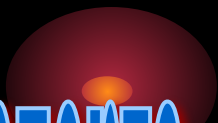


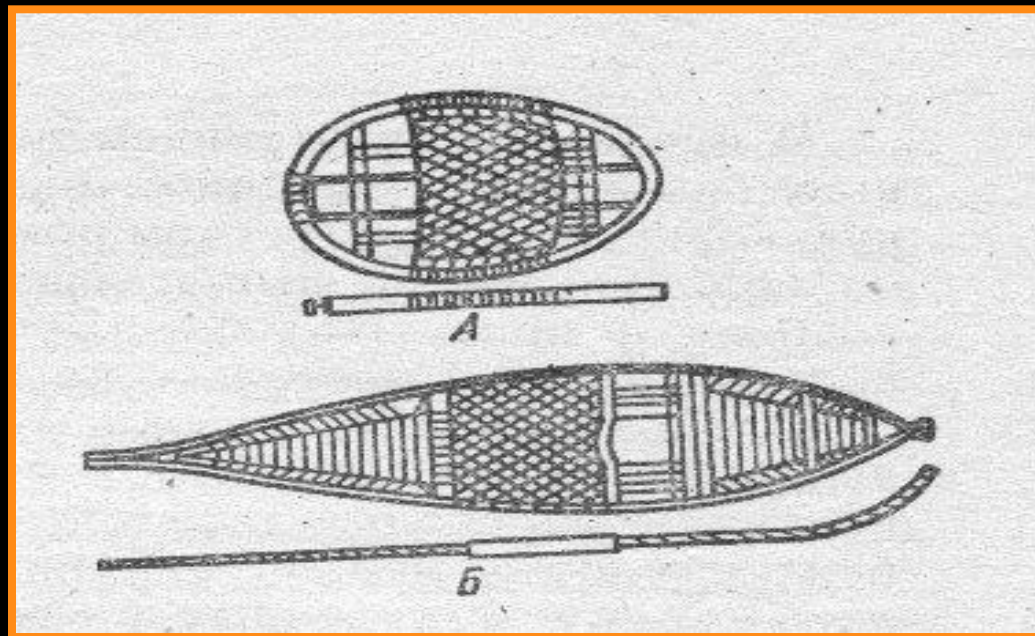
# История создания лыж и развития лыжного спорта



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.

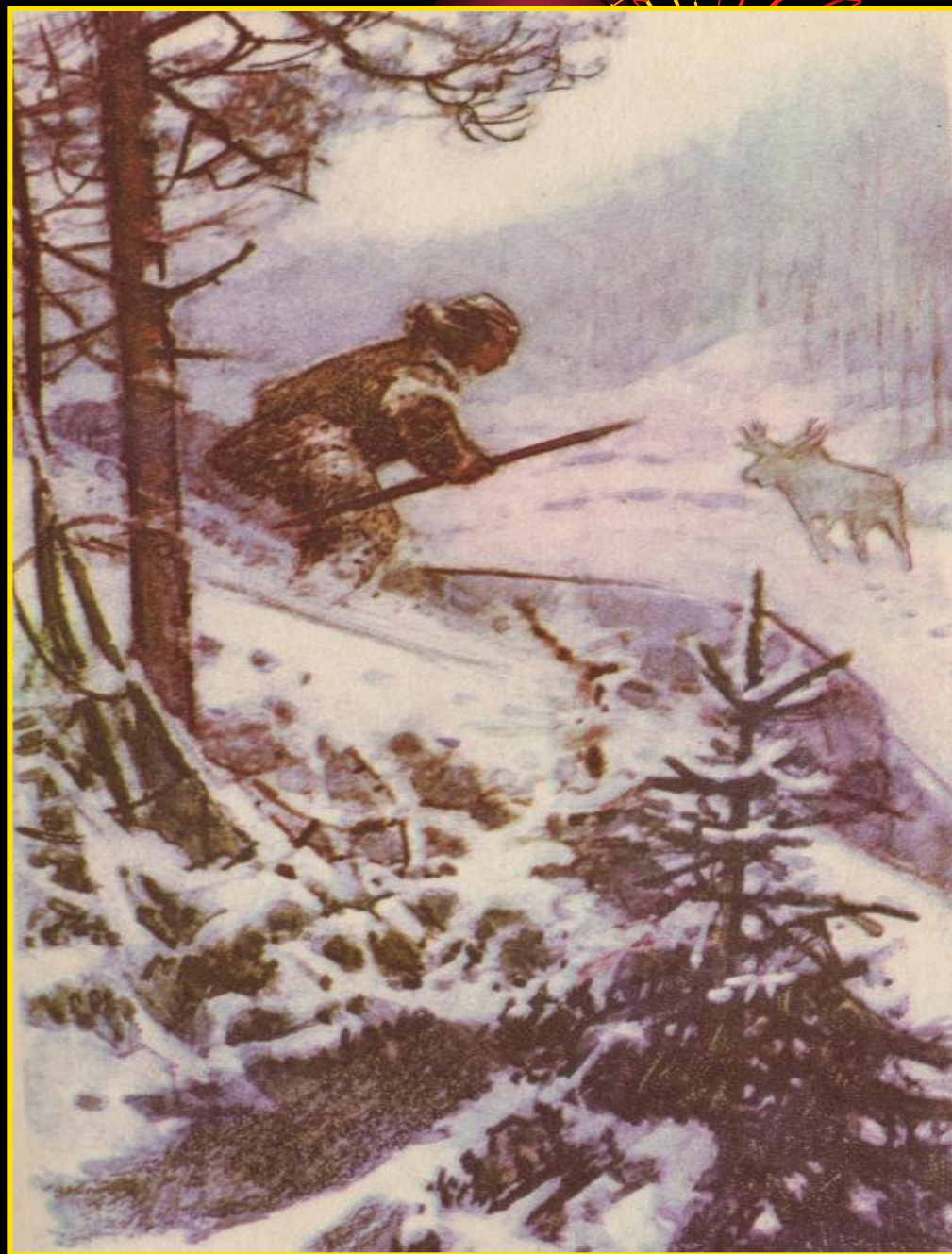


Еще древний человек придумал **обтягивать** деревянные обрубки шкурой зверей, чтобы лучше скользить. Такие лыжи можно увидеть в музеях лыжного спорта. Долгое время ступающие лыжи и скользящие применялись одновременно. Посмотрите, вот такие ступающие лыжи были у древних людей

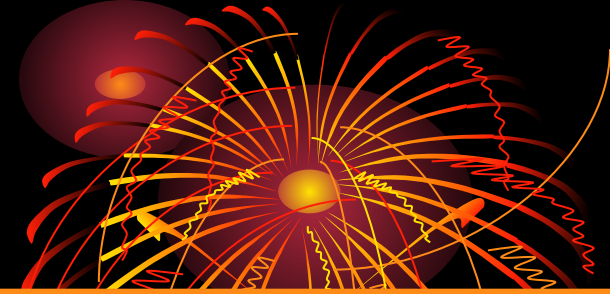




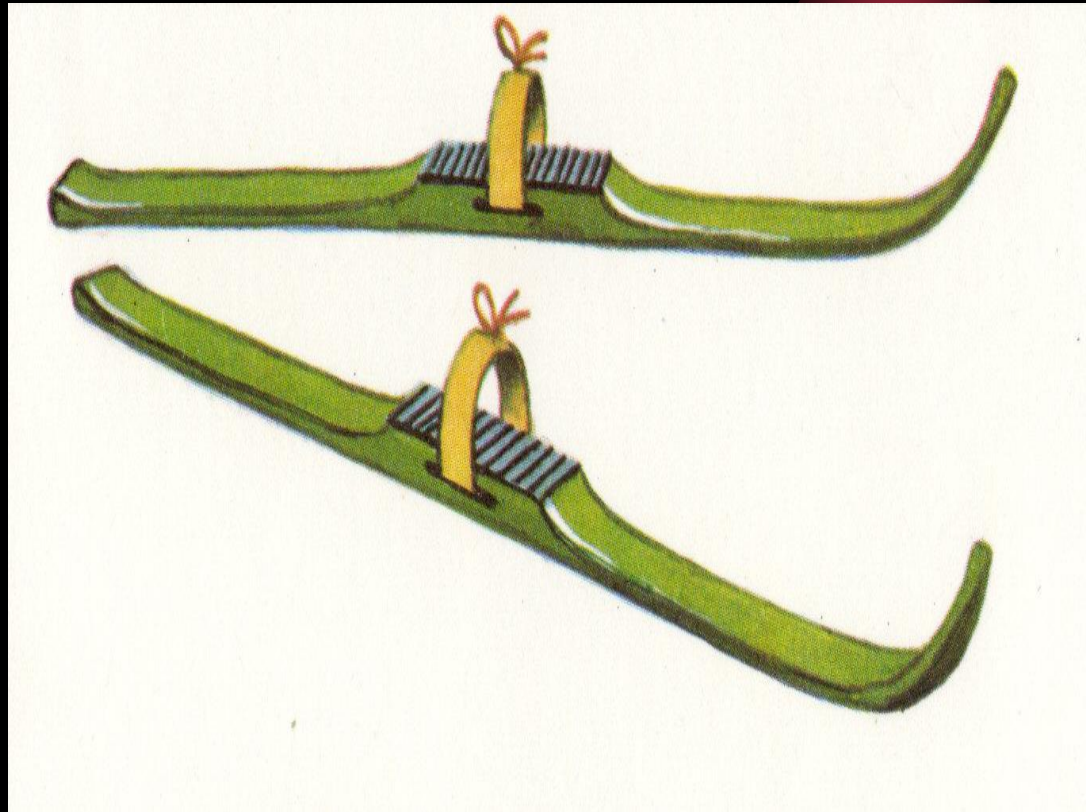
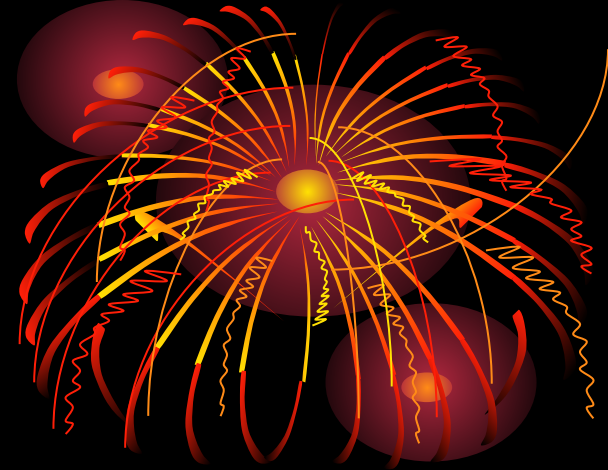
**На охоте,  
передвигаясь по  
глубокому снегу,  
древний человек  
случайно наступил  
на ветку, кору или  
кусок дерева и  
почувствовал, что  
ему удобно стоять  
на снегу, он больше  
не проваливается.**



**Это натолкнуло его на  
мысль привязать  
деревянные палки к  
ногам, чтобы было  
удобнее охотиться.**



**Появление лыж  
было  
обусловлено  
потребностью  
человека добы-  
вать на охоте  
пищу зимой и  
передвигаться по  
местности,  
занесенной  
снегом.**





**Например, царь Иван III**

**при завоевании**

**Югорской земли**

**(Западная Сибирь)**

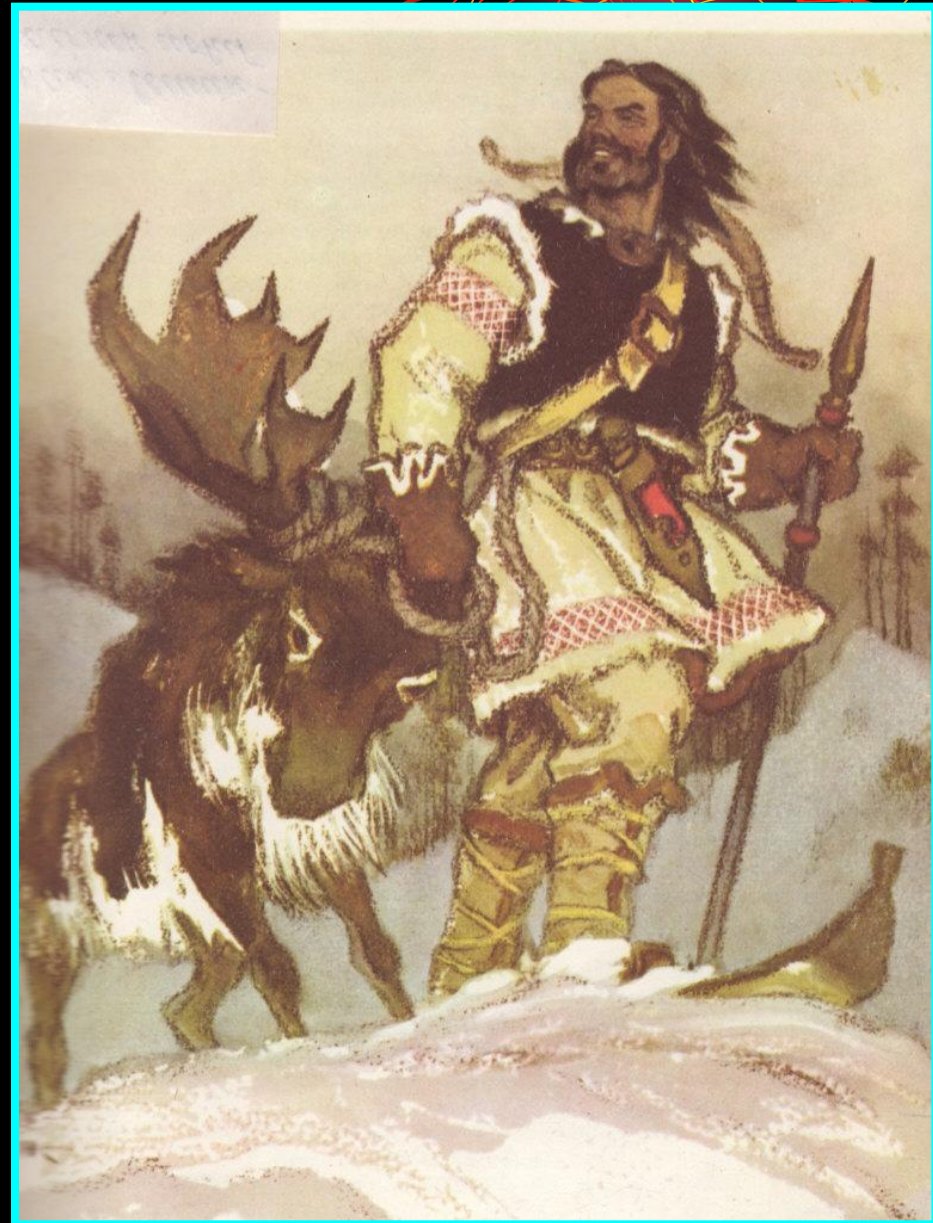
**послал специальную**

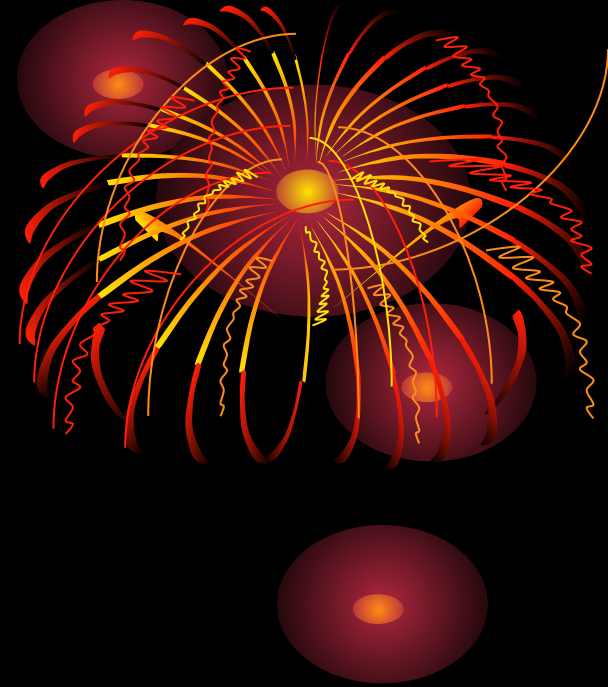
**лыжную рать, которая**

**успешно воевала в**

**суровых условиях**

**Сибири.**



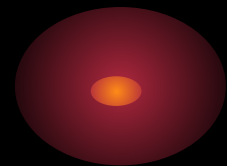
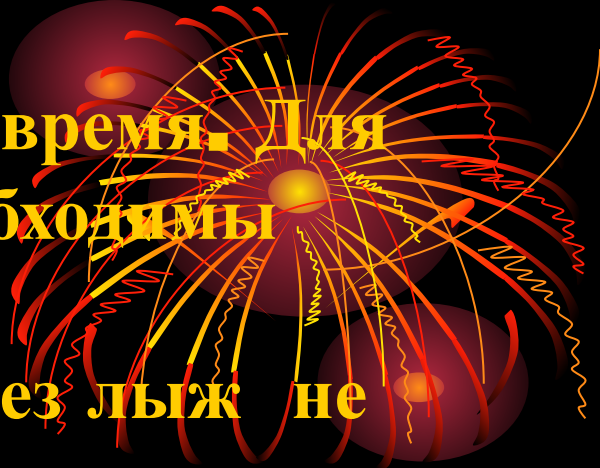


**Наши предки  
пользовались  
лыжами на войне и  
в быту.**





**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.**

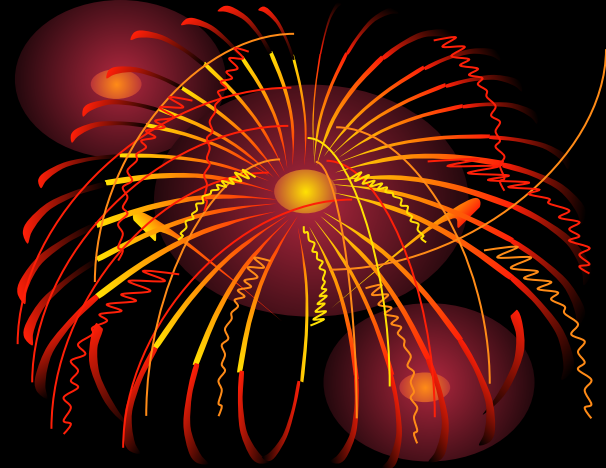


**Люди разных возрастов и разных профессий, совершают прогулки и походы на лыжах. На лыжах ходят не только дети и взрослые, они имеются у самолетов, вертолетов, саней.**



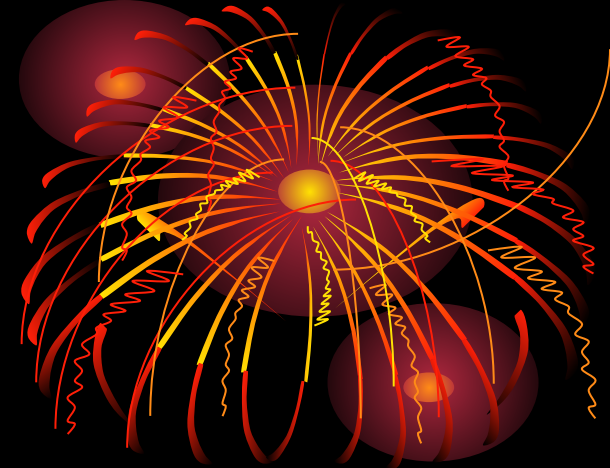


**Но до чего же  
здорово мчаться  
на лыжах просто  
так по лыжне,  
проложенной в  
сказочном зимнем  
лесу!**





**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.**





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



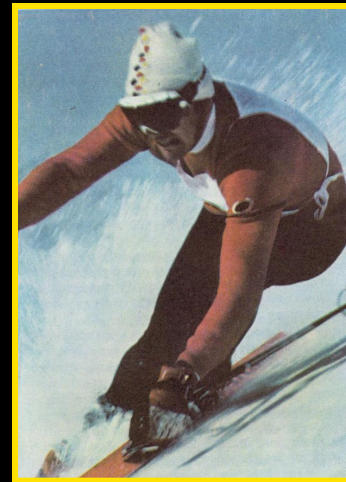
**Лыжный спорт включает несколько видов:  
лыжные гонки, горнолыжный спорт, биатлон  
(стрельба и гонка), прыжки с трамплина,  
лыжное двоеборье (прыжки с трамплина и  
гонка), фристайл.**



**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.**

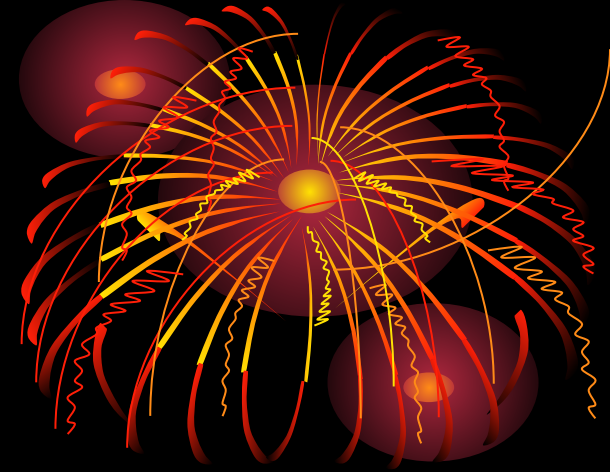


**Фристайл**

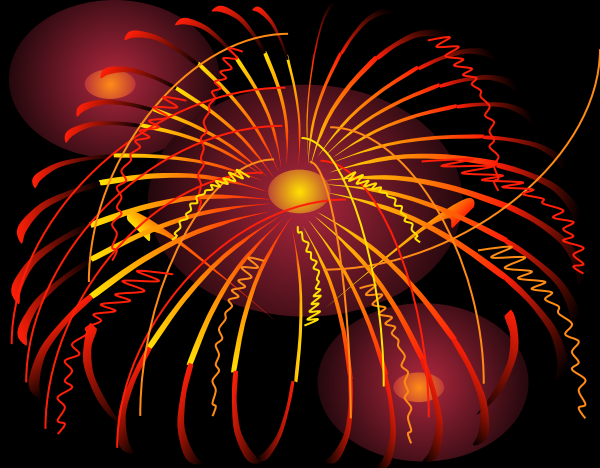


**Горнолыжный спорт**

В последнее время большую популярность приобрел сноуборд — широкая монолыжа, к которой крепятся обе ноги человека. Начиная с **2002** года этот вид спорта стал олимпийским.

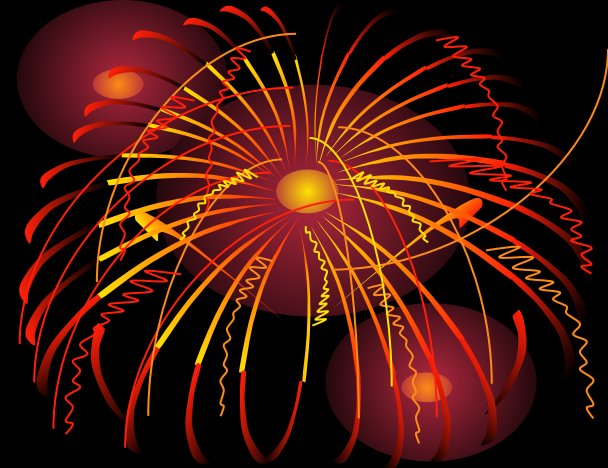


**В параллельном слаломе**  
(одновременный спуск с горы сразу  
нескольких спортсменов) и  
**хафпайпе** (это такой специальный  
снежный желоб





сноуборду проходят в двух дисциплинах, 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.

