

Летние виды спорта



теннис



футбол



гимнастика



баскетбол



ГИМНАСТИКА



Гимнастика — это разнообразные физические упражнения.

Виды гимнастики:

- строевая;
- общеразвивающая;
- прикладная;
- вольная;
- гимнастика на снарядах;
- художественная гимнастика;
- акробатика.





ФУТБОЛ



Футбол - это спортивная игра двух команд, в которой спортсмены играют мячом, ногами или любой др. частью тела, кроме рук и стараются забить его в ворота соперника в установленное время.



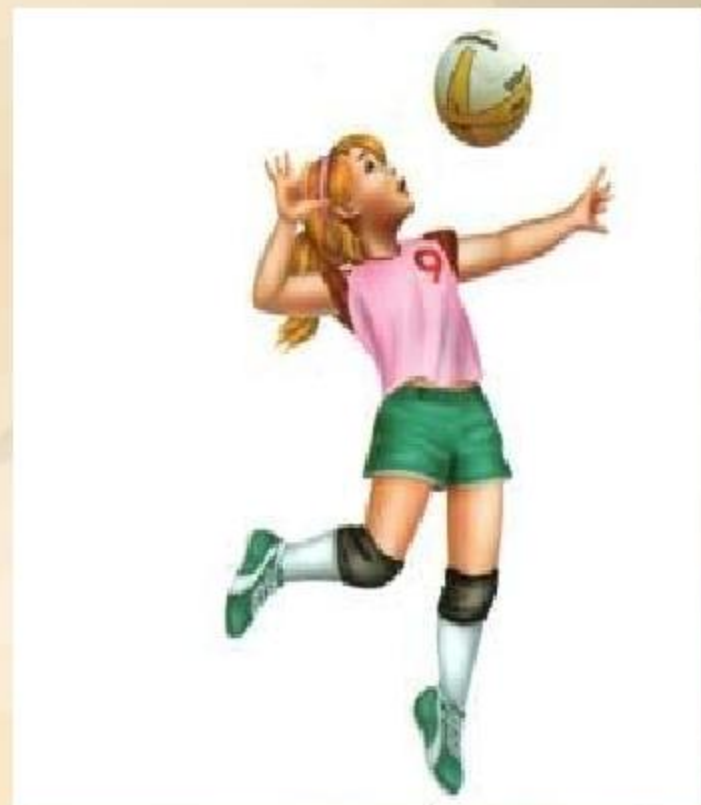
ВОЛЕЙБОЛ



ВОЛЕЙБОЛ - спортивная игра двух команд с мячом на площадке разделенной пополам сеткой.

Играющие стремятся ударами рук по мячу приземлить его на половине соперника.

Волейбол – один из самых популярных в мире видов спорта.





ПЛАВАНИЕ

Виды плавания

1. Спортивное плавание - соревнования на дистанции от 100 до 1500 м. Прикладное плавание - ныряние в длину и в глубину, спасение тонущего, преодоление водных преград.
2. Синхронное плавание - акробатические упражнения в воде (частично на суше), выполняемые под музыку; подразделяется на одиночное, парное и групповое.
3. Игровое плавание — различные подвижные игры и развлечения в воде.





ТЕННИС



ТЕННИС - спортивная игра с мячом и ракетками на специальной площадке (корте), разделенной сеткой.

Настольный теннис

- спортивная игра ракетками через игровой стол с сеткой по определённым правилам.



Велосипедный спорт .



Велосипедный спорт — это перемещение по земле с использованием транспортных средств (велосипедов), движимых мускульной силой человека.

Велосипедный спорт (велоспорт) включает в себя такие дисциплины, как гонки на треке, шоссе, пересеченной местности, маунтинбайк, соревнования в фигурной езде и игре в мяч на велосипедах — велополо и велобол и др. Велоспорт также является частью такого вида спорта как триатлон. Основная цель гоночных дисциплин — наиболее быстрое преодоление определённой дистанции (и ландшафта) на велосипеде.



Бег

Соревнования по бегу — один из самых старых видов спорта. Включены в программу с самых первых олимпийских игр 1896 года. Для бегунов важнейшими качествами являются: способность поддерживать высокую скорость на дистанции, выносливость (для средних и длинных), скоростная выносливость (для длинного спринта), реакция и тактическое мышление.



ЛЕТНИЕ
ВИДЫ
СПОРТА

