

# *ЛЕТНИЕ ВИДЫ СПОРТА*



# Баскетбол

*В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (всего в каждой команде по 12 человек, замены не ограничены). Цель каждой команды — забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом .*





# ФЕХТОВАНИЕ

Фехтование (*нем.* *fechten* — «сражаться, бороться»<sup>1)</sup> — система приёмов владения ручным холодным оружием в рукопашном бою, нанесения и отражения ударов. Также фехтованием называют и сам процесс боя с использованием холодного оружия (как реальный, так и учебно-тренировочный, спортивный, исторический, сценический и др.).



# ВЕЛОТРЕК

*Велотрековыми гонками либо трековыми соревнованиями называется вид велосипедного спорта, который проходит на велодромах или велотреках. Велогонки входили в программу Олимпийских игр.*



# ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА

*Тяжелая атлетика — вид спорта, заключающийся в поднятии тяжестей (штанги). В этом виде необходимо сочетать большую силу и скорость движения, для того чтобы поднять максимум веса на вытянутые руки над головой.*





# СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

*Спортивная гимнастика — это один из красивейших, динамичных, зрелищных и популярных видов спорта. Она является частью программы Олимпийских игр, постоянно проводятся чемпионаты мира и Европы, соревнования на Кубок мира и другие престижные международные турниры. История этого вида спорта касается не только спортсменов, но и миллионы зрителей — всех тех, кто находит в ней великолепное зрелище красоты, изящества, силы и ловкости.*



# ГРЕБЛЯ НА БАЙДАРКАХ

*Вид спорта - Гребля на байдарках и каноэ изначально был включён в Олимпийские Игры как только мужской спорт. Это произошло впервые на 1936 Берлинских Олимпийских Играх. Однако, спорт гребля на байдарках и каноэ не долго считался мужским видом спорта и уже в 1948 году, женщины полноправно были добавлены к Олимпийским стартам. Из этого следует отметить, что гребля была одним из основных видов спорта в нашей большой стране.*





# ПРЫЖКИ С ШЕСТОМ

*Прыжок с шестом является одним из четырёх главных видов прыжков (помимо [прыжков в длину](#), [тройных прыжков](#) и [прыжков в высоту](#)). Также прыжок с шестом является самой неординарной технической дисциплиной. Только здесь (за исключением всех метательных дисциплин) нужны посторонние предметы, чтобы достичь заданной цели. Прыгуны с шестом обязаны иметь отличную*





# ФУТБОЛ

*Футбол (англ. football, «ножной мяч») — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.*



# БОКС

Бокс (от англ. *box* — удар, пощечина) — контактный вид спорта, единоборство, в котором спортсмены наносят друг другу удары кулаками в специальных перчатках. Рефери контролирует бой, который длится от 3 до 12 раундов. Победа присваивается в случае, если соперник сбит с ног и не может подняться в течение десяти секунд (нокаут) или если он получил травму, не позволяющую продолжать бой (технический нокаут). Если после установленного количества раундов поединок не был прекращён, то победитель определяется оценками судей.





# ВОЛЕЙБОЛ

Волейбол (англ. volleyball от volley — «удар с лёта» и ball — «мяч») — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).





# СИНХРОННО Е ПЛАВАНИЕ

*Синхронное плавание — водный вид спорта, связанный с выполнением в воде различных фигур под музыку. Синхронное плавание — один из самых утонченных и элегантных среди всех видов спорта. Однако, несмотря на кажущуюся легкость, он является весьма требовательным — помимо того, что спортсменки испытывают серьезные физические нагрузки, им нужно обладать не только выносливостью, но и гибкостью, изяществом, отточенным мастерством и исключительным контролем дыхания.*



# ПРЫЖКИ В ВОДУ

Прыжки в воду — один из водных видов спорта, прыжок в воду, выполняемый с различных снарядов: вышки (5-10 метров), либо трамплина (1-3 метра). Во время прыжка спортсмены выполняют ряд акробатических действий (обороты, винты, вращения).

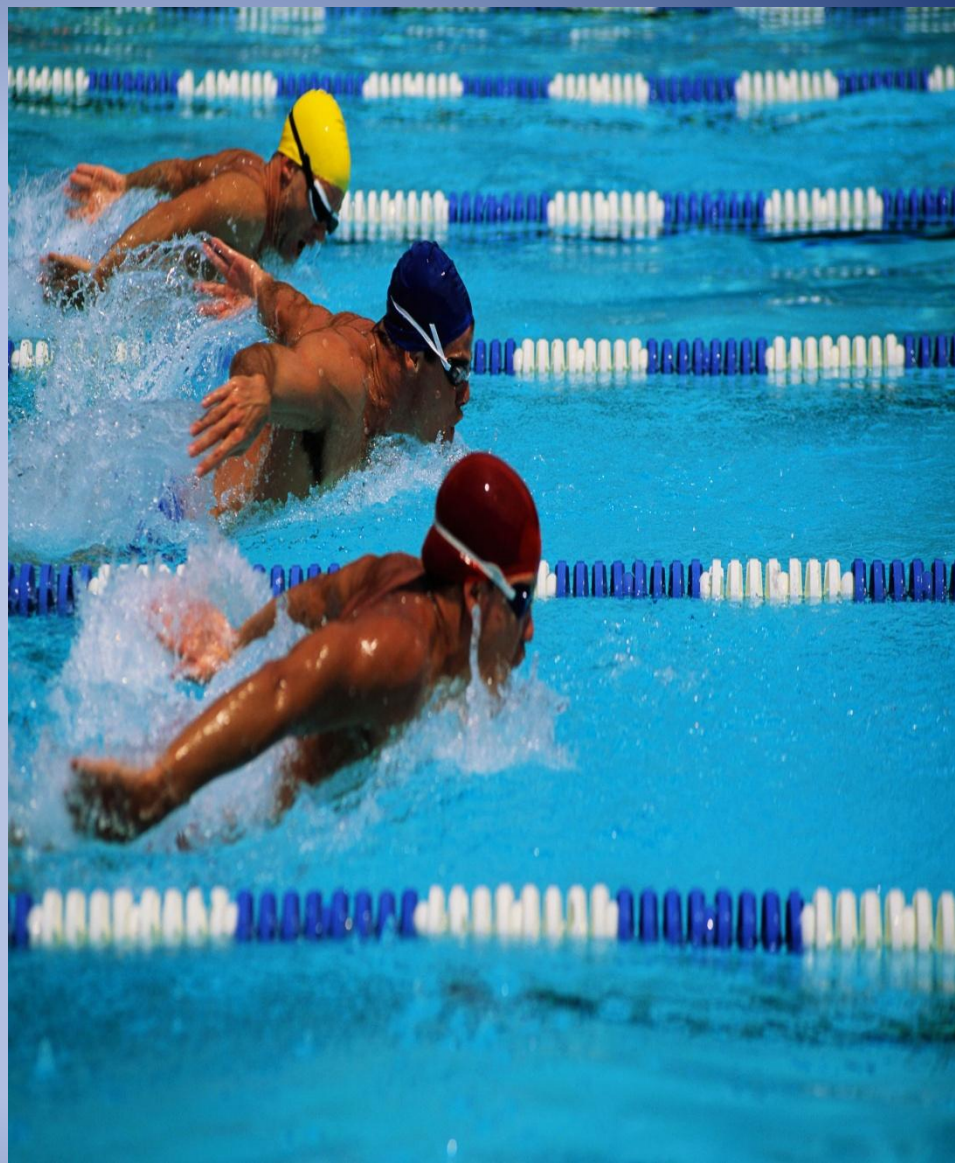
На соревнованиях судьями оценивается как качество выполнения акробатических элементов в полётной фазе, так и чистота входа в воду; на соревнованиях по синхронным прыжкам оценивается также синхронность исполнения элементов двумя участниками.





# ПЛАВАНЬЕ

*Плавание — вид спорта или спортивная дисциплина, заключающаяся в преодолении вплавь за наименьшее время различных дистанций. При этом в подводном положении по действующим ныне правилам разрешается проплыть не более 15 м после старта или поворота (в плавании брассом подобное ограничение сформулировано по-другому); скоростные виды подводного плавания относятся не к плаванию, а к подводному спорту.*





# БАСКЕТБОЛ

Баскетбол (*англ.* basket — корзина, ball — мяч) — спортивная командная игра с мячом.

В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (всего в каждой команде по 12 человек, замены не ограничены). Цель каждой команды — забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину<sup>1</sup>. Корзина находится на высоте 3,05 м от пола (10 футов). За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанций, засчитывается два очка, с дальней (из-за 3-х очковой линии) — три очка; штрафной бросок оценивается в одно очко. Стандартный размер баскетбольной площадки — 28 м в длину и 15 м — в ширину. Баскетбол — один из самых популярных видов спорта в мире



# ВОЛЬНАЯ БОРЬБА

*Во́льная борьба́ (англ. Freestyle wrestling, фр. Lutte libre) — вид спорта, заключающийся в единоборстве двух спортсменов по определённым правилам; с применением различных приёмов (захватов, бросков, переворотов, подсечек и т. п.), в котором каждый из соперников пытается положить другого на лопатки и победить. В вольной борьбе, в отличие от греко-римской, разрешены захваты ног противника, подсечки и активное использование ног при выполнении какого-либо приема.*

