

МАДОУ города Нижневартовск ДС № 29 «Ёлочка»

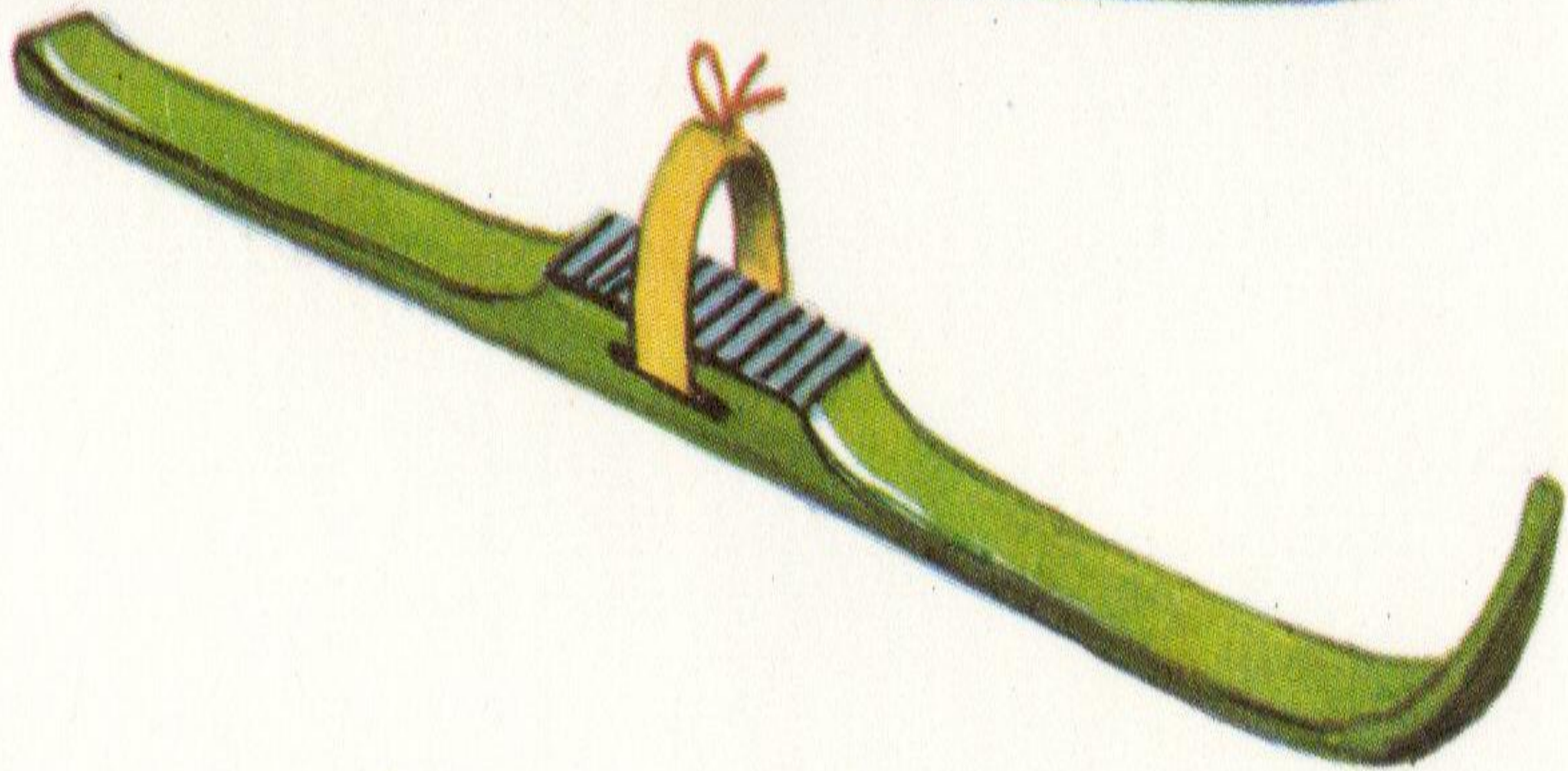
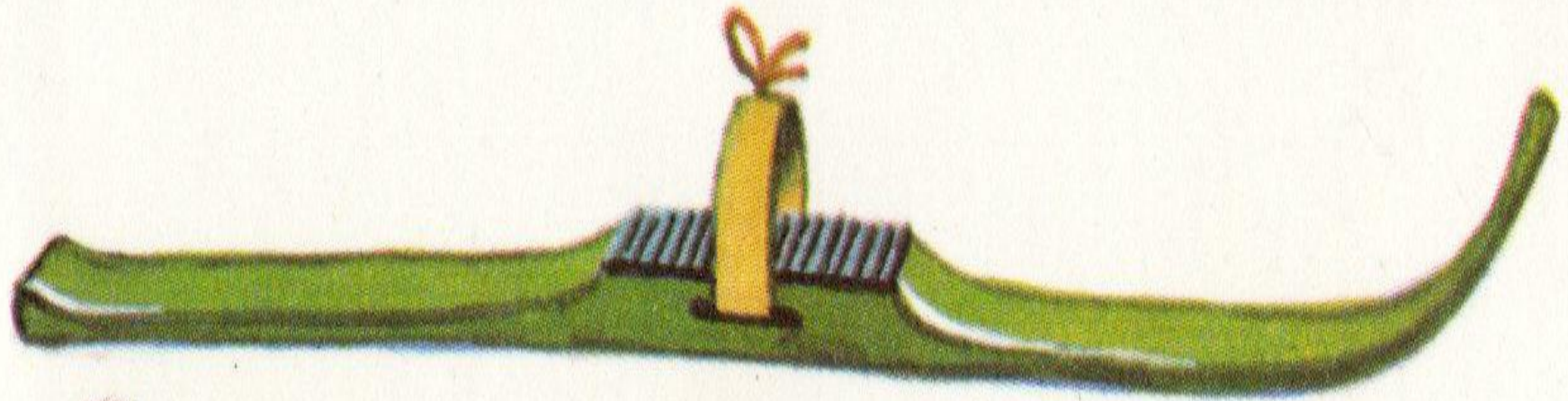
Тема беседы: История создания лыж и развития лыжного спорта

Составила инструктор
по физической культуре: Сергеева М.А.

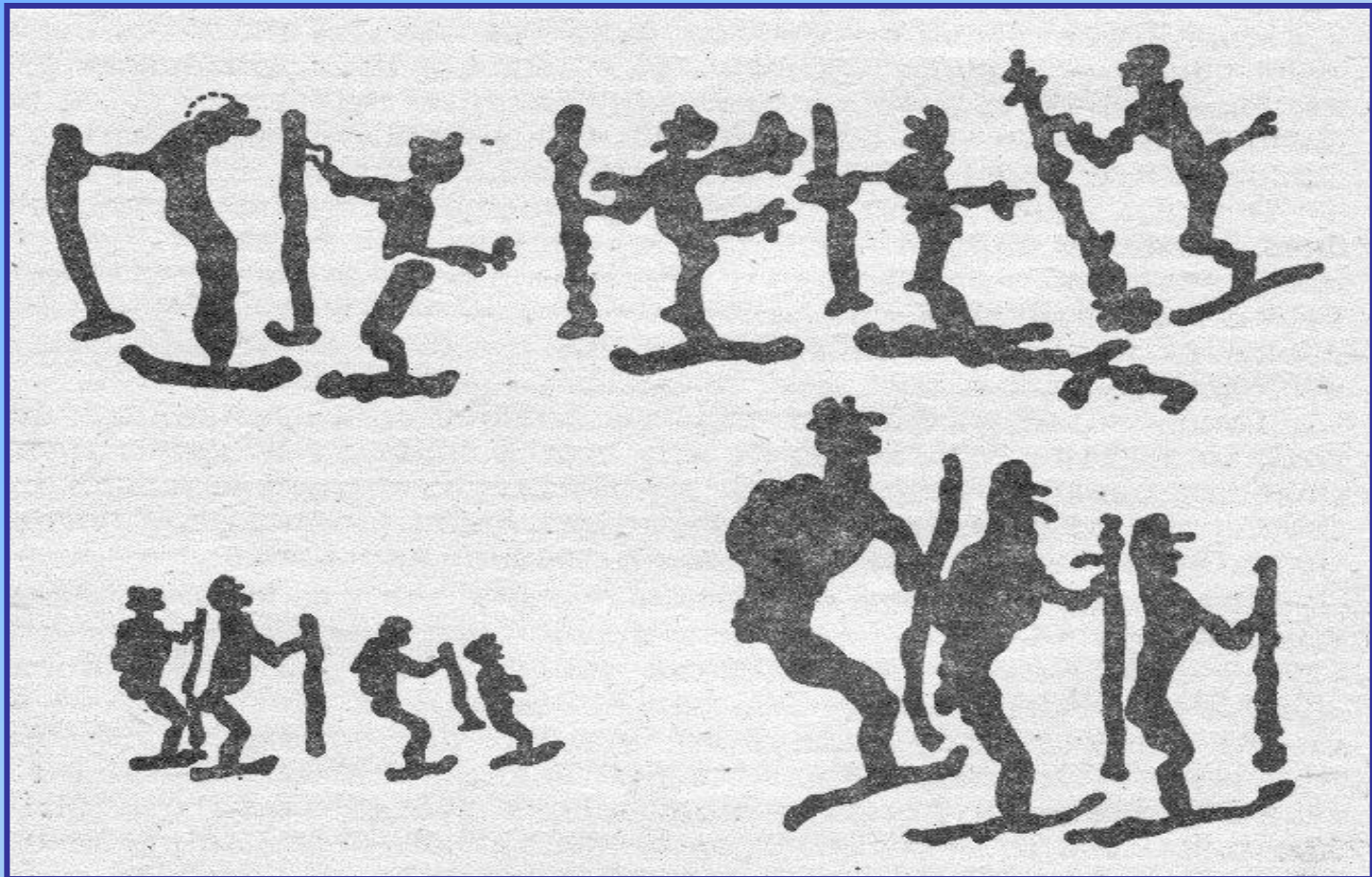
A large group of people is skiing on a snowy slope. The skiers are wearing various winter clothing, including jackets, hats, and gloves. They are in various stages of descent, with some leaning forward and others more upright. The background shows a dense line of trees under a bright sky.

«История создания лыж и развития лыжного спорта»

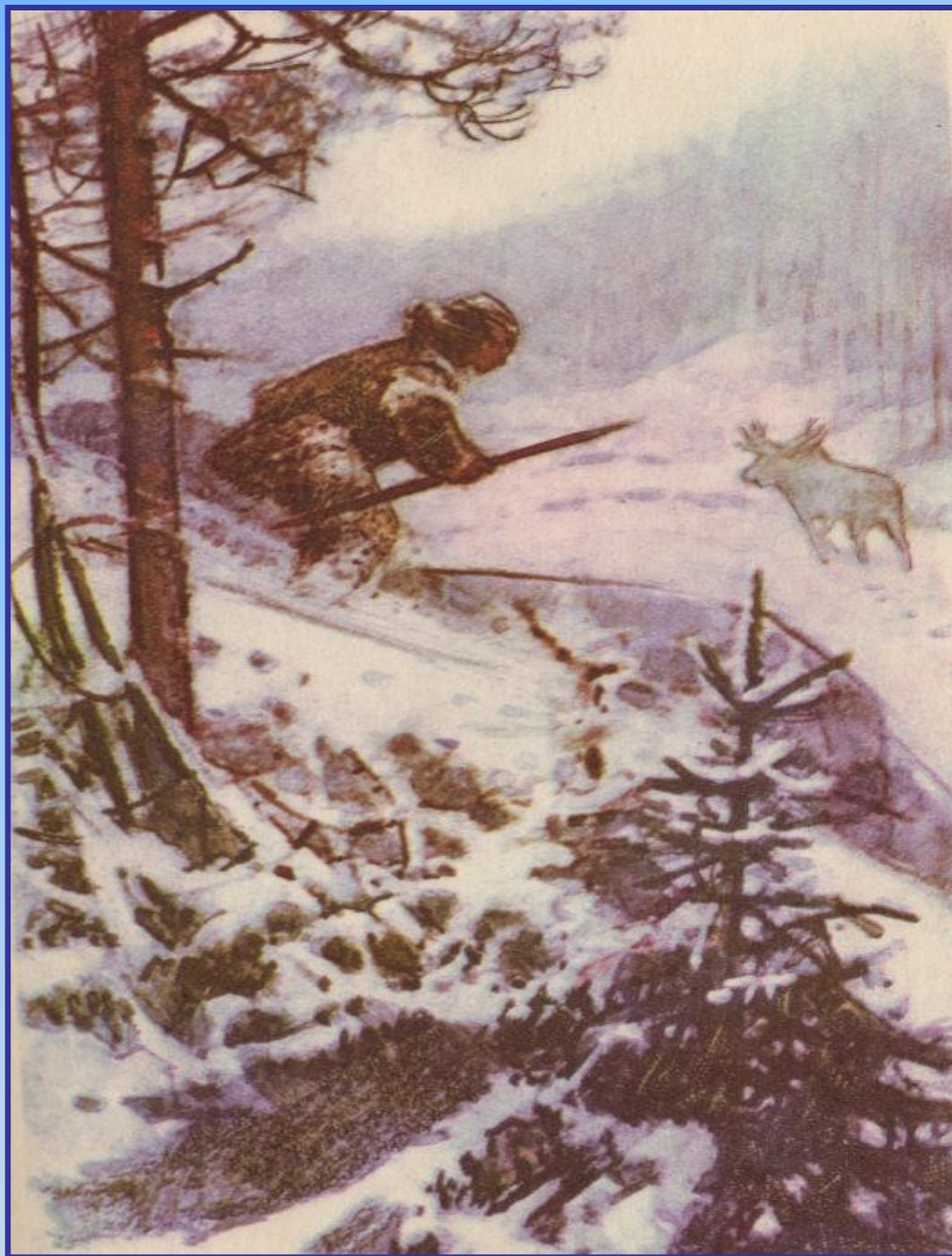
Занятие – беседа с детьми



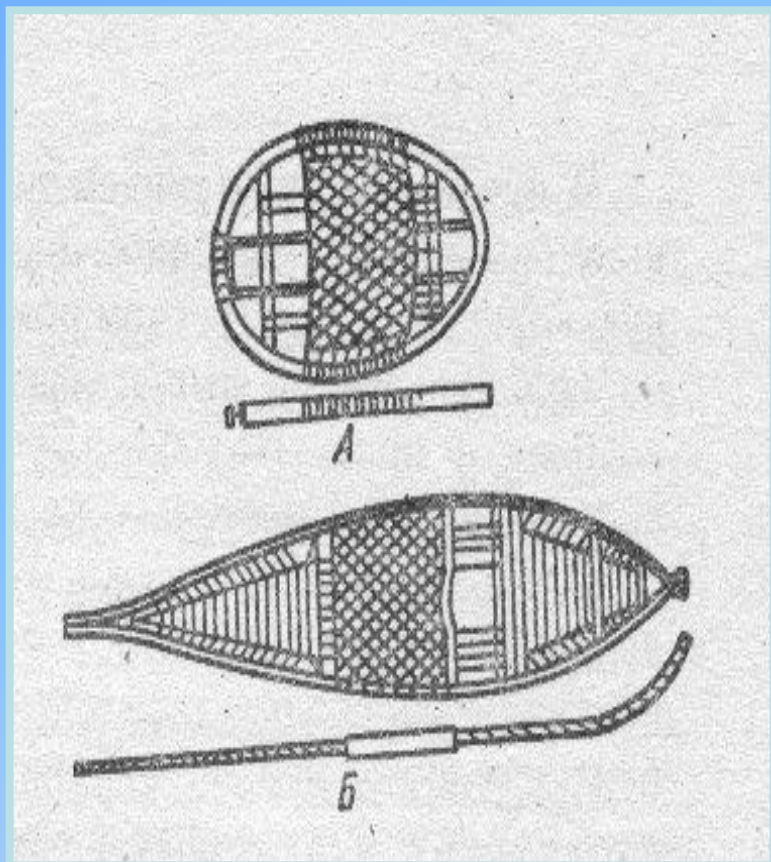
Лыжи человек придумал очень давно. У берегов Белого моря встречаются выбитые на скалах изображения лыж, а на Скандинавском полуострове найдены лыжи, которым 2- 4 тысячи лет.



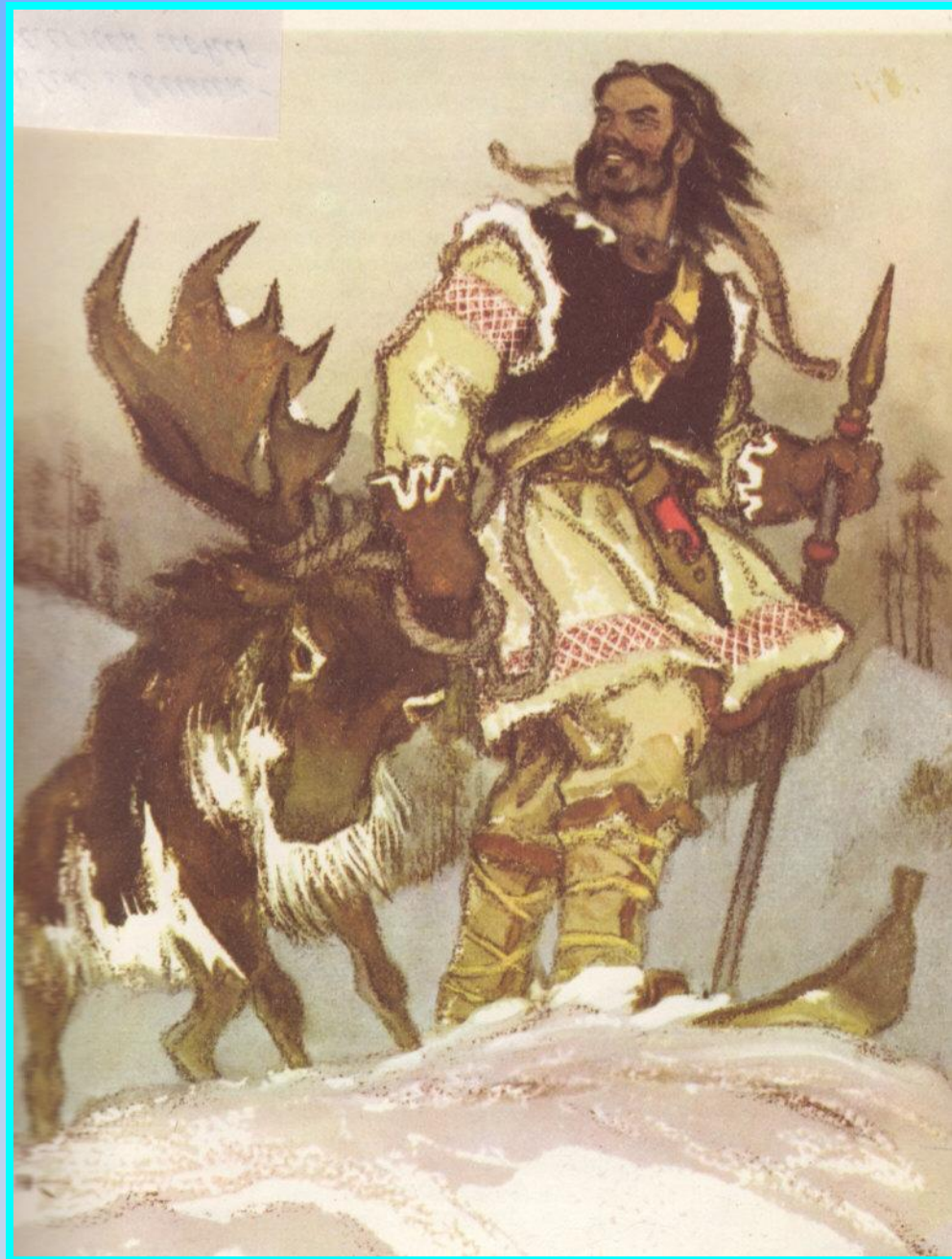
На охоте, передвигаясь по глубокому снегу, древний человек случайно наступил на ветку, кору или кусок дерева и почувствовал, что ему удобно стоять на снегу, он больше не проваливается. Это натолкнуло его на мысль привязать деревянные палки к ногам, чтобы было удобнее охотиться.



Еще древний человек придумал обтягивать деревянные обрубки шкурой зверей, чтобы лучше скользить. Такие лыжи можно увидеть в музеях лыжного спорта. Долгое время ступающие лыжи и скользящие применялись одновременно. Посмотрите, вот такие ступающие лыжи были у древних людей



Появление лыж было обусловлено потребностью человека добывать на охоте пищу зимой и передвигаться по местности, занесенной снегом. Например, царь Иван III при завоевании Югорской земли (Западная Сибирь) послал специальную лыжную рать, которая успешно воевала в суровых условиях Сибири.





Наши предки пользовались лыжами на войне и в быту.

Лыжи популярны и в настоящее время. Для лыж зимой везде дорога; они необходимы охотникам, лесникам, сельским почтальонам, пограничникам. Без лыж не обходится ни одна исследовательская экспедиция. Люди разных возрастов и разных профессий, совершают прогулки и походы на лыжах. На лыжах ходят не только дети и взрослые, они имеются у самолетов, вертолетов, саней.



Но до чего же здорово мчаться на лыжах просто так по лыжне, проложенной в сказочном зимнем лесу!



Лыжным спортом занимаются самые сильные, самые выносливые и самые быстрые люди, их называют спортсменами - лыжниками. Спортсмены выступают в различных соревнованиях на лыжах, например в Олимпийских играх, где соревнуются люди из разных стран. И только сильнейший получает медаль из золота и становится олимпийским чемпионом.

Среди лыжников остается непревзойденным достижение норвежского гонщика Бьерна Дэли (восемь золотых медалей, в 1999 году он был удостоен звания «Лучший лыжник 20 века»).





**По пять золотых
медалей получили
Любовь Егорова и
Лариса Лазутина.**

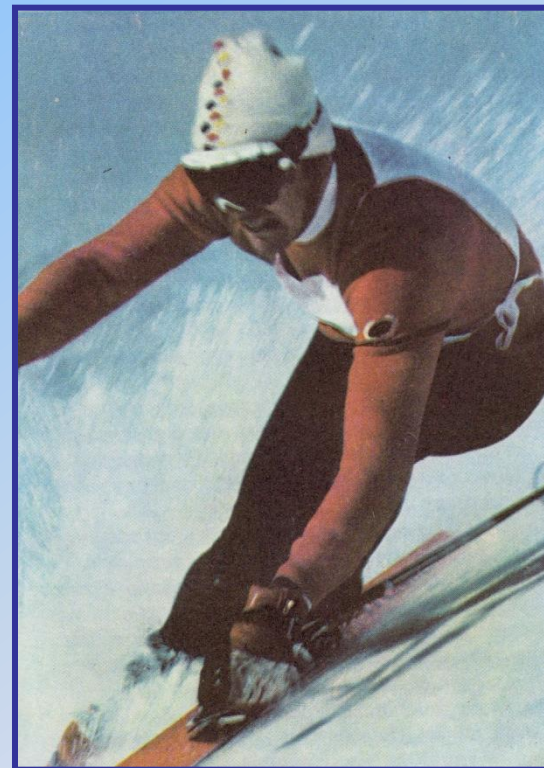
Лыжный спорт включает несколько видов: лыжные гонки, горнолыжный спорт, биатлон (стрельба и гонка), прыжки с трамплина, лыжное двоеборье (прыжки с трамплина и гонка), фристайл.



Лыжная гонка



Прыжки с трамплина



Горнолыжный спорт

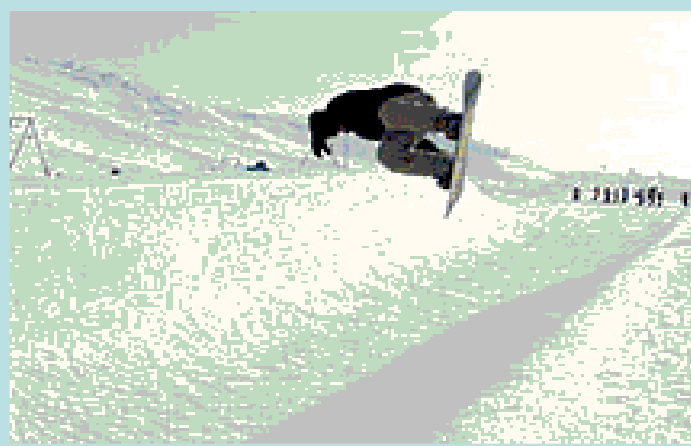
Скорость спортсмена при спуске с крутого склона вполне сравнима со скоростью мощного автомобиля. Поэтому горнолыжники должны обладать крепкими ногами, молниеносной реакцией и повышенным чувством баланса.



Фристайл



Горнолыжный спорт



В последнее время большую популярность приобрел **сноуборд** — широкая монолыжа, к которой крепятся обе ноги человека. Начиная с 2002 года этот вид спорта стал олимпийским. Соревнования по сноуборду проходят в двух дисциплинах — **параллельном слаломе** (одновременный спуск с горы сразу нескольких спортсменов) и **хафпайпе** (это такой специальный снежный желоб, похожий на разрезанную пополам трубу, где спортсмены показывают свое акробатическое мастерство). Сноуборд особенно популярен у молодежи. Среди основных лидеров в этом виде спорта — представители США, Австрии, Франции, Канады.