

Виды спорта



Гимнастика

Гимнастика — это разнообразные физические упражнения.

Виды гимнастики:

- художественная гимнастика;
- гимнастика на снарядах;
- строевая;
- общеразвивающая;
- прикладная;
- вольная;
- акробатика.



Легкая атлетика

Легкая атлетика – это ходьба, бег, прыжки, метание.

Одна из самых популярных видов спорта.

Соревнования по этим видам проводятся с глубокой древности.





Футбол



Футбол - это спортивная игра двух команд, в которой спортсмены играют мячом, ногами или любой др. частью тела, кроме рук и стараются забить его в ворота соперника в установленное время.



Баскетбол

Баскетбол– это спортивная игра двух команд, цель которой – забросить руками мяч в кольцо соперника, прикрепленное к щиту.



Волейбол

Волейбол - спортивная игра двух команд с мячом на площадке разделенной пополам сеткой. Играющие стремятся ударами рук по мячу приземлить его на половине соперника.

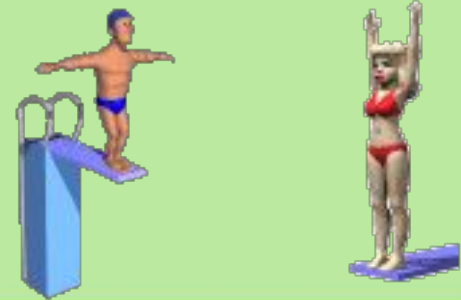


Теннис

Теннис - спортивная игра с мячом и ракетками на специальной площадке (корте), разделенной сеткой.

Теннис - спортивная игра с мячом и ракетками на специальной площадке (корте), разделенной сеткой.

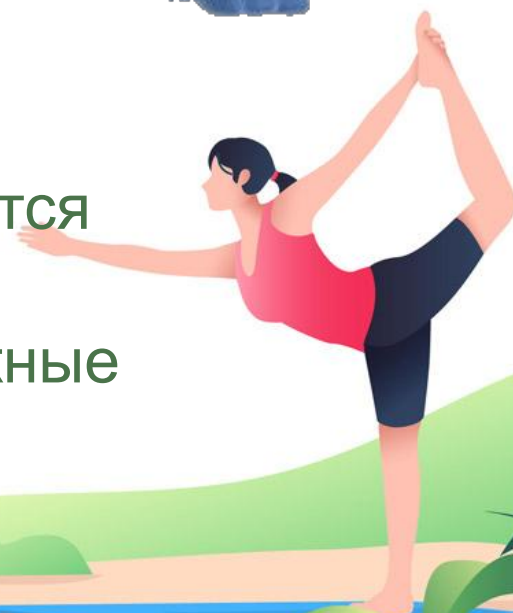
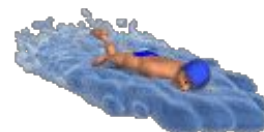




Плавание

Виды плавания:

1. Спортивное плавание - соревнования на дистанции от 100 до 1500 м. Прикладное плавание - ныряние в длину и в глубину, спасение тонущего, преодоление водных преград.
2. Синхронное плавание - акробатические упражнения в воде (частично на суше), выполняемые под музыку; подразделяется на одиночное, парное и групповое.
3. Игровое плавание — различные подвижные игры и развлечения в воде.



Лыжи

Лыжный спорт включает лыжные гонки, прыжки с трамплина, двоеборье (гонки и прыжки), спуск с гор по специальным трассам — слалом, слалом-гигант и скоростной спуск, биатлон (гонки со стрельбой из винтовки).



Хоккей

Хоккей- спортивная игра двух команд на коньках с клюшками и шайбой на специальной площадке с воротами. Игроки команд передавая шайбу клюшками, стремятся забросить её в ворота соперника и не пропустить в свои.



Фигурное катание

Фигурное катание появилось тогда, когда изобрели железные коньки с двумя рёбрами — только такие коньки позволяли свободно маневрировать по льду. Современную форму фигурное катание приобрело с появлением телевидения.

