

# Легенды мирового лыжного спорта.

Гусейнова Альбина Джейхуновна  
Группа №2.1.186



**Лыжный спорт** — это совокупность различных видов зимнего спорта, в соревнованиях по которым спортсмены используют лыжи. Включает в себя бег на лыжах на различные дистанции, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье (лыжная гонка и прыжки на лыжах с трамплина), горнолыжный спорт и др.. Зародился лыжный спорт в Норвегии в XVIII веке. Лыжный спорт входит в программу зимних Олимпийских игр с 1924 года.

Во всем мире лыжи стали одним из самых популярных видов зимнего спорта. Нет более демократичного, доступного, столь тесно связанного с природой и так полезного для человека вида спорта. Появление лыж было обусловлено потребностью человека добывать на охоте пищу зимой и передвигаться по местности, занесенной снегом.

Лыжи появились повсеместно, где жил человек в условиях снежной зимы. Первые лыжи были ступающие. Одна из последних находок (А.М.Микляев, 1982 г.) обнаружена на территории Псковской области. По заключению специалистов, эта лыжа является одной из самых древних - сделана около 4300 лет назад.



## Полезьа лыжного спорта

Его влияние на здоровье и характер происходит по трем направлениям:

1. Оздоровительное. Ходьба, бег и прыжки на лыжах благоприятно воздействуют на организм, а интенсивные нагрузки повышают силу и выносливость.
2. Воспитательное. Занятия лыжным спортом развивают силу воли, дисциплину, выдержку и другие важные личностные качества человека.
3. Прикладное. Лыжи применяются человеком для оздоровления, а также в трудовой деятельности и в повседневной жизни.

**Олимпийские виды лыжного спорта:** лыжные гонки, биатлон, прыжки на лыжах с трамплина, горные лыжи, фристайл, лыжное двоеборье, сноуборд.



# Легенды лыжного спорта среди мужчин.



**Мика Кристиан Мюллюля** (12 сентября 1969 — 5 июля 2011) — финский лыжник, чемпион XVIII зимних Олимпийских игр в Нагано, 4-кратный чемпион мира. Обладатель в общей сложности 15 медалей, завоёванных на Олимпийских играх и чемпионатах мира.

Пиком его карьеры стал Чемпионат мира в Рамзау в 1999 году, на котором Мика завоевал 3 золотых медали. К сожалению, его карьеру омрачил допинговый скандал в 2001 году, после которого Мюллюля так и не смог выйти на свой прежний уровень и закончил карьеру.



**Юха Ийсаkki Мието** (род. 20 ноября 1949 года) — финский **лыжник**, олимпийский чемпион 1976 года в эстафете 4×10 км. Член **парламента Финляндии** с 2007 года от партии **Финляндский центр**.

2-кратный серебряный призёр Олимпийских игр (1980 – в гонках на 15 км (уступил **Томасу Вассбергу** 0,01 сек) и 50 км),

2-кратный бронзовый (1980 и 1984 – оба раза в эстафете) призёр Олимпийских игр,

2-кратный серебряный призёр чемпионатов мира (1974 и 1978),

2-кратный бронзовый призёр чемпионатов мира (1978 и 1982).



**Томас Ларс Вассберг** (27 марта 1956) — шведский лыжник, 4-кратный олимпийский чемпион, многократный чемпион и призёр чемпионатов мира. Многократный победитель и призёр гонок этапов Кубка мира. Обладатель Кубка мира в сезоне 1976/1977 (неофициальный зачёт).

**Томас Альсгорд**<sup>[4]</sup> (род. 10 января 1972) — известный норвежский **лыжник**, пятикратный олимпийский чемпион, шестикратный чемпион мира.

Впервые встал на лыжи в трёхлетнем возрасте, первых побед в соревнованиях достиг в возрасте пяти лет, став лучшим среди сверстников в региональных соревнованиях.



**Владимир Михайлович Смирнов** (род. 7 марта 1964 год) — советский и казахстанский лыжник, олимпийский чемпион 1994 года, четырёхкратный чемпион мира, 4-кратный серебряный и двукратный бронзовый призёр Олимпийских игр, многократный чемпион СССР. Один из сильнейших лыжников мира второй половины 80-х и в 90-е годы XX века. С 1980 по 1992 год выступал в составе сборных СССР и СНГ, с 1992 по 1999 год — под флагом Казахстана. Заслуженный мастер спорта СССР (1988). Заслуженный мастер спорта Казахстана.

# Легенды лыжного спорта среди женщин.



**Марья-Лийса Кирвесниemi** (род. 10 сентября 1955 года) — финская лыжница, 3-кратная олимпийская чемпионка 1984 года в гонках на 5, 10 и 20 км, 3-кратная чемпионка мира (1978 и 1989). Двукратная обладательница **Кубка мира** (сезоны 1982/83, 1983/84).

Участница 6 зимних Олимпиад — 1976, 1980, 1984, 1988, 1992, 1994. На открытии **зимней олимпиады 1994 года** в **Лиллехаммере** была первой в истории Финляндии женщиной-знаменосцем от **финской команды**.<sup>[4]</sup>

Трижды признавалась лучшей спортсменкой Финляндии (1984, 1985, 1991). В 1984 году была признана и лучшим спортсменом как среди женщин, так и среди мужчин. В 1989 году была награждена **Холменколленской медалью**.





**Юстина Марія Ковальчик** (род. 19 января 1983) — польская лыжница, двукратная олимпийская чемпионка (2010 и 2014)<sup>[1]</sup>, двукратная чемпионка мира 2009 года, четырёхкратная обладательница Кубка мира в общем зачёте. Пять раз подряд (2009—2013) признавалась лучшим спортсменом года в Польше (как среди женщин, так и мужчин). Участница четырёх Олимпийских игр и девяти Чемпионатов мира. Кавалер командорского креста со звездой ордена Возрождения Польши.

Одна из двух лыжниц в истории (наряду с финкой Марью Матикайнен), которая трижды подряд выигрывала Чемпионат мира. Ковальчик является единственной лыжницей в истории, выигравшей четыре Кубка мира за пять лет. Единственная спортсменка, которая четыре раза подряд побеждала на многодневке Тур де Ски. Завоевав в общей сложности пять олимпийских медалей, она является самым выдающимся (по количеству медалей) польским спортсменом в истории зимних Олимпийских игр и вторым, после Ирены Шевиньской, самым титулованным в плане медальных завоеваний, включая летние и зимние Олимпийские игры. Ковальчик имеет учёную степень доктора наук по физической культуре<sup>[2]</sup>.



**Бёнте Ска́ри** (10 сентября 1972) — титулованная норвежская лыжница, выступавшая за сборную Норвегии с 1992 по 2003 год. Участвовала в трёх зимних Олимпийских играх, в 1998 году в Нагано выиграла серебряную медаль в эстафете 4×5 км и бронзовую в гонке на 5 км классическим стилем. Медаль высшего достоинства Скари получила в 2002 году на Олимпиаде в Солт-Лейк-Сити, в гонке на 10 км классическим стилем, опередив фавориток Ольгу Данилову и Юлию Чепалову на последнем километре заезда. Кроме того, здесь она удостоилась бронзы за гонку на 30 км классическим стилем и серебра за эстафету 4×5 км.

Бенте Скари имеет пять золотых медалей чемпионатов мира (5 км: 1999, 10 км: 2001, 2003 и 15 км: 2001, 2003), а также две серебряные (4 x 5 км: 1997, 2001).

Спортсменка пятьдесят девять раз получала подиум различных этапов Кубка мира, в том числе сорок один раз оказывалась на первом месте, тринадцать раз на втором и пять раз на третьем.



**Галина Алексеевна Кулакова.** Родилась 29 апреля 1942 года в дер. Логачи Воткинского района Удмуртской АССР. Советская лыжница, четырехкратная олимпийская чемпионка (1972, 1976), девятикратная чемпионка мира, обладательница Кубка мира. Заслуженный мастер спорта СССР (1970). Заслуженный тренер России.

С ранних лет бегала на лыжах - это была жизненная необходимость в тех условиях, в которых росла Галина: до школы ей нужно было добираться 3 километра, столько же назад. Край суровый, снежный, поэтому с осени и до весны лыжи были для нее верным помощником, средством передвижения. В 1967 году на Чемпионате СССР Галина Кулакова выиграла первую для себя первую всесоюзную золотую медаль, выиграв в эстафете 4x5 км. Благодаря этому успеху, лыжница вошла в состав олимпийской сборной Советского Союза. Обладательница самого первого Кубка мира 1978/79. **39-кратная чемпионка СССР:** 5 км (1969, 1973, 1974, 1975, 1977, 1979), 10 км (1969, 1970, 1971, 1972, 1973, 1974, 1975, 1977, 1978, 1979, 1982), 20 км (1977, 1978, 1979, 1980, 1981), 30 км (1975, 1976, 1977, 1979, 1980), эстафета 4x5 км (1967, 1969, 1970, 1971, 1972, 1973, 1974, 1975, 1976, 1978, 1979, 1981).



**Любовь Егорова** – советская лыжница, 6-кратная олимпийская чемпионка, 3-кратная чемпионка мира. Заслуженный мастер спорта СССР и России. В 1994 году была признана лучшей спортсменкой России. Ее дебютом стала гонка на Кубке мира в 1984 году. С каждым последующим сезоном лыжница улучшала свой результат. Закрепилась Егорова в лыжной элите в сезоне 1989-1990, она вошла в десятку сильнейших. На этапе в Валь-ди-Фьемме ей удалось взять серебро в 10-километровой гонке свободным стилем. В первой половине 90-х годов прошлого века она являлась главной конкуренткой Елены Вяльбе, которая называется многими экспертами величайшей лыжницей планеты.

- Олимпийские награды: шестикратная олимпийская чемпионка, обладательница трёх серебряных медалей.
- Чемпионат мира: трёхкратная чемпионка мира, обладательница серебряной и двух бронзовых медалей.
- Кубок мира: победительница Кубка мира в общем зачёте.



**Стефания Бельмондо** ( 13 января 1969) — итальянская лыжница.

Участница пяти Олимпиад, на которых завоевала 10 медалей, две из которых — высшей пробы, четырёхкратная чемпионка мира.

Победительница Кубка мира в сезоне 1998/1999 годов (вместе с норвежкой **Бенте Мартинсен**). В 1986 года её принимают в ряды юниорской национальной сборной, а с 1987 года Стефания Бельмондо становится членом национальной сборной **Италии**. В 1987 году становится первой итальянской лыжницей, поднявшейся на подиум чемпионата мира среди юниоров. В 1988 году дебютирует на **Олимпийских играх в Калгари**. В 1989 году впервые принимает участие в чемпионате мира в **Лахти**. В том же году Стефания Бельмондо становится первой итальянкой-победительницей юниорского чемпионата мира.

В 1989 году впервые в истории итальянских лыж Бельмондо становится первой женщиной, победившей на этапе **Кубка Мира** в **Солт-Лейк Сити**. А в 1991 году на чемпионате мира в **Валь-ли-Фьемме** становится первой в истории лыжного спорта **Италии** женщиной-призёром, выиграв бронзовую медаль в гонке на 15 километров классическим стилем. В том же году французская газета «*Ski Français*» назовёт Стефанию Бельмондо «маленьким чудом» (рост 155 см, вес 47 кг).

Многokратная победитель и призёр этапов Кубка Мира по лыжным гонкам - 74 подиума, их которых 23 победы.

В мае 2002 года Стефания Бельмондо заявила об окончании выступления в большом спорте.



**Раиса Петровна Сметанина** (род. 29 февраля 1952) — советская и российская **лыжница**, 4-кратная олимпийская чемпионка, 7-кратная чемпионка мира, многократная чемпионка СССР, **заслуженный мастер спорта СССР** (1976). Обладательница неофициального Кубка мира сезона 1980/81 годов, одна из самых успешных гонщиц за всю историю лыжного спорта. Сметанина – одна из самых успешных гонщиц за историю лыжного спорта. При жизни открыли музей спортсменки и ее именем назвали республиканский лыжный комплекс в столице Коми. По представлению Международного олимпийского комитета Раисе Сметаниной вручили Медаль Кубертена, или, как ее еще называют, Медаль истинного духа спорта.

- Олимпийские награды: четырёхкратная олимпийская чемпионка, обладательница пяти серебряных и одной бронзовой медалей.
- Чемпионат мира: четырёхкратная чемпионка мира, обладательница четырёх серебряных и четырёх бронзовых медалей.
- Кубок мира: победительница Кубка мира в общем зачёте.



**Лариса Евгеньевна Лазутина** (род. 1 июня 1965) — советская и российская лыжница, пятикратная олимпийская чемпионка, многократная чемпионка мира. Двукратная обладательница Кубка мира. Заслуженный мастер спорта СССР (1987), Заслуженный мастер спорта России (1994). Герой Российской Федерации (1998). С 2003 года — политический деятель.

- Олимпийские награды: пятикратная олимпийская чемпионка, обладательница серебряной и бронзовой медалей.
- Чемпионат мира: одиннадцатикратная чемпионка мира, обладательница серебряной и двух бронзовых медалей.
- Кубок мира: двукратная победительница Кубка мира в общем зачёте.



**Елена Валерьевна Вяльбе** (род. 20 апреля 1968 года) — советская и **российская** лыжница, общественный деятель. Президент Общероссийской общественной организации «Федерация лыжных гонок России» с 2010 года. Глава **Ассоциации лыжных видов спорта России** с 2020 года.

- Олимпийские награды: трёхкратная олимпийская чемпионка, обладательница четырёх бронзовых медалей.
- Чемпионат мира: 14-кратная чемпионка мира, обладательница трёх серебряных медалей.
- Кубок мира: пятикратная победительница Кубка мира в общем зачёте.