

Автономная некоммерческая
организация дошкольного образования
«Город Детства» г.о.Кинель



Зимний Олимпийский вид спорта- БИАТЛОН

Автор: Булатова Н.А.



**Биатлон-соростязание
(борьба) зимний
олимпийский вид
спорта, сочетающий
лыжную гонку со
стрельбой из винтовки.**

Цель: знакомство дошкольников с олимпийским видом спорта- биатлон.

Задачи:

Расширение и активизация словарного запаса детей (лыжи, палки, крепления, огневой рубеж, метание, вертикальная цель, мишень, чемпионы, стрельбище, кубок мира.)

Развивать зрительное восприятие;

Учить высказывать предположения и делать простейшие выводы;

Ознакомить детей с содержанием и правилами биатлона.

Два березовых коня
По снегам несут меня,
Кони эти рыжи,
А зовут их...

Две полосы на снегу
Оставляю на бегу.
Я лечу от них стрелой,
А они опять за мной.

(Лыжи)

Навыки и умения детей дошкольного возраста по биатлону:

- ❖ Метание в вертикальную цель одной рукой в игровой форме или в форме соревнования.
- ❖ Надо попасть в определенную область мишени, в кольцо, сбить предмет.
- ❖ Бег до мишени и метание в цель.
- ❖ Бег по кругу с «огневыми рубежами».
- ❖ Выполняется парами или по одному с фиксированием времени.

Правила:

Биатлонисты могут использовать любую технику катания, но никакими приспособлениями, кроме лыж и лыжных палок они пользоваться не имеют права. На огневых рубежах спортсменам всегда необходимо отстреляться по 5 мишеням.



Биатлонисты могут использовать любую технику катания, но никакими приспособлениями, кроме лыж и лыжных палок они пользоваться не имеют права. На огневых рубежах спортсменам всегда необходимо отстреляться по 5 мишеням. Вот так выглядит стадион для биатлона.



Биатлонистам необходимы: специальный костюм (цельный, как у водолазов, или двойка), который помогает поддерживать стабильную температуру тела и уменьшает сопротивление ветра; жесткие ботинки, благодаря которым уменьшается давление на лодыжку.



Экипировка: мелкокалиберная винтовка, сконструированная специально для биатлонистов, которая крепится у спортсмена на перевязи за спиной. Обойма рассчитана только на пять патронов.



Лыжные палки в биатлоне, длиннее, чем у лыжников, они продлены до подбородка или рта.



Минимальная длина лыж должна быть на 4 см меньше, чем рост спортсмена, а их концы менее загнуты кверху. Для лучшего скольжения лыжи обычно смазывают воском.



В России развитие биатлона началось только в начале XX столетия. Военизированные соревнования на лыжах были широко распространены в Красной армии. Спортсмены проходили дистанцию 50 километров в военной форме и с армейскими принадлежностями, преодолевая различные препятствия.



Первый официальный чемпионат страны по биатлону прошел в районе Свердловска в 1957 году. Первым обладателем титула Чемпиона страны по биатлону стал Владимир Мариничев, победивший на дистанции 30 км со стрельбой.





Наиболее яркая личность в российском биатлоне - Александр Васильевич Привалов, он был призером на двух зимних Олимпиадах. Под его руководством сборная по биатлону многократно одерживала победы на чемпионатах мира и Олимпийских играх.

Биатлон сегодня наиболее популярный, зрелищный, зимний вид спорта.



На стрельбище расстояние до мишеней составляет 50 метров .
Мишени, чёрного цвета, в количестве пяти штук.



По мере попадания мишени закрываются белым клапаном, что позволяет биатлонисту сразу видеть результат своей стрельбы.



Виды гонок:

Индивидуальная гонка — классический вид биатлонной гонки на 20 км для мужчин и на 15 км для женщин с четырьмя огневыми рубежами. Биатлонисты стартуют с интервалом от 30 секунд до 1 минуты. За каждый промах к общему времени биатлониста прибавляется штрафная минута.



Спринт - бег на короткие дистанции, 10 км для мужчин и на 7,5 км для женщин с двумя огневыми рубежами. Биатлонисты стартуют с интервалом от 30 секунд до 1 минуты. За каждый промах предусмотрено прохождение штрафного круга, равного 150 м.



Гонка преследования- вид биатлонной гонки на 12,5 км для мужчин и на 10 км для женщин с четырьмя огневыми рубежами. Первым стартует спортсмен, занявший первое место, за ним второй с интервалом, равным отставанию в спринтерской гонке. Всего стартует максимум 60 спортсменов. За каждый промах предусмотрено прохождение спортсменом штрафного отрезка дистанции, равного 150 метрам.



Масс-старт (гонка с общего старта) — вид биатлонной гонки на 15 км для мужчин и на 12,5 км для женщин с четырьмя огневыми рубежами. В ней принимают участие 30 сильнейших спортсменов по итогам прошедших соревнований. Стартуют все спортсмены одновременно.

Эстафета – командное состязание в биатлоне. Команда состоит из 4 спортсменов – представителей одной страны. Каждый биатлонист проходит один этап, составляющий 7,5 км для мужчин и 6 км для женщин с двумя огневыми рубежами.



Смешанная эстафета – в этой эстафете принимают участие и мужчины и женщины. Первый и второй этапы (по 6 км) проходят женщины, третий и четвёртый (по 7,5 км) – мужчины



Российские чемпионы:



- **1 место** Ольга Алексеевна Зайцева— российская биатлонистка, двукратная олимпийская чемпионка в эстафете (2006 и 2010), трёхкратная чемпионка мира, заслуженный мастер спорта России, член сборной России в 2001—2014 годах.



2 место Ишмуратова Светлана Ирековна Пятикратная чемпионка мира — в эстафете (2001, 2003 и 2005), смешанной эстафете (2005) и в командной гонке (1998).
Обладательница двух серебряных медалей (масс-старт, 2003, эстафета, 2004) и одной бронзовой (гонка преследования, 2003).
Двукратная чемпионка мира по летнему биатлону (1999).



3 место -Евгéний Ромáнович Устúгов — российский биатлонист, заслуженный мастер спорта России. Двукратный олимпийский чемпион, бронзовый призёр Олимпийских игр в составе эстафеты.

Россия, вперед!!!

