

# «Зимние виды спорта»



Составила  
Инструктор по физической культуре:  
Воеводская.В.И.

# Фигурное катание.



**Фигурное катание** — конькобежный вид спорта, относится к сложнокоординационным видам спорта. Основная идея заключается в передвижении спортсмена или пары спортсменов на коньках по льду с переменами направления скольжения и выполнением дополнительных элементов (вращением, прыжками, комбинаций шагов, поддержек и др.) под музыку.



# КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ.



## **Конькобежный спорт**

Скоростной бег на коньках — вид спорта, в котором необходимо как можно быстрее преодолеть определённую дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу.

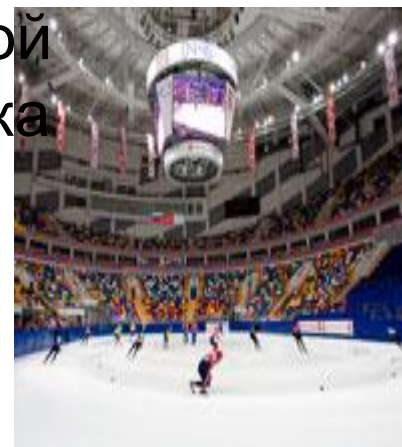


# ШОРТ-ТРЕК.



**Шорт-трек** — короткая дорожка), вид скоростного бега на коньках, заключающийся в максимально быстром преодолении соревновательной дистанции внутри хоккейной площадки (окружность катка — 111,12 м).

Зародился *шорт-трек* в Канаде в начале 20 века.



# ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ.



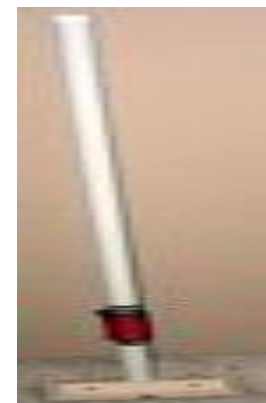
**Хоккей с шайбой** — спортивная игра, подвид хоккея, заключающаяся в противоборстве двух команд, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить её наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника.



# КЕРЛИНГ.



**Кёрлинг** — командная спортивная игра на ледяной площадке. Участники двух команд поочерёдно пускают по льду специальные тяжёлые гранитные снаряды («камни») в сторону размеченной на льду мишени.



# БИАТЛОН.



**Биатлон** —  
соростязание, борьба  
— зимний  
олимпийский вид  
спорта, сочетающий  
лыжную гонку со  
стрельбой из  
винтовки.



# БОБСЛЕЙ.



**Бобслей** — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях — бобах. В программу зимних Олимпийских игр *бобслей* был включен начиная с 1924 года.





# СКЕЛЕТОН.



**Скелетон** — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой спуск по ледяному жёлобу на двухполозьевых санях на укрепленной раме, победитель которого определяется по сумме двух заездов.



# САННЫЙ СПОРТ.



**Санный спорт** — это соревнования в скоростном спуске на одноместных или двухместных санях по заранее подготовленной трассе. Спортсмены располагаются на санях на спине, ногами вперед. Управление санями производится при помощи изменения положения



# ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ.



**Горнолыжный спорт** — спуск с гор на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру.



# ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ.



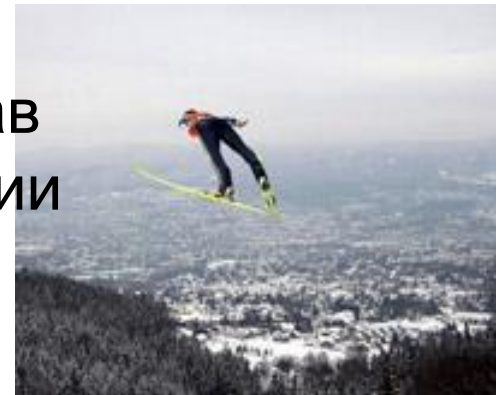
**Лыжные гонки** — гонки на лыжах на определённую дистанцию по специально подготовленной трассе среди лиц определённой категории (возрастной, половой .)



# ПРЫЖКИ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПЛИНА



**Прыжки с трамплина** — вид спорта, включающий прыжки на лыжах со специально оборудованных трамплинов. Выступают как самостоятельный вид спорта, а так же входят в программу лыжного двоеборья. Входят в состав Международной федерации лыжного спорта (FIS).



# СНОУБОРДИНГ.



**Сноубординг** – вид спорта, включающий в себя скоростной спуск с горного склона, выполнение акробатических элементов на специальной трассе и пр. на сноуборде – монолыже с окантовкой, на которой установлены крепления для ног.



# ФРИСТАЙЛ.



**Фристайл** — вид лыжного спорта. В состав фристайла входят: лыжная акробатика, скикросс и могул. Лыжный балет – одна из дисциплин фристайла, существовавшая до 1999 года, была исключена из программ официальных соревнований. Балет состоял из спуска по пологому склону под музыкальное сопровождение с демонстрацией элементов скольжения, шагов, вращений, прыжков



**Будьте здоровы!**

**Занимайтесь,  
спортом!**