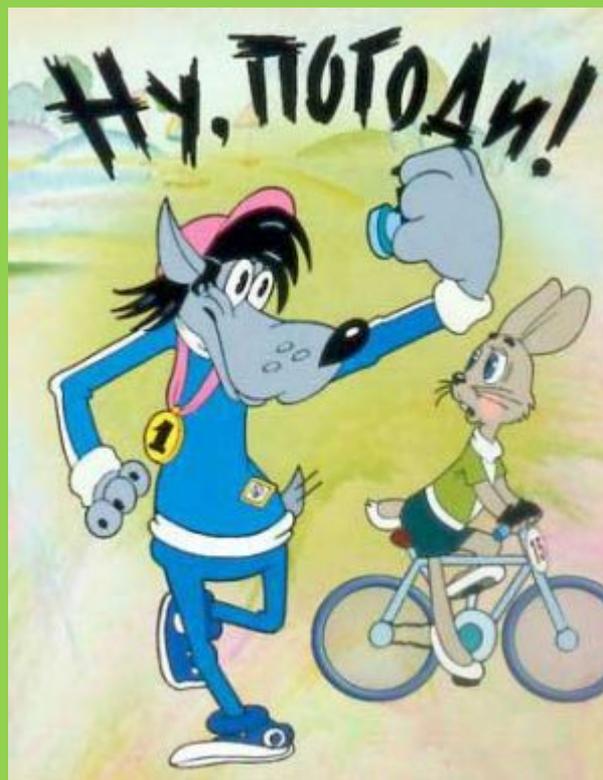




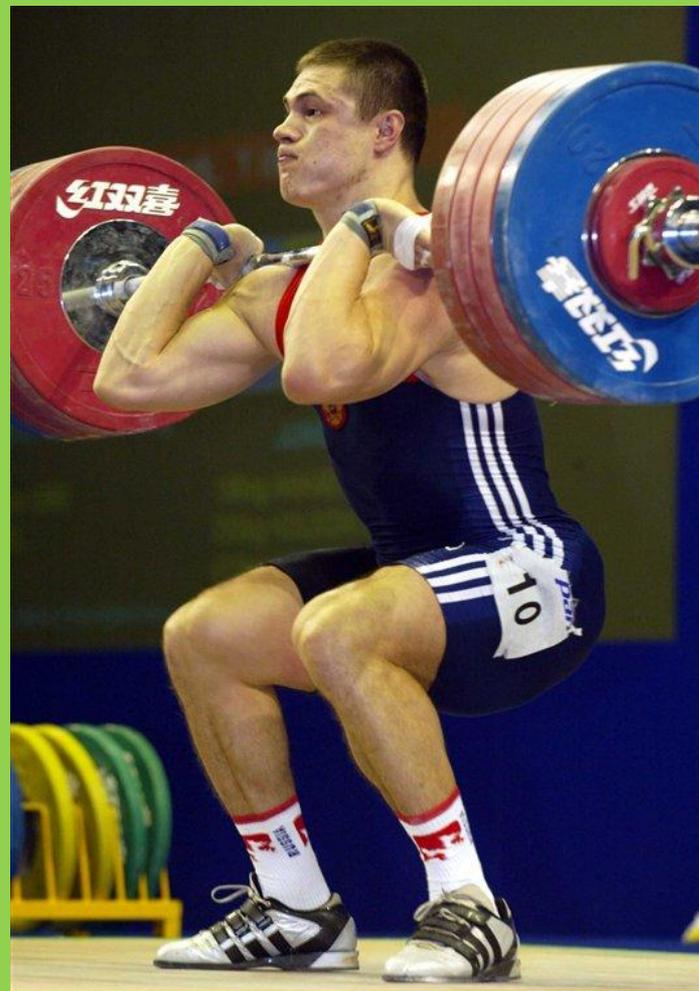
Наши любимые Волк и Заяц занимались спортом...



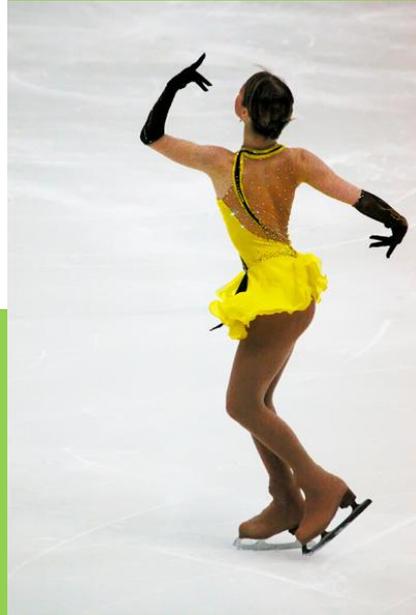
Тяжёлая атлетика



В тяжёлой атлетике важны не только силовые показатели, но и гибкость, скорость и координация. Один диск на штанге может весить от 0.5 до 50 кг. Гриф весит от 5.8 до 25 кг.



фигурное катание



5 дисциплин:

- мужское одиночное катание,
- женское одиночное катание,
- парное фигурное катание,
- спортивные танцы,
- групповое синхронное катание.



фехтование

В наше время фехтование стало видом спорта.

Фехтование бывает:

- боевое
- спортивное
- сценическое
- историческое
- паралимпийское

Фехтование — это искусство владения боевым холодным оружием: мечом, шпагой, ножом, секирой и пр. Преподавали фехтование ещё гладиаторам в Древнем Риме. В Древней Греции фехтование было одной из основных дисциплин для детей граждан, с самого младшего возраста (с 7-9 лет). В Средние века фехтование было одной из основных дисциплин дворянина-рыцаря.



велоспорт



- Велосипедный спорт включает в себя :
- гонки на треке, шоссе, пересеченной местности,
 - маунтинбайк,
 - соревнования в фигурной езде
 - игре в мяч на велосипедах (велополо, велобол),
 - Триатлон.

Основная цель гоночных дисциплин — наиболее быстрое преодоление дистанции.





шахматы

Название берёт начало из персидского языка: *шах* и *мат*, что значит *властитель (шах) умер(мат)*

История шахмат уже 1,5т.лет. Считается, что игра появилась в Индии не позже 6 века. Игры распространялась на Арабский Восток, в Европу и Африку, правила менялись. Окончательно правила сложились в 19 веке. Доска состоит из черных и белых клеток 64 клетки, 8*8см.



Фигури :
король (♔),
ферзь (♚),
две ладьи (♖),
два слона (♘),
дваконя (♞) и
восемь пешек (♙).

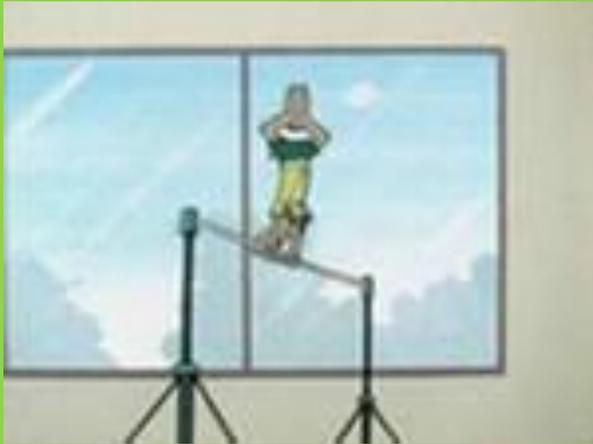


ЛЫЖНЫЙ СПОРТ



- Лыжный спорт:**
- лыжные гонки на различные дистанции,
 - прыжки с трамплина,
 - двоеборье (прыжки с трамплина и лыжная гонка с гандикапом),
 - горнолыжный спорт,
 - сноуборд

ГИМНАСТИКА



Виды гимнастики:

- оздоровительная гимнастика (утренней гимнастики, физкультуры, физкульт-минутки)
- гигиеническая гимнастика
- ритмическая гимнастика (муз.сопр.)
- спортивная
- художественная



Один из древнейших видов спорта. Известен с древних времён.



баскетбол



Баскетбол (англ. *basket* - корзина, *ball* - мяч) - спортивная командная игра с мячом. В баскетбол играют две команды, из 5 игроков. Цель забросить руками мяч в корзину. Придумали эту игру в 1891 год Массачусетс (США).



А каким видом спорта увлекаетесь вы?

