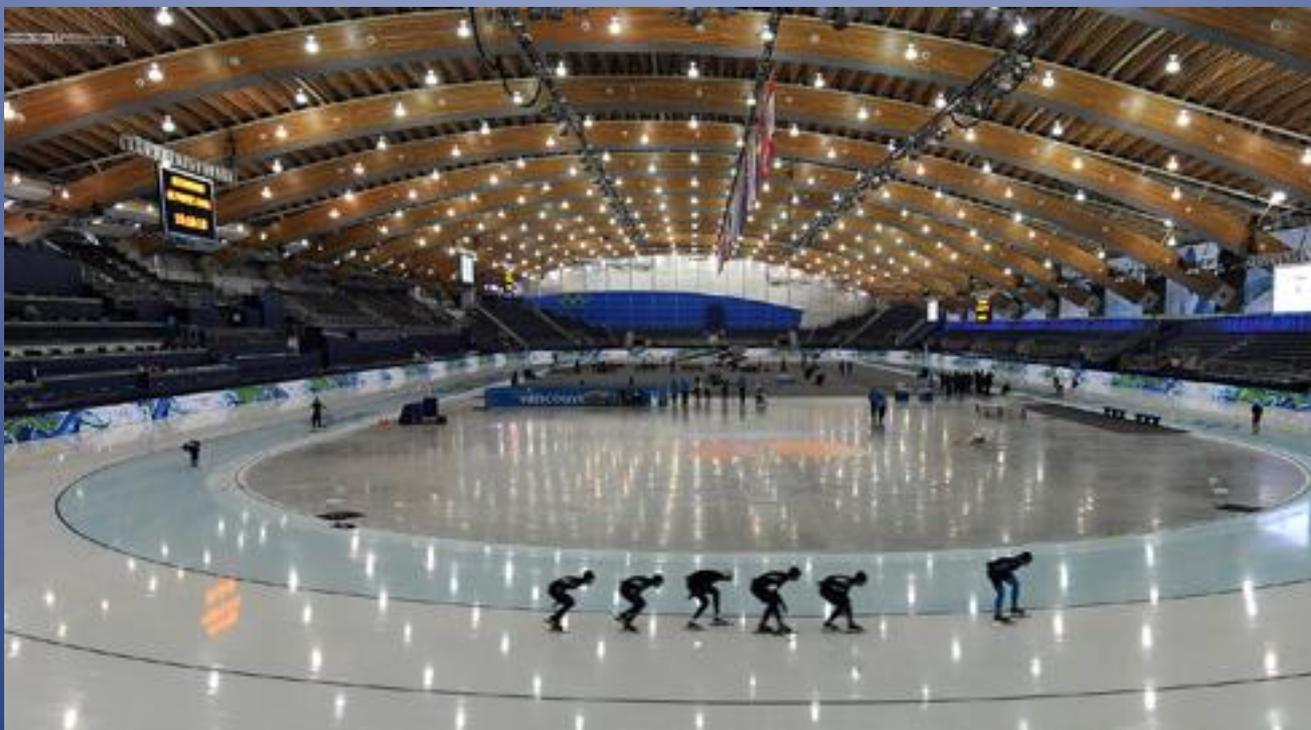


Шорт-трек. Спорт, который плавит лёд



Шорт-трек (англ. Short track speed skating,
рус. Скоростной бег на коньках на
короткой дорожке) — форма
конькобежного спорта



ПРАВИЛА

Дорожка размещается на обычной хоккейной площадке.

Расстояние — 111,12 м.

Ездят против часовой стрелки.

Забег проводится на 500, 1000, 1500 и 3000 метров.

Во время **эстафеты** участники могут менять друг друга в любой момент, кроме последних двух кругов.

При этом они могут подталкивать своих товарищей. Упавшего спортсмена можно сменить в любой момент (в том числе и на последних кругах).

У мужчин эстафета 5000 м, у женщин — 3000 м.



История ШОРТ-ТРЕКА

- Шорт-трек сформировался в начале XX века в США и Канаде.
- Полностью принят в олимпийскую семью он был в 1992 г. и с тех пор является неотъемлемой частью Белых Олимпиад.
- Первый чемпионат СССР был проведен в 1988 году.
- В настоящее время на своей родине — в США и Канаде — шорт-трек стал популярнее классического конькобежного спорта.

Многоборье и эстафета



- Многоборье состоит из четырёх дисциплин: 500 м, 1000 м, 1500 м, 3000 м.
- Эстафета — командная гонка. Женщины пробегают 3000 м, мужчины — 5000 м.

Эстафета Рекорды

3000 м. Женщины 4.06,610

5000 м. Мужчины 4.32,646

Спринт

- **Спринт на 500 м** — гонка на скорость, в которой определяющим является быстрый старт, скорость может достигать 45 км/час. Значение имеет также точка старта — выгоднее начинать ближе к центру площадки.

500 м. Женщины

Мировой рекорд 42.609

500 м. Мужчины

Мировой рекорд 40.344

- **Гонка на 1000 м** — старты, в которых ведется непростая тактическая борьба.

1000 м. Женщины

Мировой рекорд 1:29.049

1000 м. Мужчины

Мировой рекорд 1:23.454

Гонка на 1500 м— соревнования на выносливость

- Поскольку четвертьфинал, полуфинал и финал проводятся в один день, от спортсменов требуется много сил.

1500 м.

Женщины

Мировой рекорд 2:16.729

Мужчины

Мировой рекорд 2:10.639



инвентарь, амуниция

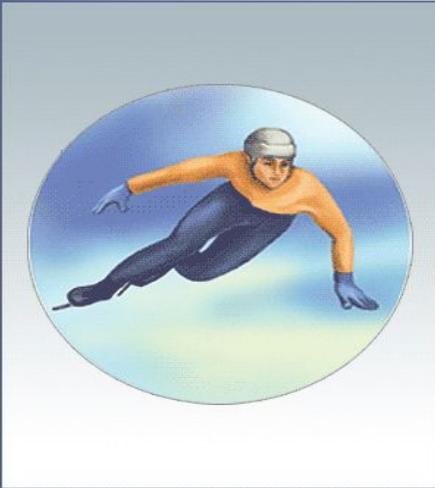
- Забег проходит в тесной борьбе, поэтому правила шорт-трека очень жёсткие.
- Подвижные коньки (в отличие от классического бега) запрещены. Шорт-трековые коньки обычно асимметричны.
- Из прочего снаряжения — шлем, щитки, перчатки и защита шеи.



Владимир Григорьев

- Спортсмен, которым мы можем гордиться. 20 октября 2012 года он установил мировой рекорд на дистанции 500 метров: показал результат в 40,344 секунды.





Шорт-трек для детей

- Шорт-трек - это прекрасный вид спорта, входящий в зимние олимпийские игры.
- В первую (младшую) возрастную группу входят девочки и мальчики 9-11 лет.
- В Ярославле есть несколько стадионов, где дети занимаются профессионально.



Спасибо за внимание.
Желаем успехов и побед!

