

# Зимние виды спорта XXII Олимпийских игр



# Цель:

- Ознакомление с зимними видами спорта международных Олимпийских игр;
- Расширение кругозора об истории развития Олимпийского движения;
- Формирование интереса к спорту, к здоровому образу жизни.



# Биатлон



БИАТЛОН  
БИАТЛОН

# Из истории биатлона

**Биатлон** - комбинация лыжных гонок и пулевой стрельбы из мелкокалиберной винтовки. Биатлон входит в программу Олимпийских игр с 1960 г.

В России развитие биатлона началось только в начале XX века. В 1920-30 годах лыжные соревнования, совмещенные со стрельбой из винтовки, были широко распространены в Красной армии. Спортсмены проходили дистанцию 50 км в военной форме и поражали несколько огневых рубежей. Стимулом для развития биатлона в СССР стали спартакиады народов России, которые, подобно Олимпийским играм, проводились раз в четыре года.

1964 год  
-первый чемпион в гонке на 20 км в Инсбруке Владимир Меланьин



Семикратный чемпион мира и Олимпийских игр по биатлону, заслуженный мастер спорта СССР В. Меланьин

1992 год- в программу игр включен женский биатлон. Анфиса Резцова -первая чемпионка России в Альбервиле, Франция





# Биатлон сегодня

- Сборная России, СНГ и СССР побеждала в биатлоне на Олимпийских играх 18 раз, из них 8 раз в эстафете.
- На сегодняшний день в программу Олимпийских зимних игр входят пять видов соревнований по биатлону для мужчин и пять для женщин.

# Индивидуальная гонка

Это классический вид биатлонной гонки на 20 км для мужчин и на 15 км для женщин с четырьмя огневыми рубежами. Биатлонисты стартуют с интервалом 30 секунд или 1 минута. Первая и третья стрельба — «лёжа», вторая и четвёртая — «стоя». Каждый биатлонист сам выбирает себе стрелковый коридор на стрельбище. За каждый промах к времени гонки биатлониста прибавляется штрафная минута.



# Спринт

Это укороченная версия индивидуальной гонки, где скорость играет ключевую роль. За каждый промах спортсмен получает штрафной круг в 150 м. Длина дистанции в спринте у мужчин — 10 км, у женщин — 7,5 км. Стрельба ведётся на двух огневых рубежах поочередно из положений «лёжа» и «стоя».



# Гонка преследования

Участники гонки преследования стартуют в таком порядке и с такими временными интервалами, с какими они пришли на финиш в спринте. Длина дистанции в гонке преследования у мужчин — 12,5 км, у женщин — 10 км. Стрельба ведётся на четырёх огневых рубежах: первые два из положения «лёжа», два последних — «стоя». За каждый промах спортсмен получает штрафной круг в 150 м.



# Гонка с массовым стартом



один из самых молодых видов биатлонных гонок. Длина дистанции 15 км для мужчин и 12,5 км для женщин со стрельбой на четырёх огневых рубежах. 30 лучших спортсменов стартуют одновременно с общего старта, другое название **«Масс-старт»**. Первая и вторая стрельба выполняются «лёжа», третья и четвёртая — «стоя». Спортсмены занимают места на огневых рубежах в соответствии с порядком прихода на стрельбище. За каждый промах предусмотрено прохождение штрафного круга длиной 150 м.

# Эстафета



В эстафете участвуют национальные сборные команды, состоящие из 4 человек. Длина дистанции на каждом этапе у мужчин — 7,5 км, у женщин — 6 км. Стрельба ведётся на двух огневых рубежах из положения «лёжа» и «стоя». В отличие от индивидуальных гонок, биатлонист может потратить на каждую мишень по 8 патронов: 5 находятся в магазине, остальные 3, при необходимости, заряжаются вручную. Если после использования запасных патронов остались незакрытые мишени, спортсмен должен преодолеть штрафные круги в 150 м, количество которых соответствует количеству неразбитых мишеней.

# Смешанная эстафета

Национальная команда состоит из 4 спортсменов (2 женщины и 2 мужчин). Женщины бегут 6 км, мужчины — 7,5км. Каждый спортсмен стреляет дважды (лежа — стоя), с тремя запасными патронами на каждом огневом рубеже .



# Бобслей



# История бобслея

- По легенде, бобслей как вид спорта появился в 1888 году. В Швейцарском Санкт - Морице английский турист впервые соединил доской двое саней для того, чтобы спуститься со снежной горы. В конце XIX в. в этом городке был организован первый бобслейный клуб и разработаны правила соревнований, причем экипаж тогда состоял из пяти человек - трех мужчин и двух женщин.
- В 1903 году именно в Санкт-Морице была построена первая в мире бобслейная трасса, длиной около 1500 м и сконструированы особые сани - боб.



# Бобслей в Олимпийских играх

В программу Олимпийских зимних игр бобслей был включен в 1924 году в Шамони. Тогда соревнования проводили на четырехместных бобах (санях), в 1928 году — на четырёхместных или на пятиместных, причем участие в них принимали только мужчины. В октябре 1999 года женский бобслей был добавлен в программу Олимпийских зимних игр, и уже в 2002 году в Солт-Лейк-Сити женщины впервые приняли участие в соревнованиях на двухместных бобах.



# Бобслей в 2014

В программу Олимпийских игр входят три вида соревнований: мужчины на двух — и четырехместных бобах, женщины на двухместных бобах.



# Горнолыжный спорт



# Горные лыжи

- В 1936 году соревнования по горным лыжам были впервые включены в программу IV Олимпийских зимних игр. Тогда в программу вошли только слалом и скоростной спуск. На Олимпийских играх 1952 года в Осло награды разыгрывались уже в трех видах соревнований — слаломе, гигантском слаломе и скоростном спуске. С XV Олимпийских зимних игр в Калгари в 1988 году в программу соревнований горнолыжников добавился еще и супергигантский слалом.
- В начале 1900-х годов в России среди лыжников стали выделяться так называемые «горняки», которые отдавали предпочтение катанию с гор на скорость, а затем увлеклись и фигурным катанием на лыжах, то есть спусками с поворотами, что впоследствии было названо слаломом.



# Скоростной спуск

В скоростном спуске используются самые длинные трассы из всех видов соревнований по горным лыжам, а спортсмены развивают самые высокие скорости (до 120 км/ч). Спортсмены проходят дистанцию по одному. Самый быстрый лыжник выигрывает соревнования.



# Слалом

- В слаломе спортсменам необходимо пройти трассу, размеченную флажками и воротами, которые расположены друг к другу ближе, чем в скоростном спуске, слаломе-гиганте и супергигантском слаломе.



# Слалом-гигант и супер-гигант

- В слаломе-гиганте ворота на трассе расположены друг от друга дальше, чем в слаломе, но не так далеко, как в супер-гиганте. Количество ворот для мужчин — 56-70, для женщин — 46-58.
- Супер-гигант представляет собой вид соревнования, объединяющий скоростной спуск и слалом-гигант. Спортсмены в супер-гиганте развивают такую же высокую скорость, как и при скоростном спуске, а траектория трассы при этом аналогична траектории трассы в слаломе.



# Кёрлинг



# История кёрлинга

Керлинг зародился в XVI веке в Шотландии. В него играли зимой на замёрзших прудах, болотах и озёрах. На самом древнем из найденных игровых камней — Стерлингском камне, названном в честь шотландского города Стерлинга, — значит 1511 год. В XVII веке появились камни с ручками. В XIX столетии появились камни с закругленными краями.



# Кёрлинг как вид спорта

- Соревнования по керлингу впервые вошли в программу Игр в 1924 году на Олимпийских зимних играх в Шамони. Керлинг постоянно входит в программу Олимпийских игр с 1998 года.
- Однако официально игры в керлинг были приняты Международным олимпийским комитетом только в феврале 2006 года.



# Кёрлинг сегодня

Кёрлинг- спортивная игра на льду, в которой участвуют две команды по 4 спортсмена. Участники поочерёдно пускают по льду гранитные снаряды («камни») весом 19,96 кг в сторону размеченной мишени («дома»). Цель: попасть камнем ближе к центру «дома», чем это сделал соперник. Игра состоит из 10 периодов или «эндов». В течение одного энда команда выпускает по 8 камней — каждый игрок выполняет по 2 броска, чередуясь с соперником. Победитель определяется по наибольшей сумме очков во всех «эндах».



# Лыжное двоеборье



# Лыжное двоеборье



Лыжное двоеборье — олимпийский вид спорта, сочетающий в своей программе прыжок с трамплина (105 или 140 метров) и лыжную гонку на 10 км., другое название — «Северная комбинация». Впервые индивидуальные соревнования по лыжному двоеборью были включены в олимпийскую программу в 1924 году.



# Лыжные гонки



# Лыжные гонки в России



Днем рождения лыжных гонок в России принято считать 29 декабря 1895 г. В Москве был открыт клуб лыжников. 7 февраля 1910 года на дистанции 30 верст был разыгран титул первого Всероссийского чемпиона по лыжным гонкам, который завоевал Павел Бычков. За всю историю российского лыжного спорта 42 спортсмена становились олимпийскими чемпионами.



В 1924 г. лыжные гонки были включены в программу Олимпийских игр для мужчин. Женщины были включены в программу гонок в 1952 году в Осло (Норвегия). Первой олимпийской чемпионкой стала советская спортсменка Любовь Баранова (Козырева).

# Индивидуальная гонка



Лыжники стартуют с интервалом в 30 секунд, победитель определяется по наименьшему времени, затраченному на прохождение дистанции. Участники стартуют в обратном порядке от их сезонного рейтинга, то есть спортсмен с наивысшим рейтингом стартует последним. Лыжник, которого обгоняет преследователь, должен уступить лыжню по первому требованию более быстрого участника. На Олимпийских зимних играх в Сочи мужчины бегут классическим стилем 15 км, а женщины — 10 км.

# Гонка с общим стартом



- Все спортсмены стартуют одновременно. 60-80 спортсменов выстраиваются рядами по 7-11 человек и стартуют по сигналу стартового пистолета. Участники используют различные стратегии и тактики в ходе гонки, а на финише демонстрируют свои спринтерские способности. Мужчины и женщины бегут свободным стилем: первые проходят дистанцию 50км, вторые — 30км. Использование коротких кругов позволяет зрителям на стадионе видеть участников каждые 10-12 минут. Победителем становится первый пришедший к финишу.

# Скиатлон



Это один из самых интересных видов соревнований по лыжным гонкам. Первую половину дистанции гонщики проходят классическим стилем на классических лыжах, а потом на стадионе меняют их на коньковые и завершают соревнование свободным стилем. Первый пришедший на финиш и становится победителем. Мужчины бегут два раза по 15 км каждым стилем (общая дистанция 30км), женщины два раза преодолевают по 7,5 км при общей длине дистанции 15 км.

# Индивидуальный спринт



Соревнования по индивидуальному спринту начинаются с квалификационного раунда, когда лыжники стартуют с интервалом 15 секунд и бегут круг 1,2-1,3 км (женщины) или 1,4-1,6 км (мужчины). Первые 30 лучших участников проходят в следующий круг и распределяются по четвертьфинальным забегам. В четвертьфинале, полуфинале и финале стартуют 6 человек. В финале участвуют 6 гонщиков, которые ведут борьбу за золотую медаль.

# Командный спринт

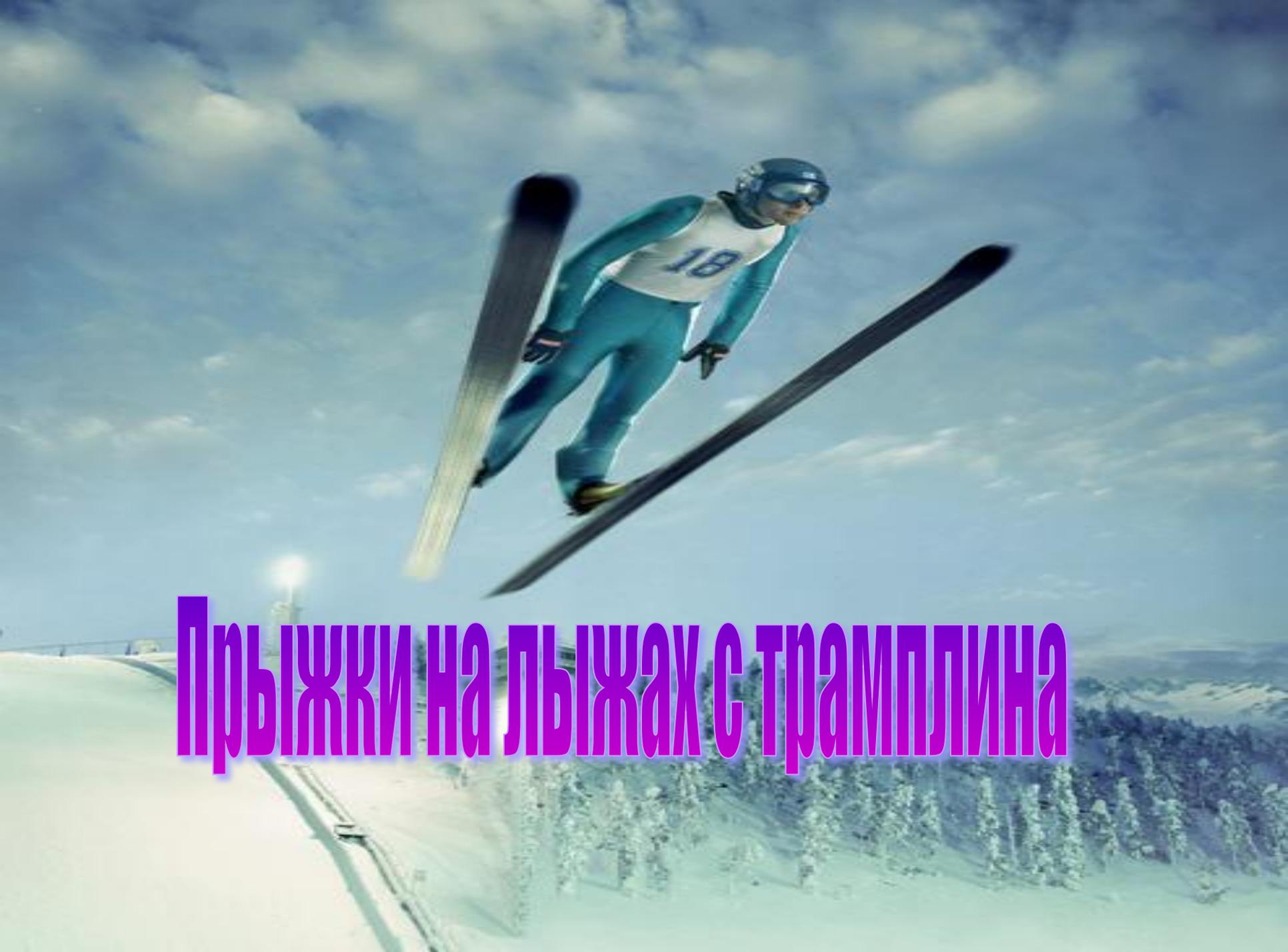


Командный спринт проводится как эстафета команд, состоящих из двух спортсменов, которые по очереди преодолевают дистанцию 1,5 км по три раза каждый, то есть всего в 6 этапов. Атлеты передают эстафету в специально обозначенной зоне между кругами (на стадионе), не создавая помех участникам других команд. Победитель — команда, которая пересечет линию финиша первой после 6 этапов.

# Лыжные гонки- эстафета



В эстафете соревнуются команды, состоящие из четырех спортсменов. Первый и второй этапы бегут классическим стилем, а третий и четвертый этапы — свободным. У женщин длина этапа составляет 5 км, у мужчин — 10 км. Эстафета начинается с общего старта. Победителем становится команда, которая первая пересекает линию финиша после завершения 4-го этапа.



# Прыжки на лыжах с трамплина

# Немного истории

Первые в России любители прыжков на лыжах с самодельных снежных трамплинов заявили о себе в Петербурге и Москве в начале XX века. В 1906 году лыжники клуба «Полярная звезда» построили под Петербургом первый деревянный трамплин, с которого можно было прыгать на 10-12 м в длину. Популярность этого захватывающего спорта постепенно возрастала. Первые официальные соревнования, которые состоялись в 1912 году в местечке Юкка под Петербургом, судьи оценивали «на глазок», в основном руководствуясь общим впечатлением от прыжка.

Прыжки с трамплина вошли в Олимпийские игры в 1924г. Прыжки с большого трамплина были включены в программу в 1964 г.

В 2011г. в программу Олимпийских игр были включены прыжки со среднего трамплина среди женщин.

В 2014 г. на Олимпийских играх в Сочи в соревнованиях по прыжкам на лыжах с большого трамплина впервые будут участвовать женщины.



# Виды прыжков с трамплина

1. Личное первенство на среднем трамплине (длина прыжка 105 метров)
2. Личное первенство на большом трамплине (длина прыжка 140 метров).
3. Командные соревнования (по 8 чел) на большом трамплине.



# Санний спорт



# Из истории санного спорта

- Историки полагают, что сани существовали уже в 800 г н.э. у викингов. Как вид спорта санный спорт появился в Швейцарии, первая трасса в Давосе в 1879 г. была 4 км. Через 4 года здесь же прошел первый санный Турнир. В программу Олимпийских игр санный спорт вошел с 1964 г.
- В России первые соревнования по санному спорту прошли в 1910 г. в Москве на Воробьевых горах. В 1971 был проведен чемпионат СССР в Братске, а в 1972 г. наши спортсмены приняли участие в олимпийских играх в г. Саппоро в Японии.
- Саный спорт- один из самых экстремальных видов спорта. Он представляет собой соревнование в скоростном спуске на одноместных или двухместных санях по специальной трассе.
- Спортсмен стартует из положения «сидя», после отталкивания принимает положение «лежа на спине». Побеждает тот, то прошел трассу за наименьшее время. Во время заезда скорость саней может достигать 140 км/час.



# Индивидуальные соревнования



- В программу зимних Олимпийских игр включены индивидуальные соревнования для мужчин на одноместных и двухместных санях, а для женщин только на одноместных, в 2014 году впервые введена эстафета.
- Индивидуальные соревнования на одноместных санях проходят в течение двух дней по два заезда в день. Наименьшее время определяет победителя.



# Соревнования на двухместных санях



- Проводятся 2 заезда в один день. Наименьшее суммарное время двух заездов определяют победителя. В правилах не сказано, что оба участника должны быть одного пола, но по традиции в соревнованиях участвуют мужчины.



# Эстафета на санях

- В играх 2014 г. в Сочи впервые команды примут участие в эстафете. Состав от каждой страны: женщина (одноместные сени), мужчина (одноместные сени) и мужчины на двухместных санях. На финише каждый участник должен дотронуться специального тачпада (touch-pad), который автоматически открывает путь для следующего участника эстафеты. Победа подсчитывается за общее время от старта первого до финише последнего участника командной эстафеты.





# СКЕЛЕТОН

# Олимпийская история скелетона

- Скелетон – это спуск по специальной трассе с замороженным льдом в скелетоне (санях с трубчатыми полозьями на укрепленной раме). Прародителем скелетона является спуск с гор на бесполозных деревянных санях канадских индейцев в XVI веке. Скелетон дважды включался в Олимпийские игры в 1928 и 1948 г. Олимпийской дисциплиной скелетон стал в 2002 году. Спортсмен спускается по трассе с высоты 33-этажного дома на санках головой вперед. Вес мужчины должен быть не более 115 кг, женщин 92 кг.



# Скелетон в России

Российские спортсмены принимали участие на этапах Кубка мира в 1994 и чемпионате мира в 2002, 2003 г.

Екатерина Миронова в 2003 завоевала серебряную медаль на Чемпионате мира, а в 2010 на XXI Олимпийских играх Александр Третьяков завоевал бронзовую медаль.



# Скоростной бег на коньках

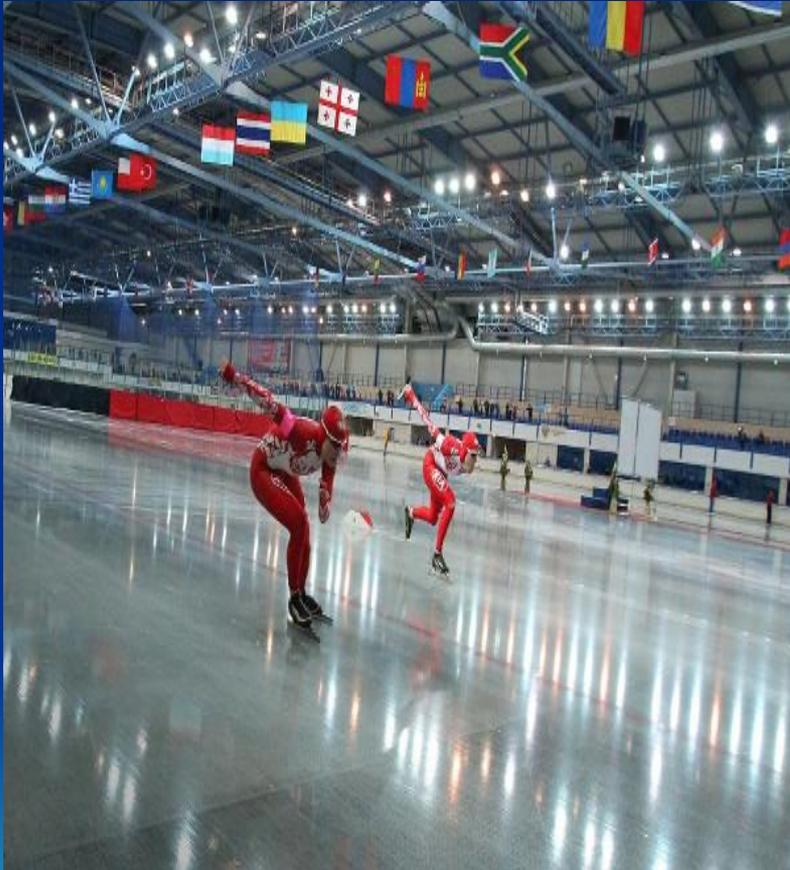


# Скоростной бег на коньках в России

- Катание на коньках издавна пользовалось большой популярностью на Руси, благодаря своей доступности. Целые семьи приходили на Патриаршие пруды, где конькобежцы катались под аккомпанемент духового оркестра.
- Первый в России чемпионат по скоростному бегу состоялся в Москве 19 февраля в 1889 году на катке Московского речного яхт-клуба.



# Индивидуальные соревнования



- В индивидуальных соревнованиях принимают участие 2 спортсмена, которые движутся по разным дорожкам (внутренней и внешней). На каждом круге происходит смена дорожек, чтобы спортсмены проходили одинаковую дистанцию. В скоростном беге на коньках спортсменам необходимо как можно быстрее пройти определенную дистанцию. Программа включает несколько индивидуальных дистанций: 500 м; 1000 м; 1500 м, 5000 м. 10000 м.

# Командная гонка преследования

- В командной гонке преследования мужчины бегут 8 кругов, женщины – 6. В каждой гонке участвуют две команды по 3 человека. Команды стартуют одновременно с разных сторон трека. Каждый член команды в какой-то момент бежит первым, принимая на себя сопротивление воздуха. В это время партнеры держатся сзади. Гонка заканчивается, когда последний член команды преодолевает финиш.



# Сноуборд



# О сноуборде

- Сноуборд - зимний олимпийский вид спорта, заключающийся в спуске с заснеженных гор на специальном снаряде-сноуборде. Изначально это был только зимний вид спорта, постепенно экстремалы освоили его даже летом на песчаных склонах. В России сноуборд появился в 80-е годы XX века. На Олимпийских играх 1998 г. сноуборд дебютировал в качестве олимпийской дисциплины. В программу по сноуборду входит 10 видов соревнований.



# Сноуборд: Хайп-пайп

- Это соревнования в специально вогнутой конструкции, в которой проходят соревнования по ряду видов спорта, с двумя встречными скатами и пространством между ними, позволяющими спортсменам двигаться от одной стены к другой, делая прыжки и выполняя трюки при каждом перемещении.



# Сноуборд: Стоупстайл

- тип соревнований, состоящий из выполнения акробатических прыжков на трамплинах, пирамидах, расположенных на всем протяжении трассы.



# Сноуборд: кросс



- Трасса сноуборд-кросса состоит из разнообразных бугров, препятствий, уклонов и трамплинов. Все участники соревнований проходят отбор в квалификационных заездах на скорость. По их итогам распределяются места в финальных группах (стартовый номер 1 получает спортсмен с лучшим результатом квалификации и т. д.). Финальный групповой заезд определяет медалистов.



# Параллельный слалом

- В соревнованиях по параллельному гигантскому слалому двое спортсменов, стартующих одновременно, проходят параллельные трассы с установленными красными и синими флагами. Побеждает спортсмен. Первым прошедшим трассу, при этом учитывают, чтобы трассы были максимально равнозначны.

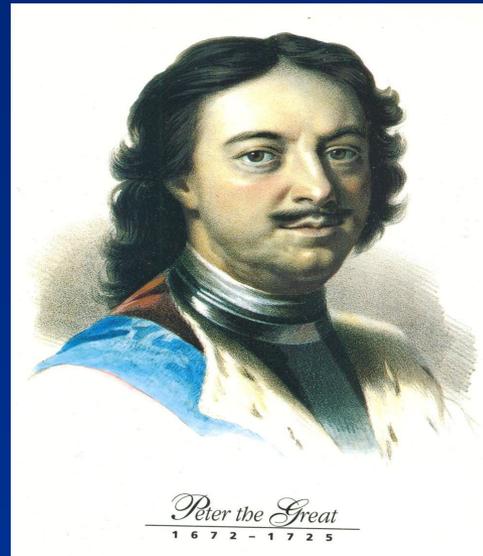


# Фигурное катание



# Из истории фигурного катания

- Фигурное катание на коньках получило развитие благодаря Петру I, который из Европы привез образцы коньков и сам придумал способ крепления - прямо к сапогам.
- После смерти Петра это увлечение забыли на долгие годы.



Катание на коньках при Петре I.



# Фигурное катание на коньках

- Фигурное катание на коньках является старейшей дисциплиной в программе Олимпийских игр. Еще в 1908 году соревнования фигуристов впервые были включены в программу Олимпийских игр в Лондоне. С 1924 года одиночное и парное фигурное катание прочно вошло в программу Олимпийских игр.
- Первым олимпийским чемпионом в фигурном катании стал Николай Панин-Колонкин в 1908 г. – золотая медаль.
- Первые чемпионы в спортивных танцах - 1976 г. - Людмила Пахомова и Александр Горшков.



# Одиночное катание среди мужчин и женщин

- Этот вид соревнований состоит из короткой программы, включающей 7 обязательных элементов и произвольной программы: прыжки, вращения, шаги.



# Соревнования среди спортивных пар

- Спортивные пары сначала выполняют короткую программу (7 обязательных элементов), а затем произвольную. Среди элементов: подкрутки, поддержки, выбросы, тодесы и другие. Один из главных критериев оценки является унисонное исполнение движений.



# Танцы на льду



- Танцы на льду единственный вид программы, где разрешено использовать музыку с вокалом, при этом танцоры должны точно придерживаться музыкального ритма и ярко выражать характер музыки. Длительность танца составляет примерно
- 2минуты 50 секунд.

# Командные соревнования

- Это состязания лучших национальных команд. Представители одиночного и парного катания представляют короткую и произвольную программы. В каждой команде может быть по одной спортивной и танцевальной паре и в одиночном катании по одному мужчине и одной женщине.



# Фристайл



# Фристайл: Могул



- Вид фристайла: спуск по бугристому склону в сочетании с прыжками с трамплинов. Принимают участие мужчины и женщины. В программе Олимпийских игр с 1992 г.



# Фристайл: акробатика

- В программу Олимпийских игр акробатика введена в 1994 г. Включает в себя спуск по трассе с трамплинов с выполнением акробатических номеров.



# Фристайл: Ски-кросс



- В Олимпийских играх с 2010 г.
- Гонка по специальной горнолыжной трассе, включающей в себя препятствия, трамплины, волны, виражи. На первом этапе спортсмены проходят трассу длиной около 1000 метров по одному. Затем лучшие разбиваются на четверки и соревнуются между собой. Двое участников, пришедших первыми продолжают соревнование, остальные выбывают. Побеждает тот, кто приходит первым.



# Фристайл: Ски-хафпайп

- Спортсмены выступают на склоне, представляющем собою полутрубу на лыжах для фристайла, выполняя различные трюки-сальто, захваты, пируэты, перевороты. Введен в программу игр в 2011 г.



# Фристайл: Стоупстайл

- Выполнение серии акробатических прыжков на трамплинах, пирамидах, контруклонах, расположенных последовательно на всем протяжении трассы. Новый вид фристайла, включенного в соревнования в 2014 году.



# Хоккей на льду



- Хоккей на льду в Америку привезли англичане.
- Первыми играть начали солдаты, расквартированные в канадской провинции Новая Шотландия. В 1879 студенты монреальского университета придумали правила и организовали соревнования.
- Первый Международный турнир состоялся в 1920 году. Женский хоккей появился в 1998 г.

# Шорт-трек

- Шорт-трек- вид скоростного бега на коньках по овальной дорожке длиной 111.12 метров, которую надо преодолеть максимально быстро. Спортсмены соревнуются «на выбывание». Время не является решающим фактором, победителем считается пришедший первым. Соревнования бывают индивидуальные и командная эстафета.

