

Олимпийские зимние игры

Фигурное катание



Подготовила: студентка 48
группы Зарипова Р.Р.

**Фигурное катание —
конькобежный вид
спорта. Основная идея -
передвижении
спортсмена или пары
спортсменов на коньках
по льду с выполнением
дополнительных
элементов под музыку.**

**Фигурное катание
включено в программу
Зимних Олимпийских игр.**



Считается, что родиной фигурного катания является Голландия. Именно там, в XIII — XIV веках появились первые железные коньки. Появление коньков нового типа дало мощный толчок развитию фигурного катания, которое в то время заключалось в умении вычерчивать на льду замысловатые фигуры и сохранять при этом красивую позу.

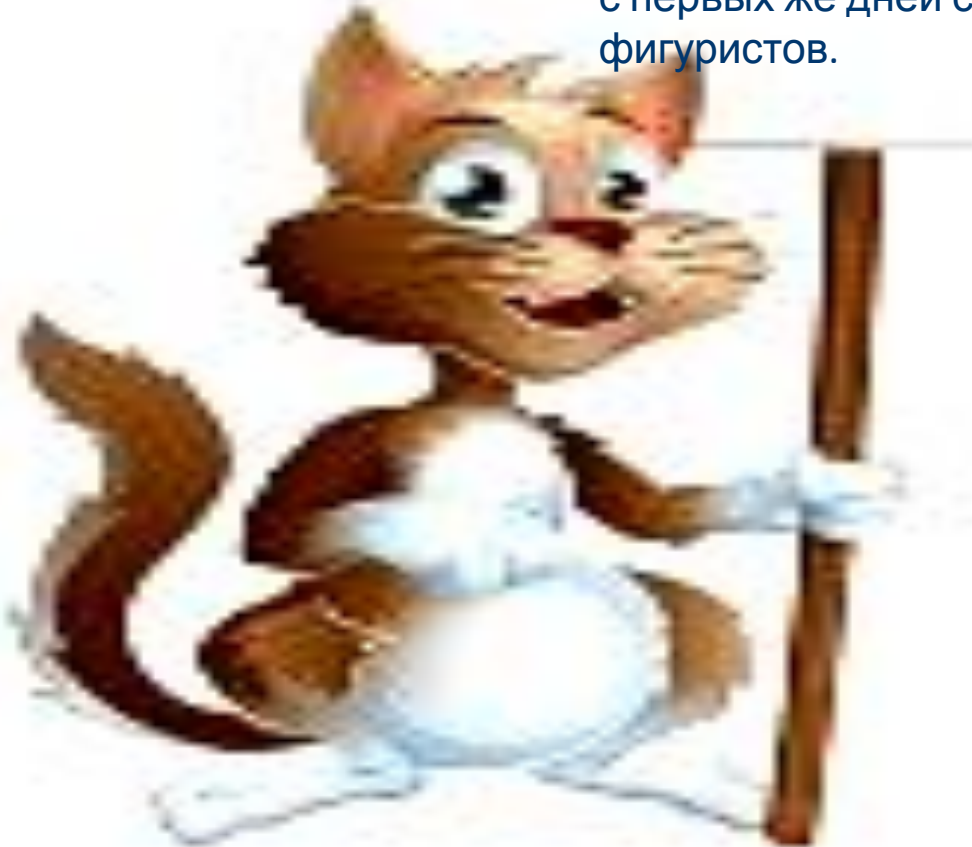


Все обязательные фигуры были созданы в Великобритании. Объясняется это тем, что именно здесь возникли первые клубы конькобежцев (Эдинбург, 1742 г.). Тогда же были разработаны первые официальные правила соревнования.

В 1882 г. в Вене состоялось первое в Европе международное состязание. Венцы одержали убедительную победу.



Русское фигурное катание, как вид спорта, зародилось в **1865 году при Петре I**. Тогда был открыт общественный каток в Юсуповском саду на Садовой улице. Этот каток был самым благоустроенным в России и с первых же дней стал центром подготовки фигуристов.





**Самые первые коньки
были— костяные коньки,
выполненные из конечностей
крупных животных.
Потом были железные коньки.**



Первые соревнования по фигурному катанию проходили только среди мужчин-одиночников, женщины-фигуристки получили возможность участвовать в чемпионатах мира лишь через 10 лет. (1901 г.)

Фигурное катание – вид конькобежного спорта.

В фигурном катании выделяют 5 видов:

1. Мужское одиночное катание,

2. Женское одиночное катание,

3. Парное фигурное катание,

4. Спортивные танцы

5. Групповое синхронное катание



В фигурном катании можно выделить 4 основных элемента:

❖ Шаги

Когда фигурист выполняет серию поворотов вместе с различными шагами, он выполняет дорожку шагов, которую также можно назвать просто шагами.

Программы фигуристов обычно содержат как минимум одну дорожку шагов. Некоторые фигуристы выполняют дорожки по кругу, другие по прямой линии, диагонали или по серпантину. Наиболее сложной траекторией выполнения шагов обычно является круговая в направлении по часовой стрелке.



❖ Спирали

Название этой группы элементов (Спирали) появилось в начале XX века. Своим происхождением оно обязано следу который остается на льду после выполнения элемента. Вот не полный список элементов которые относятся к группе Спирали: Ласточка, Кораблик, Бауер, Полушпагат.



❖ Вращения

Вращения это элементы фигурного катания в которых фигурист вращается вокруг центра (одной точки) на льду. Позиция тела, как правило, закреплена. Возможны так же смены позиций и опорной ноги во время вращения, такие вращения называют комбинированными. Вращения выполняются на передней части лезвия, возможно касание льда зубцом.



❖ Прыжки

Прыжки делятся на рёберные прыжки (по английски *edge jumps*) и зубцовые или носковые прыжки (*toe jumps*).

Сложность квалификационных прыжков (тех которые оцениваются в фигурном катании) возрастает в следующем порядке:

Тулуп, Сальхов, Риттбергер,
Флип, Лутц, Аксель.

Примерно такой же порядок можно рекомендовать при изучении прыжков.





- Выступления фигуристов состоят из нескольких этапов. Для одиночников и парников это короткая и произвольная программы, а для танцоров – оригинальный, обязательный и произвольный танцы.



Парное катание

❖ Поддержки

Количественных критериев определения качества выполнения поддержек и подкруток нет. Рекомендуется руководствоваться общими положениями и требованиями, предъявляемыми к поддержке. В правилах ИСУ рекомендованы исходное положение, способы соединения партнеров и отталкивания партнерши, положение партнерши в упоре, количество оборотов вращения партнера и партнерши и положение партнеров на выезде отдельно для каждого элемента.



❖ Подкрутки

Рекомендуется руководствоваться общими положениями и требованиями, предъявляемыми к поддержке. В правилах ИСУ рекомендованы исходное положение, способы соединения партнеров и отталкивания партнерши, положение партнерши в упоре, количество оборотов вращения партнера и партнерши и положение партнеров на выезде отдельно для каждого элемента



❖ Выбросы

По способу отталкивания партнерши от льда различают выбросы аксель, сальхов, тулуп, флип. Фронт скольжения во время толчка партнерши при выбросе аксель в 1,5 и 2,5 оборота разный: партнер скользит назад, партнерша — вперед. Перед выбросами сальхов, тулуп, петля в 1, 2 и 3 оборота фронт скольжения одинаковый — перед отталкиванием фигуристы скользят назад.

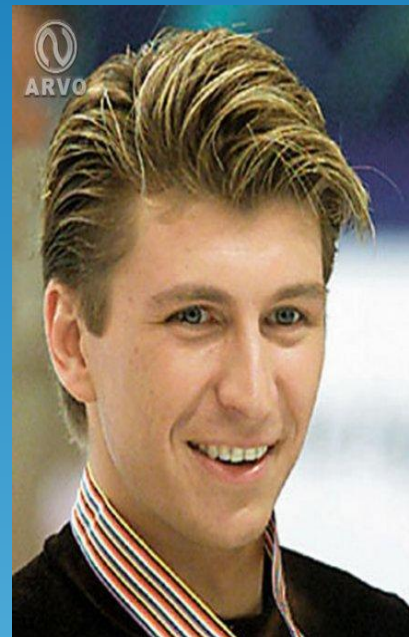


❖ Тодесы

Партнерша скользит на одной ноге почти в горизонтальном положении, а партнер выполняет циркуль назад-наружу. Существует четыре варианта тодеса, соответствующих четырем ходам скольжения и их комбинации.



Олимпийские чемпионы нашей страны



Евгений Плющенко
Татьяна Навка

Ирина Слуцкая

Алексей Ягудин

*По мнению специалистов, начинать посещать профессиональные уроки фигурного катания для детей можно в возрасте 4-5 лет. Детишки с малого возраста встают на коньки и начинают заниматься фигурным катанием. Выступают на соревнованиях, получают медали, становятся чемпионами.



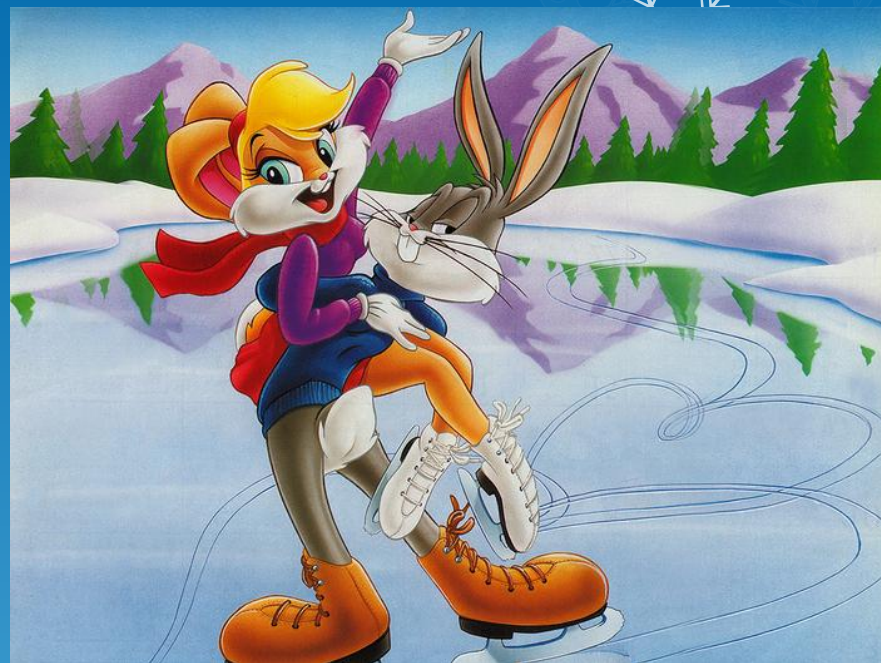


Вопрос 1

1. Что такое «фигурное катание»?
2. Какая страна является родиной фигурного катания?
3. Из чего были сделаны первые коньки?
4. Назовите основные элементы фигурного катания.
5. Назовите Олимпийских чемпионов нашей страны
6. Со сколько лет советуют специалисты отдавать детей в фигурное катание?

Ответы на вопросы:

1. Фигурное катание — конькобежный вид спорта. Основная идея - передвижении спортсмена или пары спортсменов на коньках по льду с выполнением дополнительных элементов под музыку.
2. Голландия
3. Самые первые коньки были — костяные коньки, выполненные из конечностей крупных животных.
4. Шаги, спирали, вращения, прыжки.
5. Е. Плющенко, И.Слуцкая, А. Ягудин, Т.Навка
6. С 4-5 лет





Спасибо за внимание!