

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ  
ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «АВАНГАРД»

Шорт-трек.  
Спорт, который плавит лёд.

Тренер-преподаватель по шорт-треку Истомин А.Н. ■

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



- В соревнованиях несколько спортсменов (как правило 4—8) одновременно катаются по овальной ледовой дорожке длиной 111,12 м.
- Трасса, размечается на обычном хоккейном стадионе.

# 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*



# Правила, 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.

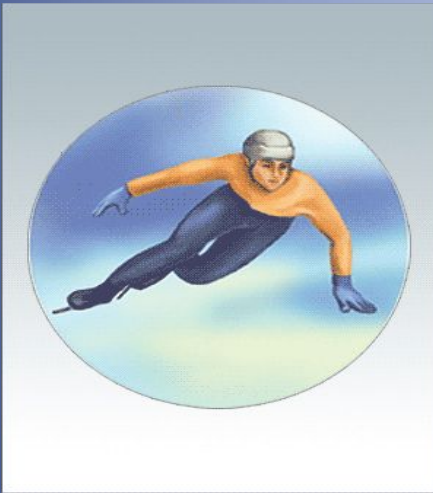


# Владимир Григорьев

- 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.



# Источники информации:

- <http://diver-sant.ru/sport/28456-rossiyanin-u-stanovil-mirovoy-rekord-v-short-treke.html>
- Википедия
- [http://www.molomo.ru/myth/short\\_track.html](http://www.molomo.ru/myth/short_track.html)

Спасибо за внимание.

Желаем успехов и  
побед!