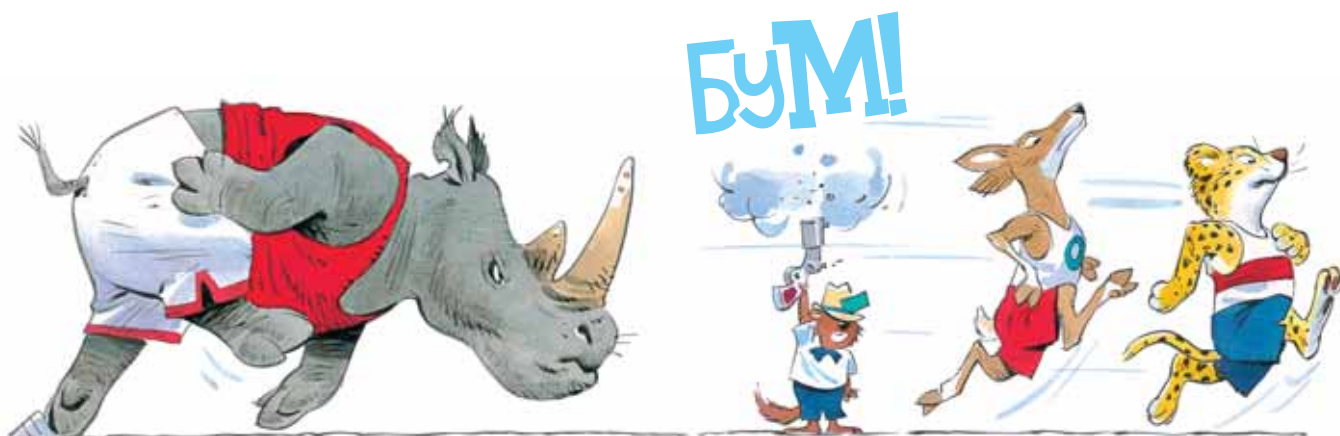


Анна Казалис

Тони
Улф



КАРТИННА ЕНЦИКЛОПЕДИЯ ЗА СПОРТА



Издавателство „Фюм“



Съдържание



АТЛЕТИКА	5	СПОРТОВЕ СРЕД ПРИРОДАТА	59
Бягане	6	Алпинизъм	60
Бягане с препятствия	7	Голф	62
Маратон	10	Конен спорт	64
Спортно ходене	12	Конни набягвания	66
Скок на височина	13	Поло	67
Скок на дължина	14	Спортно ориентиране	68
Троен скок	14	КОЛЕКТИВНИ СПОРТОВЕ	71
Овчарски скок	15	Баскетбол	72
Тласкане на гюле	16	Футбол	76
Хвърляне на диск	17	Бейзбол	86
Хвърляне на чук	18	Водна топка	89
Хвърляне на копие	19	Волейбол	90
Вдигане на тежести	20	Ръग्би	92
ГИМНАСТИКА	23	ИНДИВИДУАЛНИ СПОРТОВЕ	97
Спортна гимнастика	24	Тенис	98
Художествена гимнастика	28	Фехтовка	102
Гимнастика за всички	29	Бокс	106
ВОДНИ СПОРТОВЕ	31	Борба	109
Плуване	32	Бойни изкуства	110
Синхронно плуване	35	ЗИМНИ СПОРТОВЕ	113
Скокове във вода	36	Ски алпийски дисциплини	114
Академично гребане	39	Сноуборднг	117
Кану и каяк	43	Ски бягане	118
Уиндсърфинг	44	Ски скокове	121
Водни ски	44	Спортна шейна и скелетон	122
Ветроходство	45	Бобслей	123
КОЛОЕЗДЕНЕ	49	Кънки на лег	126
Шосейно колоездене	50	Фигурно пързаяне	126
Планинските етапи	52	Танц на лег	127
Колоездене на писта	56	Кънки бягане	129
Планинско колоездене	57	Шорттрек	129
BMX	57	Хокей на лег	130
		Кърлинг	135

За книгата



Тази книга съдържа информация за спортовете, включени в **олимпийските игри**.

Вероятно някои липсват, но със сигурност са представени любимите на **Тони Улф** – художника, който ги е илюстрирал със своите забавни и смешни герои.

Създателите на книгата са убедени, че и вие ще се забавлявате и че едновременно с това ще научите повече за света на спорта. Надяваме се, че книгата ще ви помогне да си изберете любим спорт, с който да се занимавате редовно. А защо не и спортове?!

Спортовете са най-различни, могат да се практикуват на закрито или на открито, индивидуално или отборно, със специален уред или само с обикновен спортен екип. Няма значение какво ще изберете, важното е да спортувате редовно.

Може и да не станете шампиони, но със сигурност редовните спортни занимания ще ви помогнат да станете по-здрав, силни и издръжливи, да имате свеж вид, красива походка и бърз, съобразителен ум, да сте по-организирани, уверени и изпълнени с енергия.

Спортните занимания дават и възможност по-често да бъдете с приятели, да се срещате и да се запознавате с нови хора.

Те развиват умение да се работи в екип, а това е полезно не само в спорта.

Старт! Добре дошли в удивителния свят на спорта!



АТЛЕТИКА

М



Още в най-древни времена хората мерели сили в напревари по **бягане**, **скачане**, **хвърляне**, за да определят кой е най-бърз и силен. Така тренирали ловните и бойните си умения. С такива напревари изразявали и почитта си към боговете по време на религиозни празници. Така атлетическите състезания се превърнали в значими събития в Древния свят и положили основите на атлетическите спортове. В Древна Гърция наричали участниците в състезанията **атлети** – от гръцката дума за „състезател, борец“, която пък произхожда от „**атлон**“ – „състезание, напревара, борба“. Оттам дошла и думата **атлетика**. Днес атлетиката се дели на два големи дяла – лека и тежка, и е в центъра на **съвременните олимпийски игри**.



Бягане



Бягането присъства във всички олимпийски игри – и древни, и съвременни.

Разстоянията, които се пробягват в атлетиката, се наричат **дистанция**. Дистанциите при **спринтовете** – бягането за бързина, са: 100, 200 и 400 метра.

Бягането за издръжливост се провежда на по-дълги дистанции: 800, 1500, 5000 и 10 000 метра. Тези състезания се

провеждат на пистата на стадион.

Крос кънтри бягането, което не е олимпийска дисциплина от 1924 г., се провежда на дистанции от 3 до 12 километра на открито, сред природата – върху терени с пръст, чакъл, трева.

Рекордът за скорост принадлежи на Юсеин Болт – 100 метра за 9.58 секунди! Поставен е на Олимпиадата в Берлин през 2009 г.:

При **щафетното бягане** се състезават отбори по 4 души. Всеки състезател пробягва определено разстояние, след което предава **щафетна пръчка** на следващия си съотборник. За грешка в приемането и предаването на щафетата отборът се **дисквалифицира** – отпада от състезанието.

Бягане с препятствия



Състезателите в тази дисциплина се наричат **хърделисти**. Те спринтират, като по хода на дистанцията трябва да прескочат 10 бариери, високи около метър, с еднакво разстояние помежду им. Олимпийските дистанции са 100 метра при жените, 110 метра при мъжете и 400 метра – при мъжете и жените.

Стипълчейзът е бягане на 3000 метра с препятствия, които са бариери и ями с вода.



Световният рекорд на 100 метра с препятствия за жени принадлежи на Йорданка Донкова – 12.25 секунди, и не е подобрен вече 25 години!

Хей, ти, препятствията трябва да се прескачат, а не да се събарят!



ТЪРСУ!