



ВИДЫ СПОРТА



Лубневская Н.А.
учитель физической
культуры



ГИМНАСТИКА



Гимнастика — это разнообразные физические упражнения.

Виды гимнастики:

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





ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

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

Легкая атлетика - один из самых популярных видов спорта.

Соревнования по этим видам проводятся с глубокой древности.

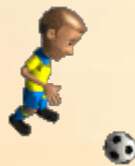
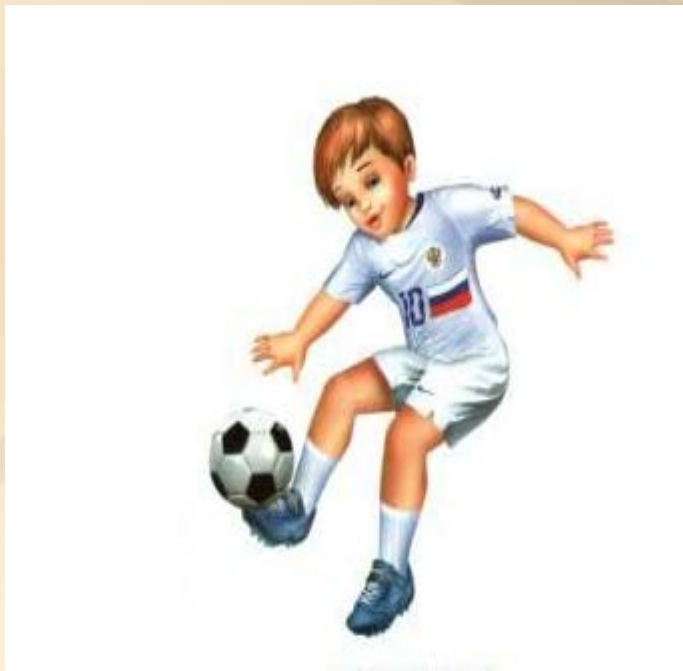




ФУТБОЛ



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.

Волейбол – один из самых популярных в мире видов спорта.

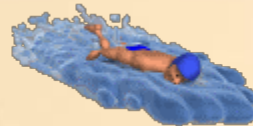




ПЛАВАНИЕ

Виды плавания

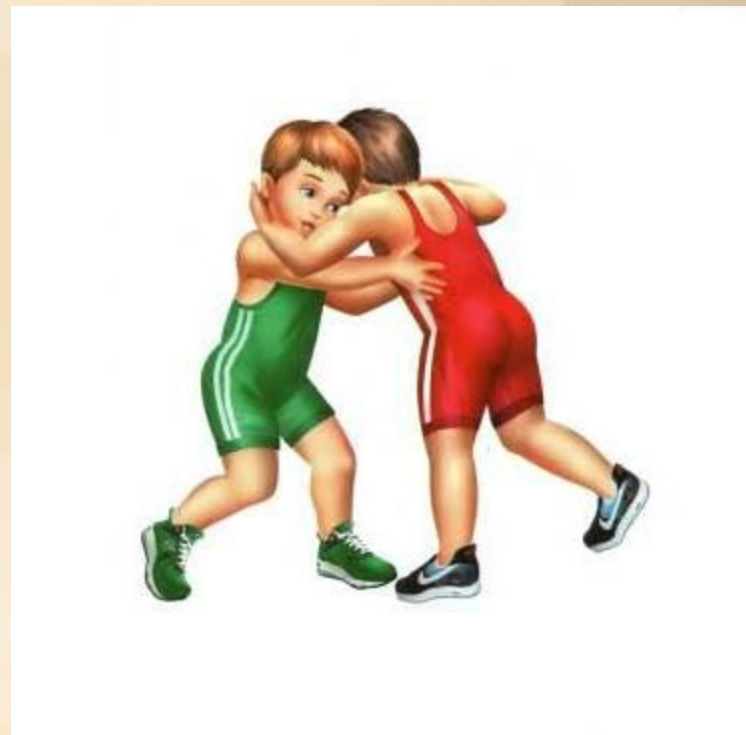
1. Спортивное плавание - соревнования на дистанции от 100 до 1500 м. Прикладное плавание - ныряние в длину и в глубину, спасение тонущего, преодоление водных преград.
2. Синхронное плавание - акробатические упражнения в воде (частично на суше), выполняемые под музыку; подразделяется на одиночное, парное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





БОРЬБА

БОРЬБА, один из древнейших видов спорта, единоборство двух атлетов по определенным правилам с помощью специальных технических приемов.



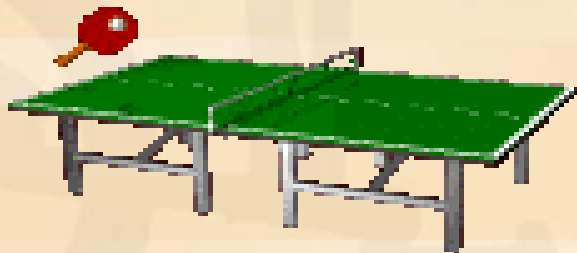


ТЕННИС



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

Настольный теннис - спортивная игра ракетками через игровой стол с сеткой по определённым правилам.





ВЕЛОСПОРТ



В мире существует несколько разновидностей велоспорта.

велоспорт-шоссе- гонки по асфальту на шоссейных велосипедах;
велокросс - гонки по пересеченной местности;
триал -преодоление естественных и искусственных препятствий;
горный велосипед - на специальных горных велосипедах.





Бокс

Бокс — контактный вид спорта, единоборство, в котором спортсмены наносят друг другу удары кулаками в специальных перчатках.

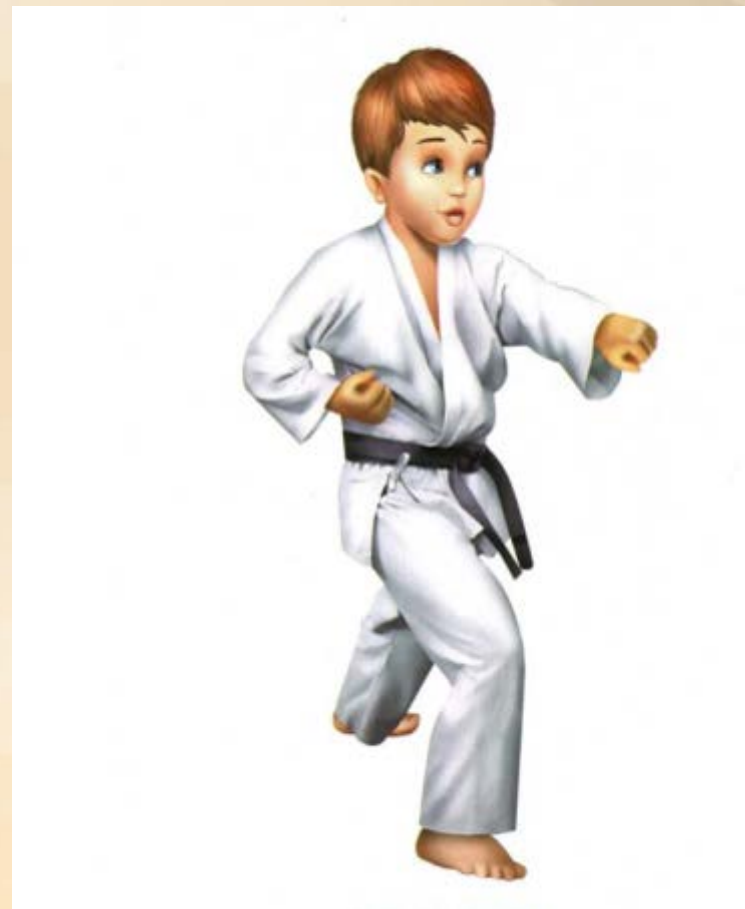




КАРАТЕ

Карате (яп. каратэ-до:
«путь пустой руки») —
японское боевое искусство.

Направления карате:
спортивное;
прикладное;
традиционное.





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).



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.





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.



**В программу современных
Олимпийских игр входят 28
летних и 7 зимних видов
спорта.**

