурного катания

- Начальная подготовка с 4-х лет,
Ледовые арены: ДС 'Юбилейный', каток в
Таврическом сад
тел. +7 (812) 232-00-08, +7 (812) 233-51-91

Школа фигурного катания Twist.

- детские группы: 3,5-6 лет и 7-12 лет

г. Санкт-Петербург , пр. Обуховской обороны
120, лит.Б.

т. 918-55-30

"Фонтанка" клуб фигурного катания

- Клуб фигурного катания "Фонтанка" продолжает набор детей в возрасте от 2 лет 9 мес. в малокомплектные группы. Занятия проходят по адресу: Санкт-Петербург, наб. реки Фонтанки, д. 112.

"Зодиак" школа фигурного катания

- Обучение фигурному катанию детей в возрасте от 4-х лет.

Тренировки на базе катков: Спартак, Д.С.
Юбилейный, Таврический сад.

Выдающиеся личности



**Заслуженный тренер по фигурному катанию
Татьяна Анатольевна Тарасова.**

**Евгений Викторович Плющенко
заслуженный мастер спорта России**



**Алексей Ягудин
Российский фигурист, заслуженный
мастер спорта России, олимпийский
чемпион**

Олимпиада 2014



Ксения Красильникова и Константин Безматерных



Виктория Базарова и Юрий Илларионов



АРТЁМ ИГОРЕВИЧ БОРОДУЛИН



Сергѐй Миха́йлович Смирно́в



Елена Иванова и Александр Меншиков