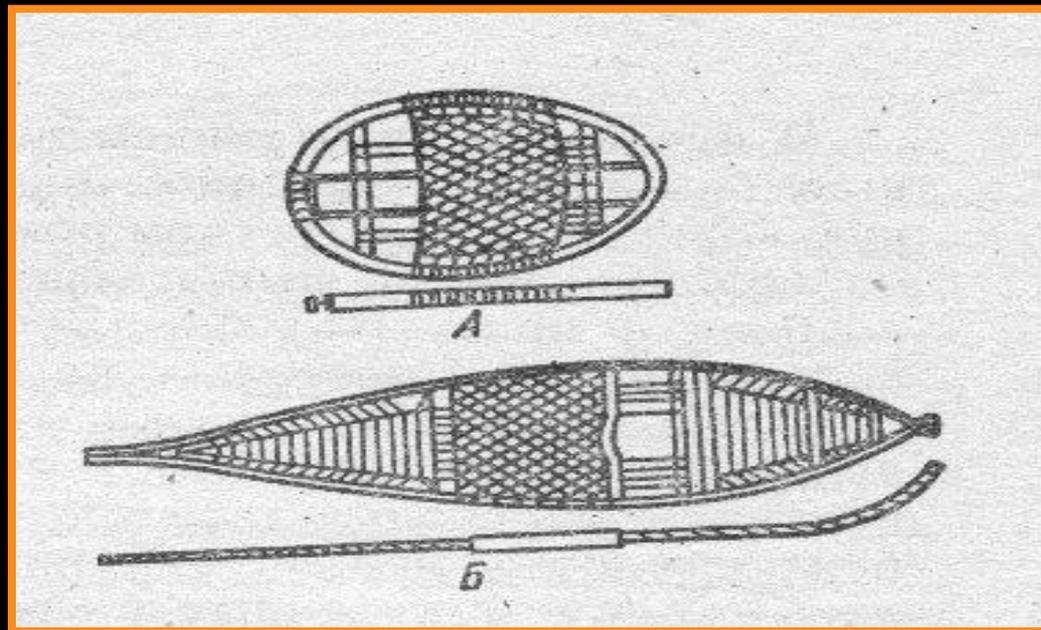


История создания лыж и развития лыжного спорта

Лыжи человек придумал очень давно. У берегов Белого моря встречаются выбитые на скалах изображения лыж, а на Скандинавском полуострове найдены лыжи, которым 2- 4 тысячи лет.



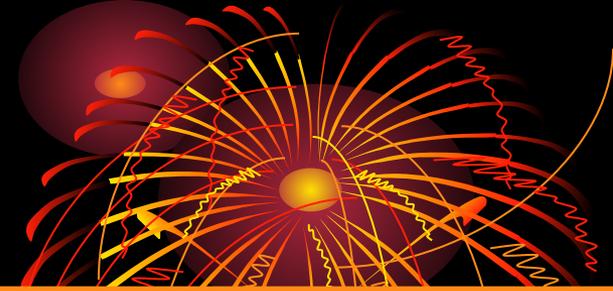
Еще древний человек придумал **обтягивать** деревянные обрубки шкурой зверей, чтобы лучше скользить. Такие лыжи можно увидеть в музеях лыжного спорта. Долгое время ступающие лыжи и скользящие применялись одновременно. Посмотрите, вот такие ступающие лыжи были у древних людей



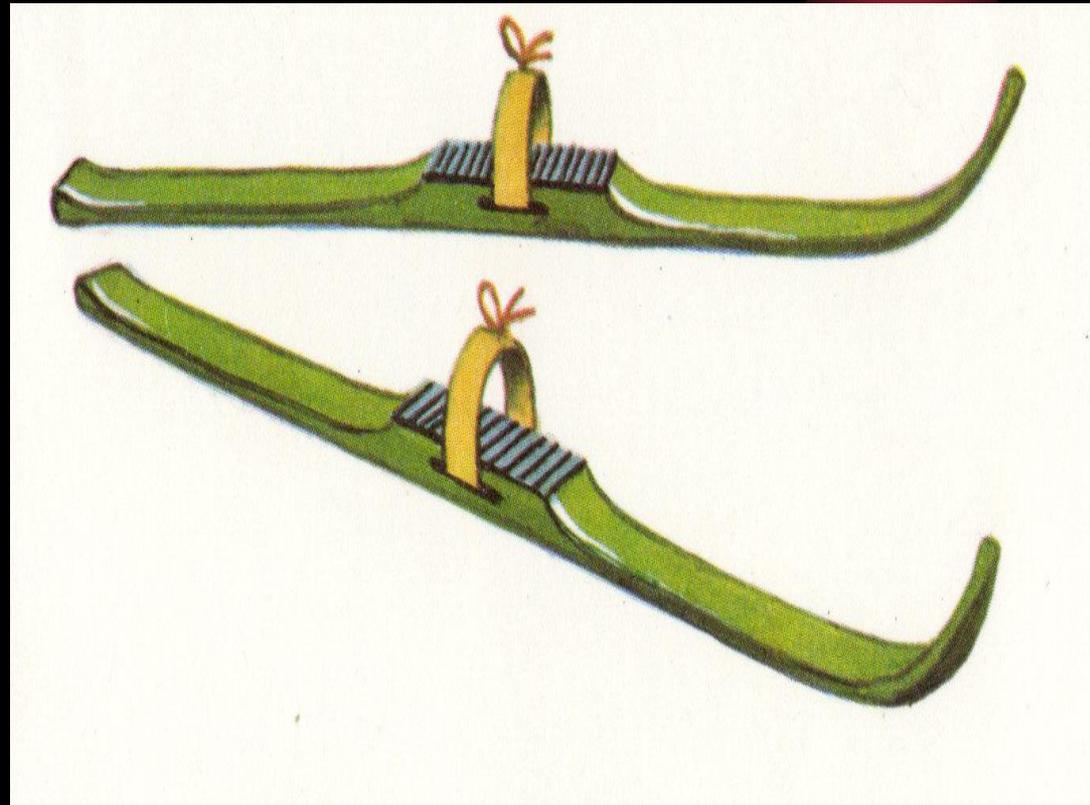
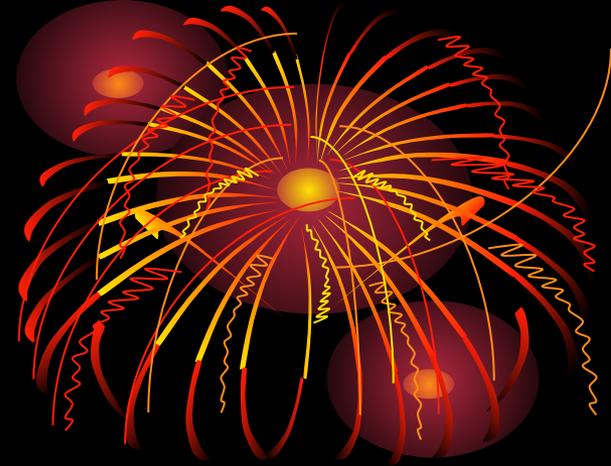
**На охоте,
передвигаясь по
глубокому снегу,
древний человек
случайно наступил
на ветку, кору или
кусок дерева и
почувствовал, что
ему удобно стоять
на снегу, он больше
не проваливается.**



**Это натолкнуло его на
мысль привязать
деревянные палки к
ногам, чтобы было
удобнее охотиться.**



**Появление лыж
было
обусловлено
потребностью
человека добы-
вать на охоте
пищу зимой и
передвигаться по
местности,
занесенной
снегом.**



Например, царь Иван III

при завоевании

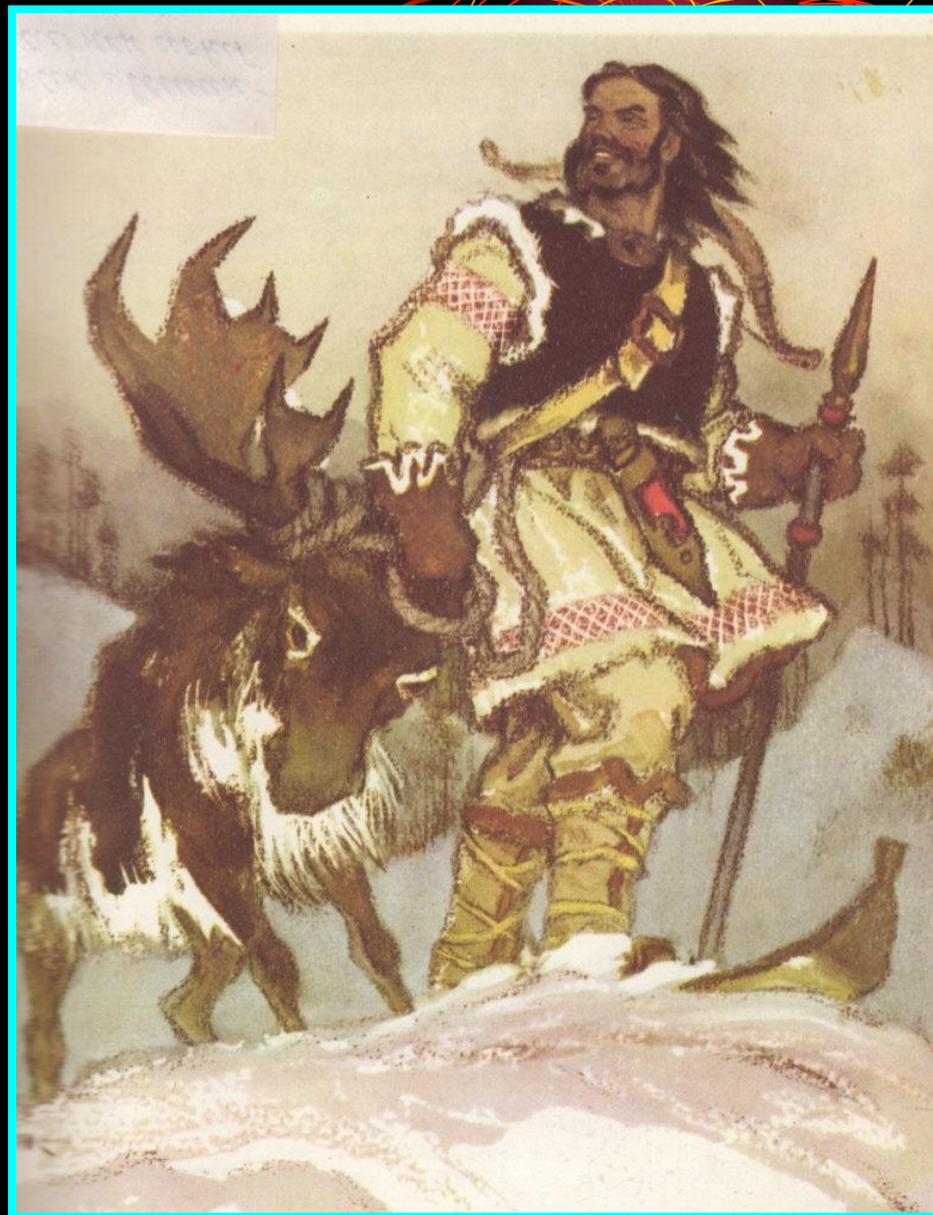
Югорской земли

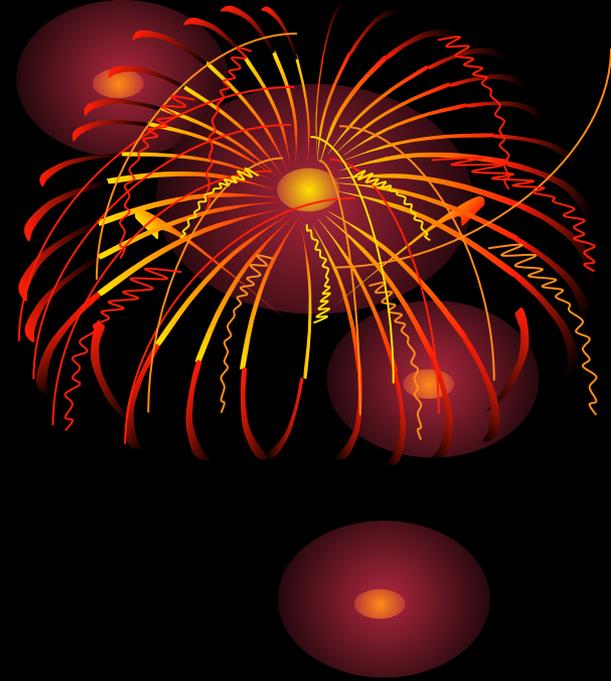
(Западная Сибирь)

послал специальную
лыжную рать, которая

успешно воевала в
суровых условиях

Сибири.





**Наши предки
пользовались
лыжами на войне и
в быту.**



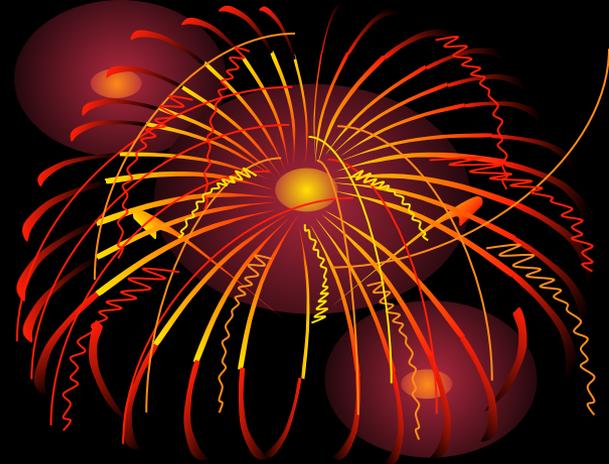
Лыжи популярны и в настоящее время. Для лыж зимой везде дорога; они необходимы охотникам, лесникам, сельским почтальонам, пограничникам. Без лыж не обходится ни одна исследовательская экспедиция.



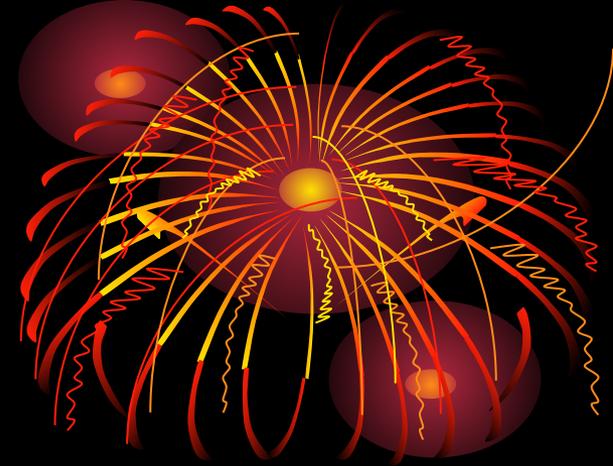
Люди разных возрастов и разных профессий, совершают прогулки и походы на лыжах. На лыжах ходят не только дети и взрослые, они имеются у самолетов, вертолетов, саней.

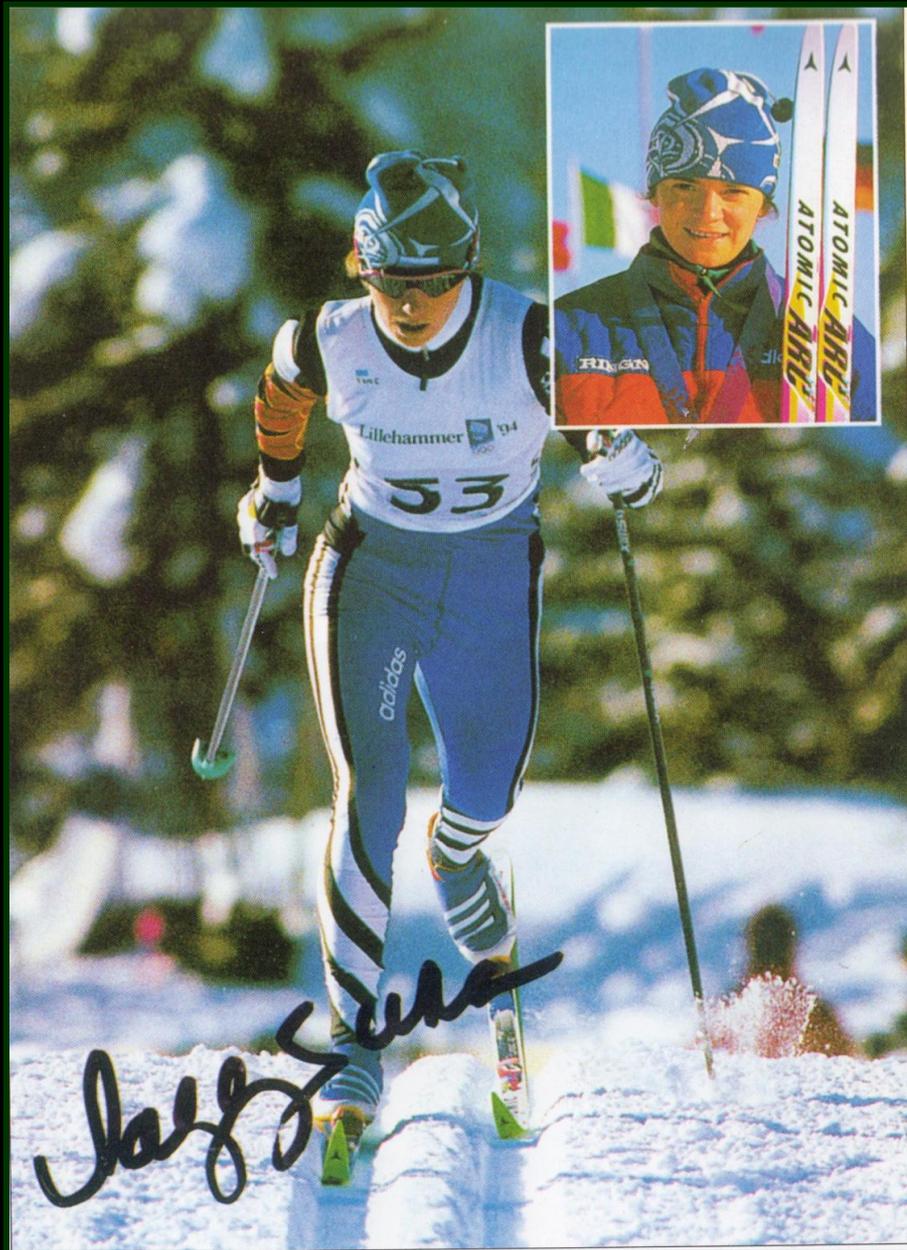


**Но до чего же
здорово мчаться
на лыжах просто
так по лыжне,
проложенной в
сказочном зимнем
лесу!**



Лыжным спортом занимаются самые сильные, самые выносливые и самые быстрые люди, их называют спортсменами - лыжниками. Спортсмены выступают в различных соревнованиях на лыжах, например в Олимпийских играх, где соревнуются люди из разных стран. И только сильнейший получает медаль из золота и становится олимпийским чемпионом.





**По пять золотых
медалей получили
Любовь Егорова и
Лариса Лазутина.**

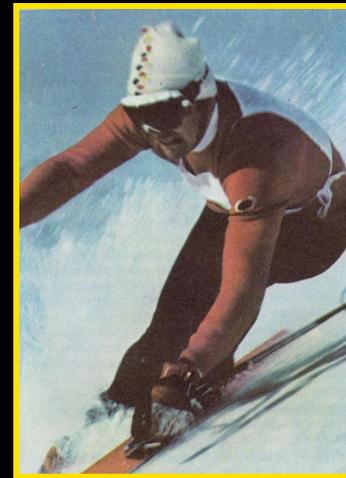
**Лыжный спорт включает несколько видов:
лыжные гонки, горнолыжный спорт, биатлон
(стрельба и гонка), прыжки с трамплина,
лыжное двоеборье (прыжки с трамплина и
гонка), фристайл.**



Лыжная гонка



Прыжки с трамплина



Горнолыжный спорт

Скорость спортсмена при спуске с крутого склона вполне сравнима со скоростью мощного автомобиля. Поэтому горнолыжники должны обладать крепкими ногами, молниеносной реакцией и повышенным чувством баланса.

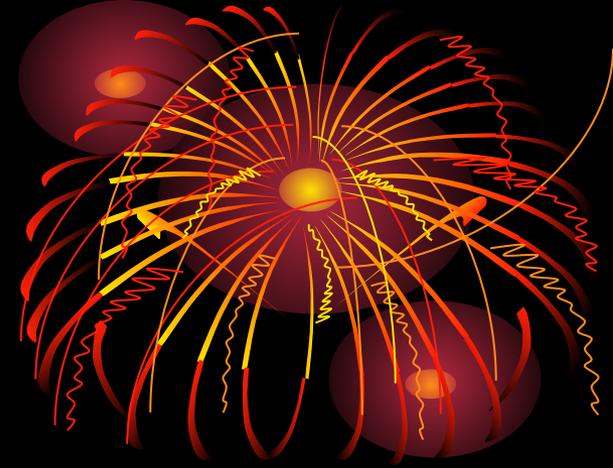


Фристайл

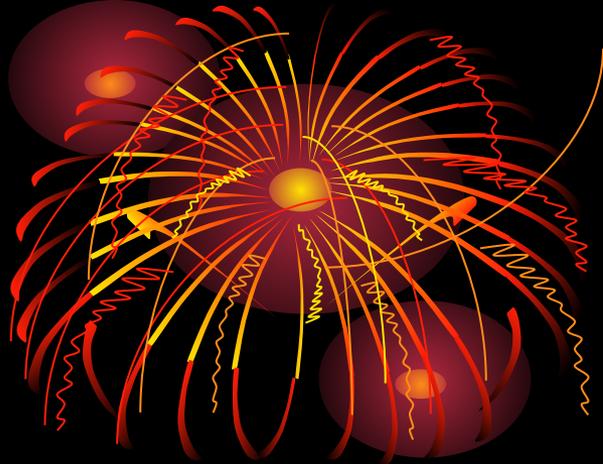


Горнолыжный спорт

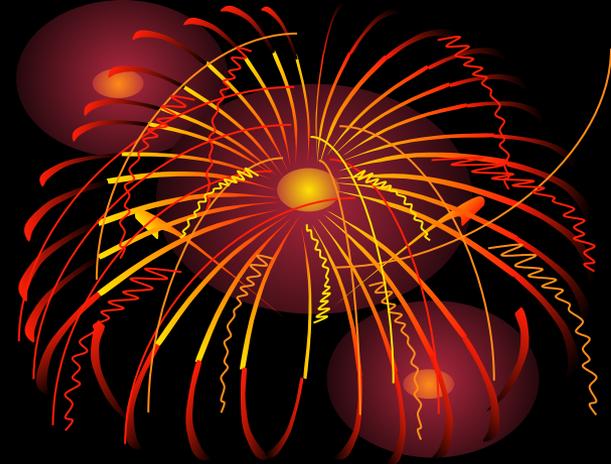
В последнее время большую популярность приобрел сноуборд — широкая монолыжа, к которой крепятся обе ноги человека. Начиная с **2002** года этот вид спорта стал олимпийским.



В параллельном слаломе
(одновременный спуск с горы сразу
нескольких спортсменов) и
хафпайпе (это такой специальный
снежный желоб



сноуборду проходят в двух дисциплинах, похожий на разрезанную пополам трубу, где спортсмены показывают свое акробатическое мастерство).



Сноуборд особенно популярен у молодежи. Среди основных лидеров в этом виде спорта — представители США, Австрии, Франции, Канады.

