История лыжного спорта.

Во всем мире лыжи стали одним из самых популярных видов зимнего спорта. Нет более демократичного, доступного, столь тесно связанного с природой и так полезного для человека вида спорта.

Появление лыж было обусловлено потребностью человека добывать на охоте пищу зимой и передвигаться по местности, занесенной снегом.

Лыжи появились повсеместно, где жил человек в условиях снежной зимы. Первые лыжи были ступающие. Одна из последних находок (А.М.Микляев, 1982г.) обнаружена на территории Псковской области. По заключению специалистов, эта лыжа является одной из самых древних - сделана около 4300 лет назад.

Первые письменные документы о применении скользящих лыж относятся к VI-VII в.в. н. э. Готский монах Жорданес в 552г., греческие историки Иордан в VI в., Авел Диакон в 770г. описывают использование лапландцами и финнами лыж в быту и на охоте. В конце VIIв. Историк Верефрид дал подробное описание лыж и их использование народами Севера на охоте за зверем. Король Норвегии Олаф Тругвассон по записям 925г. представлен хорошим лыжником. В 960г. лыжи упоминаются как принадлежность для обучения придворных норвежских сановников.

Первое употребление слова «лыжи» на Руси относится к XIIв. Митрополит Никифор в письме к киевскому князю Владимиру Мономаху употребляет слово «лыжи».История лыжного спорта

Народный эпос северных стран часто представлял богов на лыжах, что считалось одним из главных достоинств, например, норвежский бог лыж и охоты Улл.

Вынужденная потребность первобытного человека в изобретении и применении лыж зимой для добычи пищи в дальнейшем явилось основой для их широкого развития.

Кроме бытовых нужд и охоты лыжи стали использовать как средство связи и в военном деле.

В Никоновской летописи за 1444г. описывается успешный поход московской лыжной рати на защиту Рязани от татарского царевича Мустафы из Золотой Орды.

Лыжи использовались в армиях ПетраI и ЕкатериныII. В седую древность веков уходят корни народных потех, забав, игрищ, развлечений на лыжах, в том числе с элементами соревнований.

Впервые интерес к лыжам как к спорту проявили норвежцы.

В 1733г. Ганс Эмахузен издал первое наставление по лыжной подготовке войск с явно спортивным уклоном. В 1767г. были проведены первые соревнования по всем видам лыжного спорта (по современным понятиям): биатлону, слалому, скоростному спуску и гонкам.

Первая в мире выставка различных типов лыж и лыжного инвентаря была открыта в Тронхейме, в 1862-1863г.г. В 1877г. в Норвегии организовано первое лыжное спортивное общество, вскоре в Финляндии открыли спортивный клуб. Затем лыжные клубы начали функционировать и в других странах Европы, Азии и Америки.

Росла популярность лыжных праздников в Норвегии - Холменколленские игры (с 1883 г.), Финляндии - Лахтинские игры (с 1922 г.), Швеции - массовая лыжная гонка «Васалоппет» (с 1922 г).

В конце XIX в. соревнования по лыжному спорту стали проводиться во всех странах мира. Лыжная специализация в разных странах была различной. В Норвегии большое развитие получили гонки на пересеченной местности, прыжки и двоеборье. В Швеции - гонки на пересеченной местности. В Финляндии и России - гонки по равнинной местности. В США развитию лыжного спорта способствовали скандинавские переселенцы. В Японии лыжный спорт под влиянием австрийских тренеров получил горнолыжное направление.

В 1910 г. в Осло состоялся международный лыжный конгресс с участием 10 стран. На нем была создана Международная лыжная комиссия, реорганизованная в 1924 г. в Международную лыжную Федерацию.

Во второй половине XIX столетия в России начало развиваться организованное спортивное движение. 29 декабря 1895 г. в Москве на территории нынешнего стадиона Юных пионеров состоялось торжественное открытие первой в стране руководящей развитием лыж организации - Московский клуб лыжников. Эту официальную дату и принято считать днем рождения лыжного спорта в нашей стране. Кроме Московского клуба лыжников в 1901 г. было создано Общество любителей лыжного спорта, а в 1910 г. - Сокольнический кружок лыжников. По аналогии с московским в 1897г. создается клуб лыжников «Полярная звезда» в Петербурге. В те годы лыжный спорт в Москве культивировался в зимнее время еще в 11 клубах, в Петербурге в 8 клубах по другим видам спорта. В 1910 г. лыжные клубы г.Москвы объединились в Московскую лигу лыжебежцев. Лига осуществляла общественное руководство лыжным спортом не только в Москве, но и в других городах России. В течение лыжного сезона 1909-1910 гг. в Москве было проведено рекордное количество соревнований - восемнадцать, в которых выступало 100 участников.

7 февраля 1910 г. 12 лыжников от Москвы и от Петербурга разыграли первый личный чемпионат страны в лыжной гонке на 30 км. Звание первого лыжебежца России было присвоено Павлу Бычкову. Первое первенство страны среди женщин было разыграно в 1921 году, на дистанции 3 км победила Наталья Кузнецова.

На международных соревнованиях сильнейшие российские лыжники, чемпионы страны Павел Бычков и Александр Немухин впервые участвовали в 1913г. в Швеции на «Северных играх». Лыжебежцы соревновались на трех дистанциях - 30, 60 и 90км. Выступили неудачно, но извлекли много полезных уроков по технике передвижения на лыжах, смазке лыж, конструкции инвентаря.

|  |
| --- |
| История лыжного спорта |
| "Лыжник", скульптор Зденек Немечек |

До начало первой мировой войны было проведено 5 чемпионатов России.

В 1918г. лыжный спорт включен в число учебных дисциплин первого учебного плана высшего физкультурного образования.

По количеству побед на первенствах страны 1910-1954г.г. наивысший рейтинг занимает Зоя Болотова - восемнадцатикратная чемпионка. Среди мужчин сильнейшим был Дмитрий Васильев - 16 побед, он является первым обладателем звания «Заслуженный мастер спорта».

Всего за период 1910-1995 гг. было проведено 76 чемпионатов страны на дистанциях от 10 до 70 км у мужчин, и от 3 до 50 км у женщин. С 1963 г. в программы чемпионата страны включена сверхмарафонская дистанция для мужчин - 70 км. У женщин с 1972 г. самой длинной стала дистанция 30 км, а с 1994 г. - 50 км.

Рекордная по длине 4-дневная мужская гонка была проведена в 1938 г. - 232 км от Ярославля до Москвы. Победил Дмитрий Васильев - 18 час 41мин 02сек.

Рекорд первого лыжного века по количеству побед на чемпионатах страны установила Галина Кулакова - 39 золотых медалей. Спортивные достижения Галины Кулаковой вознаграждены Международным олимпийским комитетом Олимпийским серебряным орденом. По представлению Олимпийского комитета России первый среди наших соотечественников международный приз Кубертена присужден Раисе Сметаниной - лидеру мировой элиты лыжников. Участница пяти Олимпиад, восьми чемпионатов мира Раиса Сметанина установила еще один уникальный рекорд спортивного долголетия - на 5-ой Олимпиаде золотой медалью была увенчана в 40 (!) лет.

Известные в настоящее время виды и дисциплины лыжного спорта дифференцируют на олимпийские, неолимпийские и показательные.

Олимпийские виды лыжного спорта включены в программу Зимних Олимпийских Игр, которые проводят с 1924г. К ним относятся: лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горные лыжи, биатлон, фристайл, сноуборд.

К неолимпийским видам отнесены те упражнения на лыжах, которые утверждены соответствующей Международной лыжной федерацией и имеют юридический статус вида лыжного спорта.

Неолимпийские виды спорта: спортивное ориентирование на местности, виндсерфинг, командная гонка четырех биатлонистов, лыжный балет или фигурное катание на лыжах, лыжное двоеборье-спринт, полеты на лыжах с трамплина, спуск на скорость (спидскинг), параллельный слалом. По этим видам спорта проводят официальные чемпионаты мира, Кубок мира, другие международные соревнования.

В лыжном спорте постоянно появляются новые соревновательные упражнения, многие из которых по мере внедрения могут обрести официальный статус вида лыжного спорта, вплоть до включения в Олимпийскую программу - они отнесены к показательным: буксировка лыжника, полеты на лыжах на дельтапланах, спуск с горных вершин, мини-лыжи; трюки на лыжах: прыжок на лыжах с обрыва с парашютом, прыжок на лыжах с самолета без парашюта, спуск на скорость лыжника и автогонщика

На I Зимних Олимпийских играх в Шамони (Франция, 1924 г.) лыжный спорт был представлен лыжными гонками на дистанции 18 и 50км, прыжками на лыжах с трамплина и северным двоеборьем (прыжки с трамплина и лыжная гонка).

Олимпийским чемпионом в лыжных гонках и в лыжном двоеборье стал норвежский лыжник Тарлиф Хауг. В прыжках на лыжах с трамплина занял III место. Тарлиф Хауг первый в мире был удостоен звания «Короля лыж». На 16-ти последующих играх повторить и тем более превзойти рекорд первого в мире «Короля лыж» не смог ни один олимпиец. За свои победы на лыжне Хауг был удостоен 10 Королевских Кубков. В знак необычайных спортивных заслуг суровые и немногословные норвежцы впервые в мире воздвигли Тарлифу на его родине прижизненный памятник. История олимпийского движения 60-70г.г. знает лишь 2 случая, когда такой чести удостоились спортсмены. Оба они были героями Олимпиад 1924 года. Это герой Белой Олимпиады Хауг и герой летней Олимпиады финн Пааво Нурми.

Рождение русского «Короля лыж» состоялось на XX чемпионате мира в Фалуне (Швеция, 1954г.). Им стал 24-летний Владимир Кузин, победивший на дистанциях 30 и 50 км и лыжном марафоне. Чемпиону вручили большой серебряный «Королевский кубок» и удостоили звания «Король лыж».

Советские спортсмены впервые приняли участие в VII Зимних Олимпийских играх в итальянском Кортина д'Ампеццо, в 1956 г. Первое участие увенчалось победами мужчин в эстафете 4х10 км и женщин на дистанции 10 км. Владимир Кузин, Николай Аникин, Павел Колчин и Федор Терентьев, а также Любовь Козырева - первые среди наших лыжников олимпийские чемпионы.

За годы участия в Олимпийских играх лыжники-гонщики СССР-СНГ среди пяти ведущих национальных команд мира (Финляндии, Норвегии, Швеции, Италии)демонстрируют завидную стабильность лидера на самом высоком уровне.

|  |
| --- |
| История лыжного спорта |
| Российские лыжницы - победители в эстафете 4х10 км. на олимпиаде в Нагано: Л.Лазутина, Н.Гаврылюк, Е.Вяльбе, О.Данилова |

Феноменального, беспрецедентного в олимпийской истории успеха добились российские лыжницы на XVIII зимних Олимпийских играх а Нагано, выигравшие на сложнейших трассах в Хакубе все пять гонок. Три золотые - две за победы в индивидуальных гонках и одну в эстафете, а также серебряную и бронзовую медали привезла из Японии Лариса Лазутина. Обладательница трех золотых медалей Игр-98 Л.Лазутина была отмечена высшей национальной государственной наградой - Золотой звездой «Герой России». В 1994г. этой же наградой была удостоена шестикратная олимпийская чемпионка в лыжных гонках Любовь Егорова.

Подлинным открытием XVIII зимних Олимпийских игр в Нагано стала Юлия Чепалова. На первой в своей жизни Олимпиаде победила в гонке на 30 км.

Первую золотую медаль для российской команды завоевала Ольга Данилова на 15км дистанции.

«Ни одна победа не давалась мне так тяжело, как эта», - скажет самый титулованный олимпиец среди мужчин-гонщиков норвежец Бьорн Дэли после завоевания восьмой золотой олимпийской медали в 50 км гонке в Нагано.

Долгих 34 года ждала этой победы Мики Мюллюля в гонке 30 км, великая лыжная держава Финляндия. Со времен Ээро Мянтюранты, сделавшего на Олимпиаде 1964 г. в Инсбруке победный дубль (тогда выиграл 15 и 30 км) у финнов ни один мужчина так и не смог подняться на высшую ступень пьедестала почета. Финляндия дала миру выдающихся лыжников В. Хакулинен, Ээро Мянтюранта, Юха Мието, Марье Матикайнен, Марье Люккаринен и др.

В 1998г. в Центральной Финляндии, в Вуокатти, в поселке с населением в две с половиной тысячи человек сооружен первый в мире лыжный тоннель. Открыв стеклянную дверь, прямо с летней жары Вы оказываетесь в царстве холода. Скорость, музыка, неправдоподобно громкий звук шуршащего снега. Ощущения - непередаваемые. Пятикратная олимпийская чемпионка Лариса Лазутина уже провела в Вуокатти один из своих летних сборов. Тренировками на искусственном «подземном» снегу осталась довольна.

Еще большее впечатление вызывают трюковые номера на лыжах. В высшей степени рискованный прыжок на лыжах с самолета без парашюта совершил с высоты 3000 м австриец Эрик Фельбермайер. Приземлился он на склоне крутой горы с точным расчетом.

Со временем трюки умельцев-одиночек начинают осваивать несколько спортсменов, организующих первые соревнования, некоторые из них, от трюкового начала достигают олимпийского рейтинга. Так было с фристайлом.

Современный лыжный спорт - это 39 лыжных дисциплин на Олимпийских играх а Нагано, 26 соревновательных упражнений на лыжах, ожидающих олимпийской прописки, а также более 20 утверждающихся в статусе «вида спорта» упражнений.

Легкую атлетику справедливо называют «королевой спорта», а бурно развивающийся лыжный спорт в свите зимних олимпийских дисциплин - безальтернативный «король спорта».

https://www.youtube.com/watch?v=\_wIUickWRQo&list=PLfeq66cOZkqUJX8F0v0QAnY2-Ufhozasq&index=5&t=0s