**Классный час по теме: «Зимние олимпийские виды спорта».**

Задачи:

1. Дать представление о зимних олимпийских видах спорта;
2. Развивать интерес к различным видам спорта, желание заниматься физкультурой;
3. Воспитывать чувство гордости за Россию.
4. Зимние олимпийские игры – это игры организованные Международным олимпийским комитетом и проводящиеся в странах с прохладным климатом, так как для проведения зимних соревнований необходимы снег и лёд. Первым зимним олимпийским видом спорта было соревнование по катанию на коньках. Программа современных зимних олимпийских игр включает в себя соревнования по биатлону, бобслею, конькобежному спорту, кёрлингу, лыжному спорту, санному спорту, хоккею с шайбой, фигурному катанию. Вам, наверное, хорошо известны такие перечисленные виды спорта, как фигурное катание и хоккей, а вот о других видах вы возможно слышите впервые. Сегодня мы немного расскажем вам о каждом из них.
5. Конькобежный спорт – это вид спортивного упражнения, при выполнении которого конькобежец стремится в условиях соревнования преодолеть дистанцию с максимально возможной для себя скоростью. При скоростном беге используются простые и специальные коньки. Соревнования проводятся по замкнутой дорожке, состоящей из двух прямых и двух поворотов. Участвующие в соревнованиях конькобежцы бегут парами. Шорт-трек – это еще одна форма конькобежного спорта. В соревнованиях несколько спортсменов одновременно катаются по овальной ледяной дорожке. Во время эстафеты участники могут менять друг друга в любой момент, кроме последних двух кругов. При этом они могут подталкивать своих товарищей. Упавшего спортсмена можно сменить в любой момент.
6. Кёрлинг – командная спортивная игра на ледяной площадке. Участники двух команд поочередно пускают по льду специальные гранитные снаряды («камни») в сторону размеченной на льду мишени. Возник этот вид спорта в Шотландии в начале 16 века. С 1998 года включен в программу олимпийских игр.
7. В программу зимних олимпийских игр включено несколько видов лыжного спорта. 1)Горнолыжный спорт – это спуск с гор на специальных лыжах. 2) Лыжное двоеборье – олимпийский вид спорта, сочетающий в своей программе прыжки на лыжах с трамплина и лыжные гонки. Другое название – северная комбинация.

3) Прыжки на лыжах с трамплина. Для этой дисциплины используются длинные, широкие лыжи. Прыжки оцениваются не только по длине отрыва до места приземления, но также и по красоте и правильности выполнения. 4) Фристайл – это вид лыжного спорта, в состав которого входят: лыжная акробатика, ски-кросс и могул. В лыжной акробатике спортсмены совершают серию прыжков и сальто с трамплина, различных по сложности. Могул- это спуск по бугристому, кочковатому склону. Лавируя между буграми, спортсмен постоянно поворачивает ноги с лыжами то в одну сторону, то в другую. Ски-кросс – гонка по специальной горнолыжной трассе, включающей в себя снежные препятствия в виде трамплинов, волн и виражей.

1. Сноуборд – олимпийский вид спорта, заключающийся в спуске с заснеженных склонов на специальном снаряде – сноуборде. Поскольку, зачастую, катание на сноуборде проходит на неподготовленных склонах и на больших скоростях, для защиты от травм используется разнообразная экипировка — шлемы, защита суставов, рук, ног, спины. В 1998 году на зимней Олимпиаде в Нагано сноубординг был впервые включён в олимпийскую программу.
2. Биатлон – зимний вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки. Биатлонный спорт популярен прежде всего в странах северной, центральной и восточной Европы. Наиболее успешными странами за всю историю биатлона являются Россия, Германия, Норвегия. Всего в международных соревнованиях принимают участие спортсмены более чем из 40 стран.
3. Бобслей - зимний вид спорта, сущность которого состоит в скоростном спуске на бобах по специальным ледовым трассам. Боб- это сани, сконструированные специально для бобслея. В первой подвижной части саней находится руль, во второй, неподвижной – тормоз. В турнире по бобслею осуществляется четыре заезда на время.
4. Скелетон – это также как и бобслей спуск по ледяным трассам на санях, которые называются - скелетон. Только эти сани с утяжеленной рамой, без рулевого управления, на которых спортсмен лежит головой вперед по направлению движения, лицом вниз. Для управления используются шипы на ботинках. Существует версия, что название такое сани получили из-за того, что они были похожи на скелет.
5. Отдельно от бобслея и скелетона существует санный спорт. Он представляет собой соревнование в скоростном спуске на спортивных санях по специальным трассам – ледовым желобам с различными поворотами и виражами. Спортсмен стартует из положения «сидя»,после отталкивания принимает положение «лёжа на спине». Скорость саней при спуске по трассе часто превышает 100, а нередко и 120 км в час.

Викторина «Проверь себя!».

Награждение победителей.