

Лыжные гонки: краткая история, соревнования, инвентарь и подготовка лыж

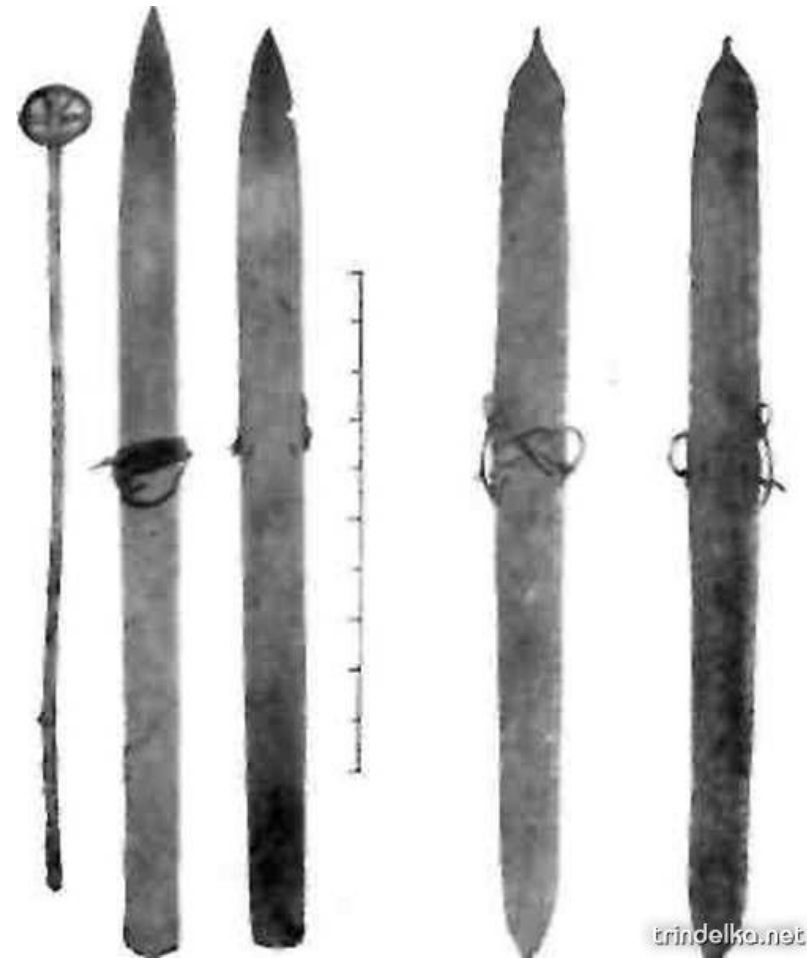


Игнатов Сергей Николаевич,
технический делегат FIS

Часть 1.

КРАТКАЯ ИСТОРИЯ

- Лыжи известны с глубокой древности, норвежцы утверждают, что лыжи придумали их предки-викинги, однако возраст найденного в нашей стране у берегов Северного ледовитого океана наскального рисунка первобытного лыжника археологи определяют в 12 тыс. лет, поэтому **Россия**, несомненно, **является родиной лыж.**

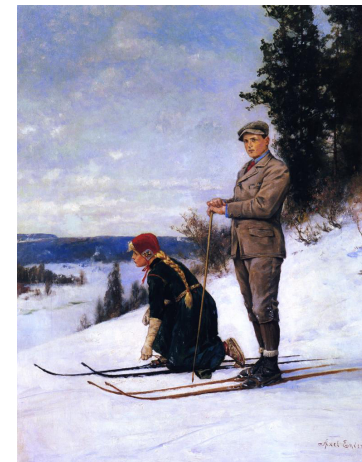


Появление лыжного спорта в России



- День открытия Московского клуба любителей лыж (29 декабря по новому стилю) 1895 года считается днем рождения лыжного спорта в нашей стране.

Начало XX века



Картина Кустодиева «Лыжники»



Период гражданской войны





Не тратьтесь без толку
На рождественскую елку,—

Коньки и лыжи
Куда нам ближе.

В.И.Ленин и Н.К.Крупская на лыжной прогулке



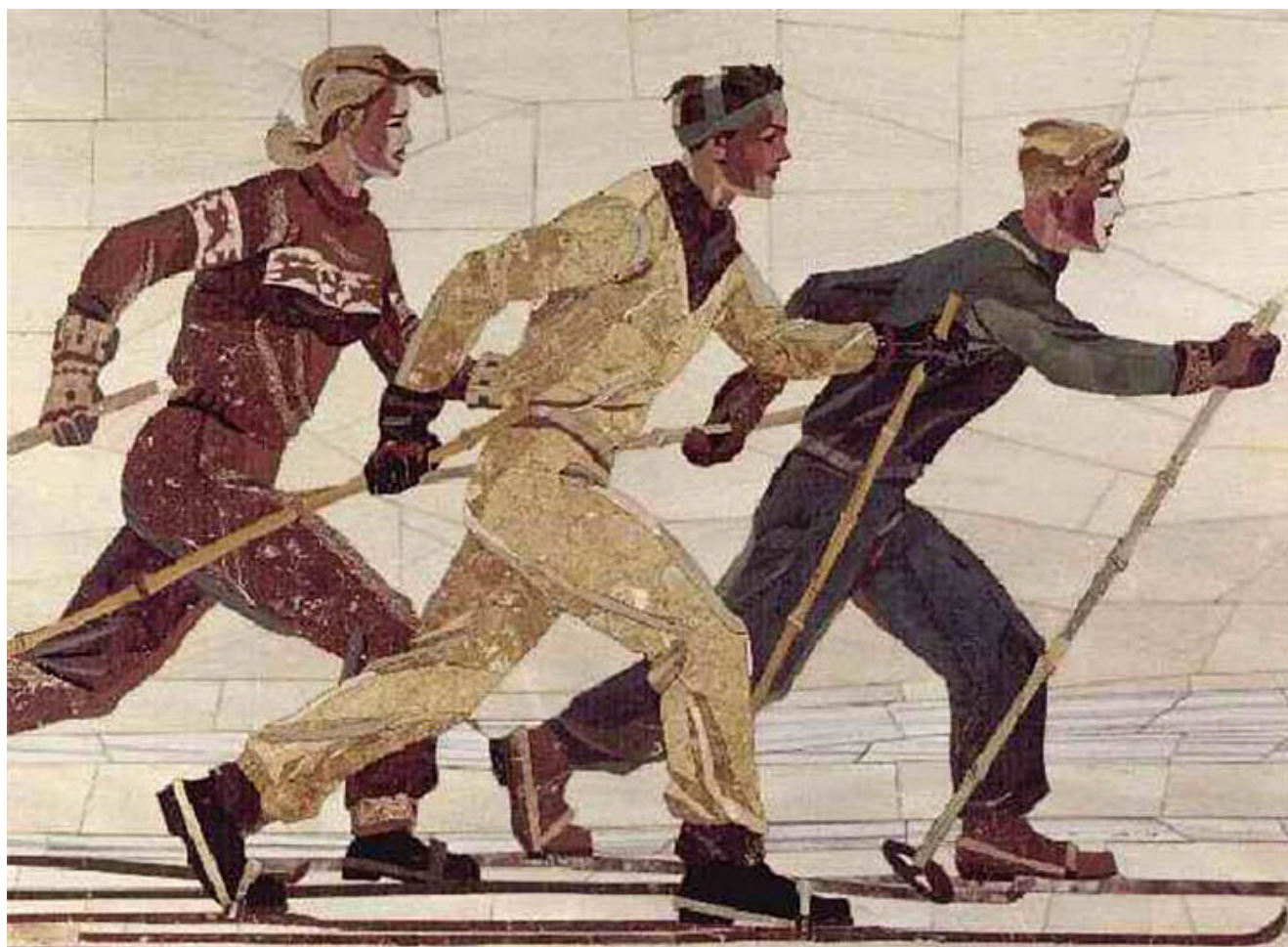
30-е годы XX века



На лыжах по Красной площади



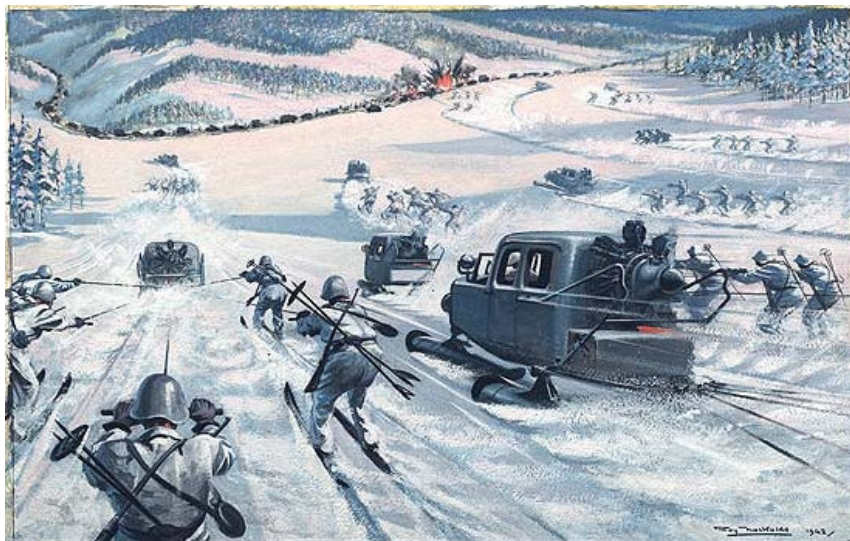
Картина А.Дейнеки «Лыжники»



Кто изображён на картине Бродского?



Великая Отечественная война





502. Немухин А.
Все на лыжи! Овладевайте лыжной техникой... 1942

Послевоенные годы



На Большом газоне МГУ



Любители лыж в СССР



Художники рисуют лыжников



Встреча на лыжной прогулке



Геннадий Богомолов

Московская лыжня-2015

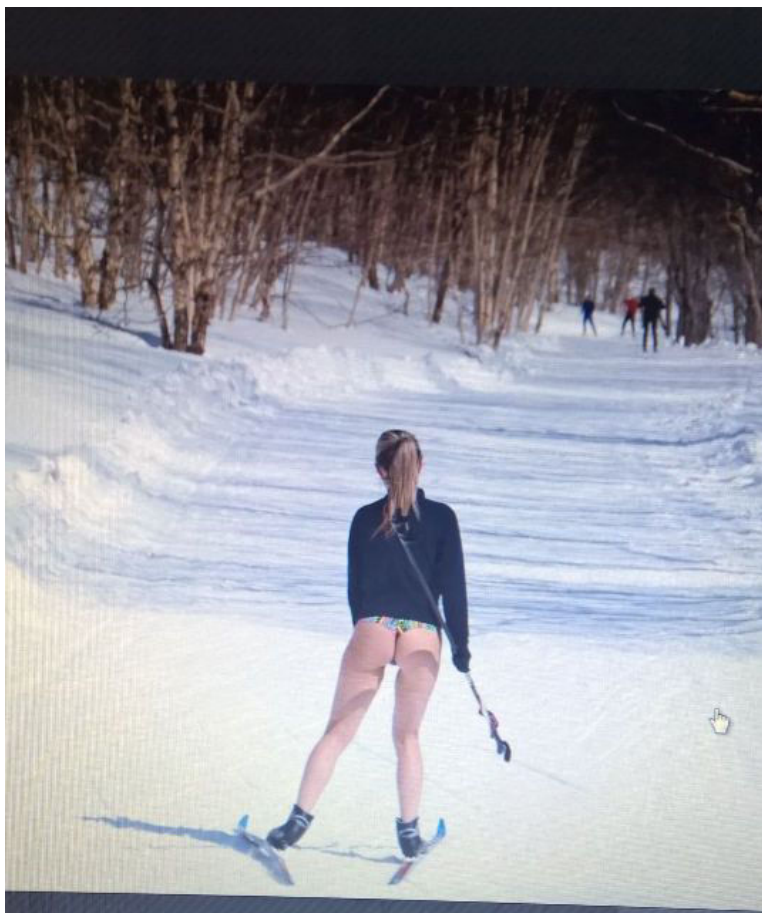


На трассах Сочи



Лыжницы Дальнего Востока

- Сахалин



- Камчатка



Часть 2

ЛЫЖНЫЙ СПОРТ

- Вы знаете, какой спорт является спортом № 1 в России ?

Футбол-все в нём разбираются,



...НО НИКТО НЕ ИГРАЕТ,



И ЛЫЖИ-ВСЕ НА НИХ КАТАЮТСЯ,



...НО МАЛО КТО В НИХ ПОНИМАЕТ



Чтобы лучше разобраться в лыжах продолжим нашу презентацию: -ЭТО СОРЕВНОВАНИЯ....



...массовые лыжные марафоны Марчелонга, китайская Васа-Лоппет



Биркебейнер-Реннет в Норвегии

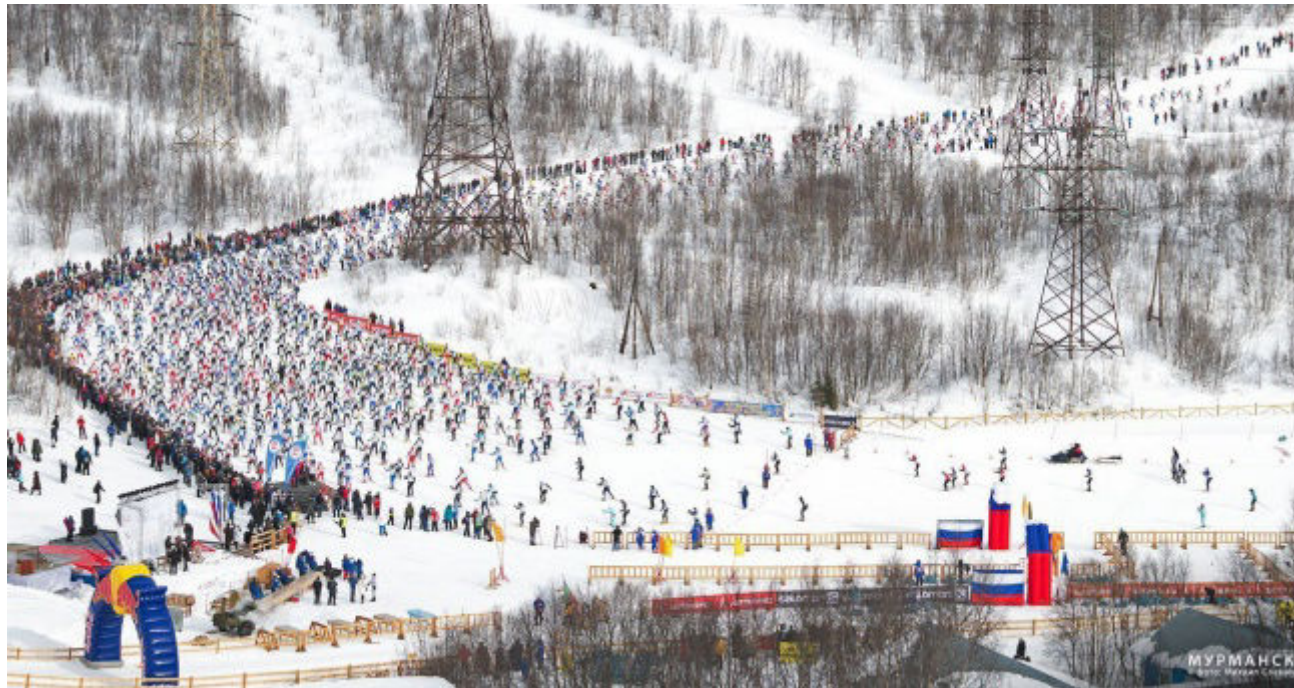


Энгадин-марафон в Швейцарии





Праздник Севера в г.Мурманске



...ЗНАМЕНИТЫЕ СОВЕТСКИЕ ЛЫЖНИКИ

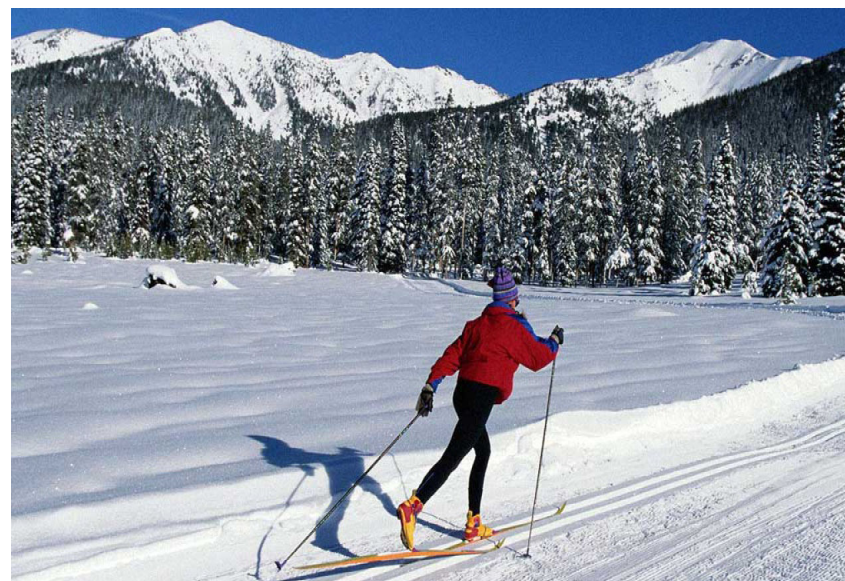




...ВИДЫ ЛЫЖНЫХ ХОДОВ

КОНЬКОВЫЙ

классический



Классический ход одновременный попеременный



Double poling (Дабл палкинг)



Коньковый (свободный) ход



Экипировка и инвентарь

- Сегодня



- 50 лет назад



Виды лыж: охотничьи, прогулочные и гоночные

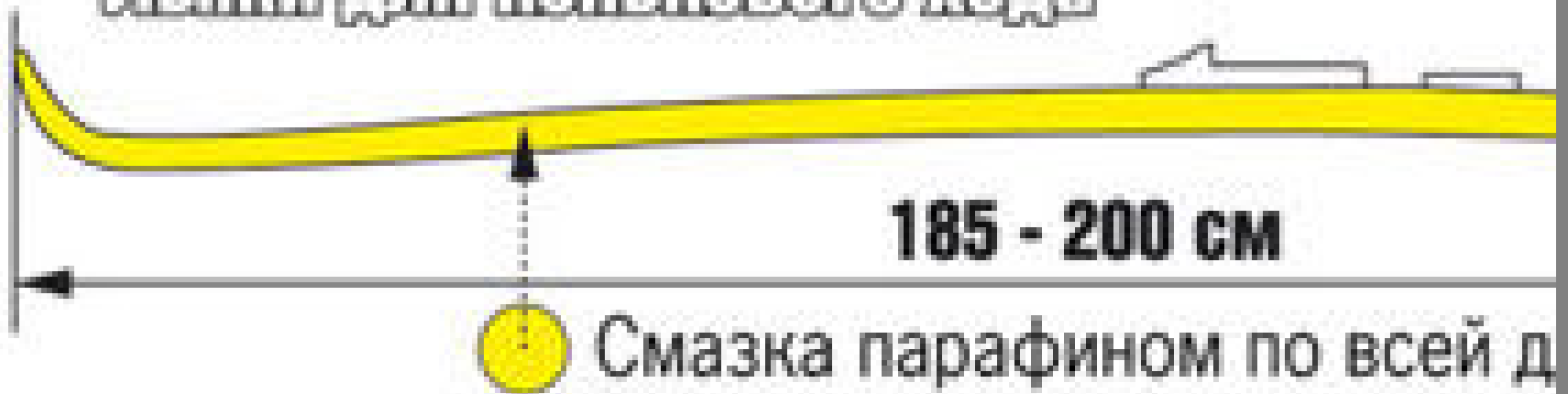


Современный гоночный инвентарь



Смазка лыж

Лыжи для конькового хода



Лыжи для классического стиля



Виды смазки

- Скольжение



- Держание



Сложная наука - правильные тренировки,





...овладение техникой лыжных ходов,





... ВЫСТУПЛЕНИЕ В соревнованиях,





...профессиональная подготовка лыж.



Чтобы освоить лыжную науку надо много думать :

- Знаменитый учёный Архимед имел двух кошек - большую и маленькую. Они всё время мешали ему размышлять и заниматься наукой, требуя то открыть, то закрыть им дверь на улицу.
- Наконец, Архимеду это надоело, и он проделал в нижней части двери две дыры -большую и маленькую.
- На следующий день к нему пришёл сосед, которому учёный объяснил, для чего они предназначены .
- Сосед немного подумал и сказал: «Одной дырки было бы вполне достаточно, ведь маленькая кошка может входить и выходить через большую»
- А умный Архимед ответил: **« Я об этом как то не подумал....»**

Думайте, катайтесь на лыжах,
занимайтесь спортом.
До встречи на лыжне !

