



Плавание



Плаванием можно заниматься в бассейне. Чтобы научиться плавать надо заниматься с тренером. Есть форма для плавания. Это купальник или плавки, шапочка, очки, ласты. Существуют разные стили плавания: кроль, баттерфляй, брасс. Соревнования по плаванию проходят в бассейне. Спортсмен должен проплыть определённую дистанцию на время.



Лёгкая атлетика

Лёгкая атлетика – это бег на короткие и длинные дистанции. Заниматься лёгкой атлетикой можно на стадионе. Форма спортсмена – майка и трусы, кроссовки. Чтобы хорошо научиться бегать надо постоянно тренироваться. Соревнования проходят на стадионе. Спортсмены бегут по беговым дорожкам на время. Побеждает тот, кто прибежит быстрее всех.



Велоспорт

Спортсмен, который занимается велоспортом называется велосипедист. Для занятий нужен велосипед и спортивная облегающая форма, на голову – шлем. Спортсмены катаются по велотреку. Или по специальной велосипедной дорожке на стадионе. На соревнованиях велосипедисты едут по специальному маршруту на время.



Теннис

Теннисисты тренируются на теннисном корте. Играют обычно по двое. Площадка разделена сеткой. У каждого своё поле. Необходимо отбивать мяч специальной ракеткой. Если теннисист не отбил посланный ему мяч, значит ему гол. Есть специальная форма для занятий теннисом. А также обязательно ракетки и мяч.



Художественная гимнастика

Спортивная художественная гимнастика – очень красивый вид спорта. Спортсмены очень гибкие и грациозные. Они выполняют очень сложные движения и прыжки с разными предметами (лента, булавы, обруч) и без. Также они выполняют упражнения на гимнастическом бревне, брусьях, турнике. Одеваются они в купальники, чешки.



Футбол

Футбол – это спортивная игра. В неё играют две команды на игровом спортивном поле со специальными разметками и воротами для каждой команды. Для игры нужен футбольный мяч. Спортсмены одеты в специальную форму, на ногах бутсы. По правилам игры побеждает та команда, которая забьёт больше голов в ворота противника. На воротах стоит вратарь, который защищает ворота от попадания мяча. Мяч можно пинать только ногами.

