

Зимние **олимпийские** виды спорта



ski jumping



speed skating



luge



nordic combined



short track



biathlon

- Биатлон
- Бобслей
- Скелетон
- Кёрлинг
- Конькобежный спорт
- Фигурное катание
- Шорт-трек
- Санный спорт

- Горнолыжный спорт
- Лыжные гонки
- Прыжки с трамплина
- Лыжное двоеборье
- Сноубординг
- Фристайл
- Хоккей



cross-country skiing



bobsleigh



skeleton



snowboard



freestyle skiing



ice hockey



figure skating



alpine skiing



curling

БОБСЛЕЙ



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

Скелетон



Зимние
виды
спорта



Вид спорта,
представляющий
собой спуск по
ледяному желобу на
двухполозьевых
санях на
укрепленной раме,
победитель которого
определяется по
сумме двух заездов.

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.

Скоростной бег на

КОНЬКАХ – вид спорта, в

котором необходимо как можно

быстрее преодолеть

соревновательную дистанцию

на ледовом стадионе по

замкнутому кругу



*Хоккей с мячом

Хоккей с мячом (также используются названия бенди и русский хоккей) — зимняя спортивная командная игра, проводящаяся на ледяном поле с участием двух команд (по десять полевых игроков и одному вратарю в каждой). Все игроки для передвижения по льду используют коньки. Полевые игроки, используя клюшки, пытаются ими забить мяч в ворота другой команды и при этом не позволить полевым игрокам противоположной команды сделать то же самое. Ворота охраняют вратари, не использующие клюшек. Продолжительность игры ограничена по времени (2 тайма по 45 минут; по решению судьи при неблагоприятных погодных условиях – чаще всего очень низкой температуре или сильном снегопаде – 3 тайма по 30 минут) и победителем является команда, которая за время игры сумела чаще забросить мяч в ворота соперника (забить гол).

Термин «хоккей с мячом» является официальным в России. В международной практике принято название «бенди». Изначально в России хоккей с мячом носил название «русский хоккей». В странах, где игры в хоккей с мячом носят организованный и регулярный характер, формируются соответствующие федерации или ассоциации, которые входят в Федерацию международного бенди (Federation of International Bandy).

Хоккей с мячом официально признан Международным олимпийским комитетом в качестве зимнего вида спорта[1], однако в официальную программу Зимних Олимпийских игр до настоящего времени не входит. В качестве показательной дисциплины хоккей с мячом был представлен на VI Зимних Олимпийских играх в Осло в 1952 году, а во время Олимпиады 2014 года в Сочи там же будет проведен чемпионат мира[2]. На VII Зимних Азиатских играх 2011 года хоккей с мячом был включён в официальную программу.



Образец текста

* Второй уровень

* Третий уровень

* Четвертый уровень

* Пятый уровень

Шорт-трек

Шорт-трек происходит от английского short track, что означает "короткая дорожка". Это разновидность конькобежного спорта.

Соревнования проводятся на льду внутри площадки для хоккея с шайбой. Окружность катка составляет 111,12 м.

В программу зимних Олимпийских игр шорт-трек был включен начиная с 1992 года.

В программе шесть видов соревнований - личное первенство в беге на 500 и 1000 м, у мужчин и женщин, и эстафетная гонка на 3000 м у женщин, и 5000 м у мужчин.

Эстафету от одного спортсмена к другому можно передавать в любой точке дистанции касанием любой части тела. Спортсмен обычно подталкивает сзади своего товарища по команде, содействуя более быстрому прохождению дистанции.



ХОККЕЙ



Хоккей
играется на
специальной
хоккейной
площадке
двумя
командами из
шести игроков.
Цель игры —
забить шайбу
в ворота
соперника.

Фигурное катание

- Фигурное катание включает одиночное (мужчины и женщины), парное катание и спортивные танцы. Олимпийские соревнования в одиночном и парном катании проводятся с 1908 года.



Лыжные гонки



- Лыжные гонки – вид спорта, в котором спортсменам необходимо как можно быстрее преодолеть дистанцию на лыжах. В программе Олимпийских игр с 1924 года.

Прыжки с трамплина



- Прыжки на лыжах с трамплина – вид спорта, включающий прыжки на лыжах со специально оборудованных трамплинов.

СНОУБОРД



Сноуборд или «снежная доска» — спортивный снаряд, предназначенный для скоростного спуска с заснеженных склонов и гор.

ХОДЬБА НА ЛЫЖАХ

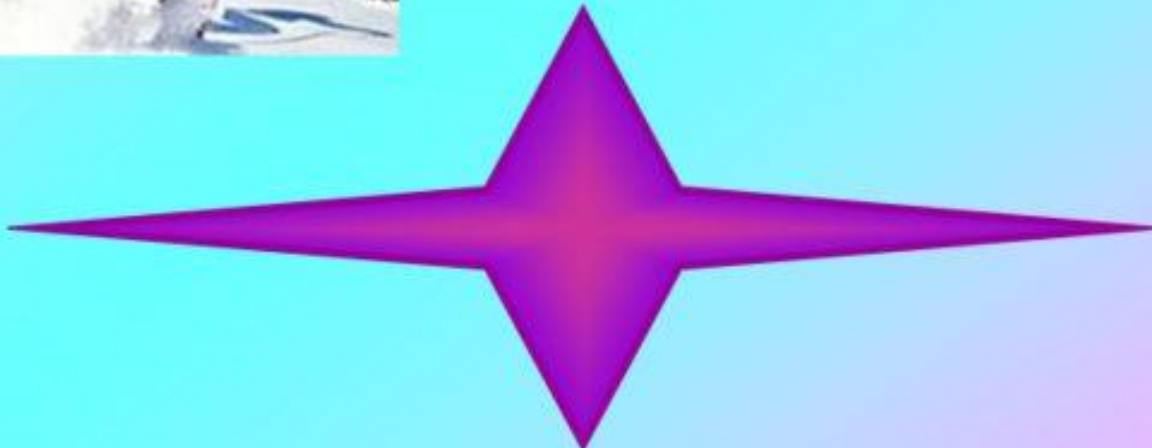
При ходьбе на лыжах в работу вовлекается наибольшее, по сравнению с другими видами упражнений, число мышц, основательно нагружаются мышцы ног, рук, спины, живота. В процессе занятий совершенствуются жизненно важные качества — воля, смелость, выносливость, скоростно-силовые способности.





Горнолыжный спорт,

представляет собой спуск с гор на лыжах по специальным трассам и объединяет ныне такие спортивные дисциплины, как слалом, гигантский слалом, скоростной спуск, а также горнолыжное двоеборье.



Биатлон



Изначально биатлон был, скорее, способом охоты жителей Северной Европы, нежели спортом. Сейчас биатлон представляет собой комбинацию лыжных гонок и пулевой стрельбы из малокалиберной винтовки. Биатлон входит в программу Олимпийских игр с 1960 года.

Саный спорт



- **Саный спорт** — это скоростной спуск на одно или двухместных санях по специально сооруженной трассе. Суть: чем быстрее - тем лучше. Спортсмены располагаются на санях на спине, ногами вперед. Управление санями производится при помощи изгибания полозьев.



Лыжное двоеборье



Зимние
виды
спорта



Вид спорта, включающий прыжки с трамплина и лыжные гонки. каждый участник сначала совершает 2 прыжка с 90-метрового трамплина, а затем принимает участие в гонке на 15 км.

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.

Сноубординг



- Сноубординг – относительно новый вид спорта, заключается в спуске с заснеженных склонов и гор на специальном снаряде — сноуборде.

- Сноубординг подразделяется на несколько разновидностей:

- **Спортивный** — включает в себя следующие дисциплины: бордеркросс, слалом, параллельный слалом, слалом-гигант, параллельный слалом-гигант и супергигант.

- **Фрирайд** — свободный спуск по неподготовленным склонам, от довольно пологих до самых крутых.

- **Фристайл** — спуск по подготовленной снежной трассе с выполнением прыжков и акробатических трюков. Фристайл включает в себя ряд дисциплин, в том числе хаф-пайп (half-pipe), биг-эйр (big-air), слоуп-стайл (slope-style) и др.

- **Фрикарев** . Главная особенность этого стиля — очень высокая скорость. Поэтому сноуборд должен быть длинным и жестким, ботинки и крепления — исключительно жесткие (при большой скорости это помогает удержаться на поворотах).

- **Джиббинг**. Этот стиль отличается от всех привычных стилей, так как катание происходит по всему, кроме снега: джибберов интересуют перила, скамейки и вообще различные грани.



Зимние старты

Мы зиму ждали не напрасно:
Морозным днем под небом ясным
Все будущие чемпионы
Торопятся на стадионы.
И для тебя, и для меня
Уже проложена лыжня.
Давно наточены коньки,
Блестят залитые катки.
Флажки видны на склонах снова -
К соревнованиям все готово.
Вот шайба, санки, клюшка, шлем -
Что для чего здесь - ясно всем.
«Давай!», «Нажми!»,
«Еще быстрее!» -
Так громко все вокруг болеют,
Будто румяная зима
Вдруг встала на коньки сама!

