

# Детям о СПОРТЕ



АЛМАТЫ КІТАП БАСПАСЫ  
2013



ЛОНДОН, НЬЮ-ЙОРК, МЕЛЬБУРН, МЮНХЕН И ДЕЛИ

Редактор проекта *Александр Кокс*  
Старший дизайнер *Рэчел Грэйди*  
Фоторедактор *Джо Уолтон*  
Контроль за продукцией *Клэр Пирсон*  
Дизайнер суперобложки *Мартин Уилсон*  
Редактор суперобложки *Матильда Голлон*  
Менеджер по печати *Бриджет Жиль*  
Арт-директор *Мартин Уилсон*  
Художественный директор *Джейн Булл*  
Издатель *Мэри Линг*

Издано при поддержке *Tall Tree Ltd.*  
Редакторы: *Джон Ричардс и Дженнифер Сандерсон*  
Дизайнеры: *Малколм Пачмент и Эд Симкинс*  
Консультант *Клиф Гиффорд*

Впервые опубликовано в Великобритании в 2011  
Дорлинг Киндерсли Лтд.  
80 Стрэнд, Лондон WC2R 0RL

Copyright © 2011 Dorling Kindersley Limited  
A Penguin company  
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1  
001-1771163 – 07/11

Все права защищены. Никакая часть этого издания не может быть переиздана, сохранена в поисковых системах или передана в любой форме и любыми способами, электронными, механическими, посредством фотокопии, записи или иным путем, без письменного согласия правообладателя.

CIP-запись этой книги в каталоге доступна в Британской библиотеке.

**ISBN 978-1-4053-6850-6**

Узнай больше на **www.dk.com**

УДК 373  
ББК 74.200.55  
Д 38

Д 38 **Детям о спорте:** Знай что к чему / Пер. с англ. А.В. Кадырхановой.  
– Алматы: кітап баспасы, 2013. – 168 с., ил.

**ISBN 978-601-01-1517-0**

## **ДЕТЯМ О СПОРТЕ ЗНАЙ ЧТО К ЧЕМУ**

Главный редактор *А.У. Сужикова*  
Перевод с английского *А.В. Кадырхановой*  
Автор раздела «Спорт Казахстана» *Е. Женисулы*  
Перевод с казахского *М.Т. Жанузаковой*  
Редактор русского текста *М.Т. Жанузакова*  
Корректор *Л.А. Туманова*  
Компьютерная верстка *«Седьмая верста»*  
Дизайнер раздела «Спорт Казахстана» *М.Л. Карбозов*

Подписано в печать 19.08.2013. Формат 60х90/8.  
Печать офсетная. Тираж 3000 экз. Заказ № 1075.

ISBN 978-601-01-1517-0

ТОО «Алматыкітап баспасы»  
050012, г. Алматы, ул. Жамбыла, 111,  
тел. (727) 250 29 58; факс: (727) 292 81 10.  
e-mail: alkitap@intelsoft.kz

Об имеющихся книгах и новинках  
вы можете узнать на сайте **www.almatykitap.kz**

© ТОО «Алматыкітап баспасы», 2013





# СОДЕРЖАНИЕ

## 6 СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ

### КОМАНДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

- 10 ФУТБОЛ
- 12 БЕЙСБОЛ
- 14 БАСКЕТБОЛ
- 16 ВОЛЕЙБОЛ И НЕТБОЛ
- 18 АМЕРИКАНСКИЙ ФУТБОЛ
- 20 РЕГБИ
- 22 АВСТРАЛИЙСКИЙ ФУТБОЛ
- 24 ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ  
И ХОККЕЙ НА ТРАВЕ
- 26 КРИКЕТ
- 28 ДРУГИЕ КОМАНДНЫЕ  
ВИДЫ СПОРТА



### СПОРТ С РАКЕТКОЙ

- 32 ТЕННИС
- 34 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС И БАДМИНТОН
- 36 СКВОШ
- 38 ДРУГИЕ ИГРЫ С РАКЕТКОЙ



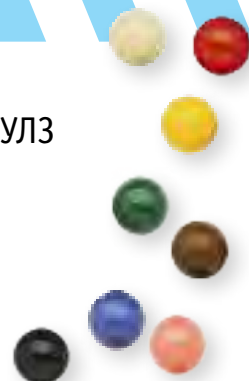
### АТЛЕТИКА И ГИМНАСТИКА

- 42 СПРИНТ
- 44 СОРЕВНОВАНИЯ НА ДИСТАНЦИИ
- 46 ПРЫЖКИ
- 48 МЕТАНИЕ
- 50 ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА
- 52 ГИМНАСТИКА
- 54 НА КОВРЕ



### СПОРТ С МИШЕНЬЮ

- 58 ГОЛЬФ
- 60 КЁРЛИНГ И ИГРА В БОУЛЗ
- 62 БОУЛИНГ
- 64 СНУКЕР И БИЛЬЯРД
- 66 СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА
- 68 ЦЕЛЯСЬ ВДАЛЬ



### ВОДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

- 72 ПЛАВАНИЕ
- 74 ПРЫЖКИ В ВОДУ
- 76 ГРЕБЛЯ И БАЙДАРКИ
- 78 ПАРУСНЫЙ СПОРТ
- 80 ВИНДСЁРФИНГ
- 82 СЁРФИНГ
- 84 БОЛЬШЕ БРЫЗГ



## ЕДИНОБОРСТВА

- 88 БОКС
- 90 БОРЬБА
- 92 ДЗЮДО
- И ДЖИУ-ДЖИТСУ
- 94 КАРАТЕ И ТХЭКВОНДО
- 96 ФЕХТОВАНИЕ
- 98 НОВЫЕ ВЫЗОВЫ



## ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА

- 102 ЛЫЖНЫЙ СПОРТ
- 104 СНОУБОРД
- 106 БОБСЛЕЙ, САНИ
- И СКЕЛЕТОН
- 108 КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ
- И ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ
- 110 СВЕЖИЙ СНЕГ



## КОННЫЙ СПОРТ

- 114 СКАЧКИ И ПОЛО
- 116 КОНКУР И КОННОЕ ТРОЕБОРЬЕ



## КОЛЕСА И МОТОРЫ

- 120 «ФОРМУЛА – 1» И «ИНДИКАР»
- 122 РАЛЛИ
- 124 МОТОЦИКЛЫ
- 126 ДРЭГ-РЭЙСИНГ
- 128 ВЕЛОСИПЕДНЫЕ
- ГОНКИ
- 130 ГОРНЫЙ ВЕЛОСИПЕД И ВМХ
- 132 СКЕЙТБОРДИНГ
- 134 ДАЕШЬ ЭНЕРГИЮ!



## ЭКСТРЕМАЛЬНЫЙ СПОРТ

- 138 ФРИДАЙВИНГ И КЛИФДАЙВИНГ
- 140 ПАРАШЮТНЫЙ СПОРТ
- 142 ФРИРАЙД НА ГОРНЫХ ВЕЛОСИПЕДАХ
- И УЛЬТРАМАРАФОН
- 144 БОЛЬШЕ ЭКСТРИМА

## ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ

- 148 ИСТОРИЯ ОЛИМПИАДЫ
- 150 ЛЕТНЯЯ ОЛИМПИАДА
- 152 ЗИМНЯЯ ОЛИМПИАДА
- 154 ПАРАЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ
- 156 СПОРТ КАЗАХСТАНА
- 164 ГЛОССАРИЙ
- 166 АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ
- 168 БЛАГОДАРНОСТЬ





# Спорт для всех

Испокон веков люди с удовольствием играли в спортивные игры. На сегодняшний день в мире существуют сотни различных видов спорта, каждый из которых по-своему привлекателен.

Спорт может быть проверкой на скорость и силу, аккуратность и точность или контроль и изобретательность. Однако, каким бы ни было испытание, атлеты не рождаются с навыками, необходимыми для успеха. Они должны в совершенстве овладеть спортивной техникой, что и приведет их к победе. Все дело в увлеченности, самоотверженности и многочасовой практике.

Спорт может быть как персональным занятием, так и видом сотрудничества с другими участниками игры (даже с животными или машинами). Есть виды спорта, в которых участвует множество игроков, каждый из них играет определенную роль в команде и вносит свой вклад в общую победу.

Золотая медаль на Олимпийских играх или кубок мира – это особенный момент в жизни каждого спортсмена. Но в спорте важна не только победа. Спорт поощряет честную игру, здоровое соперничество и персональную физическую подготовку. Миллионы обычных людей, таких как ты, играют в спортивные игры и следят за ними, потому что это весело.

Все великие спортсмены начинали с того же, что и ты сейчас. Однажды они приняли решение заниматься спортом. Независимо от твоего возраста и способностей, всегда найдется подходящий тебе вид спорта. Мы надеемся, что эта книга вдохновит тебя выбрать спорт, который тебе по душе.











# КОМАНДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Каждый спортсмен должен обладать разнообразными индивидуальными навыками, однако, самым важным умением в командных видах спорта является умение быть частью команды. Игрокам необходимо согласовывать свои действия с товарищами по команде, чтобы преуспеть в искусстве защиты. Они должны уметь передавать друг другу и перемещать мяч по полю и быть готовыми атаковать и забивать голы, а также набирать очки, необходимые для победы.

# Футбол

«Футбол по правилам ассоциации», или просто футбол, часто называют «красивой игрой». Это один из самых популярных видов спорта на планете. Неважно, играют ли в футбол на уличном перекрестке или перед тысячами фанатов на стадионе, этот спорт сочетает в себе скорость, силу, мастерство и представляет собой волнующее зрелище.



## Ноги и головы

Игроки используют стопы для передачи коротких точных ударов по мячу, чтобы запутать противника или забить мощный гол. Для контроля мяча игрокам, кроме рук и кистей, разрешается использовать другие части тела. Когда мяч находится в воздухе, игроки могут, прыгнув во весь рост, забить гол эффективным пикирующим ударом головой.

Немецкий игрок (в белом) высоко подпрыгивает над своим нигерийским противником с целью отбить мяч головой

## Необходимое

Команды-соперники надевают форму разного цвета, для того чтобы другие игроки, судьи и фанаты могли их различать. Игроки должны носить защищающие голеней щитки. Вратари надевают форму другого цвета, чтобы судья мог отличить их в гуще других игроков в зоне пенальти.

Профессиональный футбольный мяч имеет 70 см (28 дюймов) в окружности



Линия посередине делит поле на две части



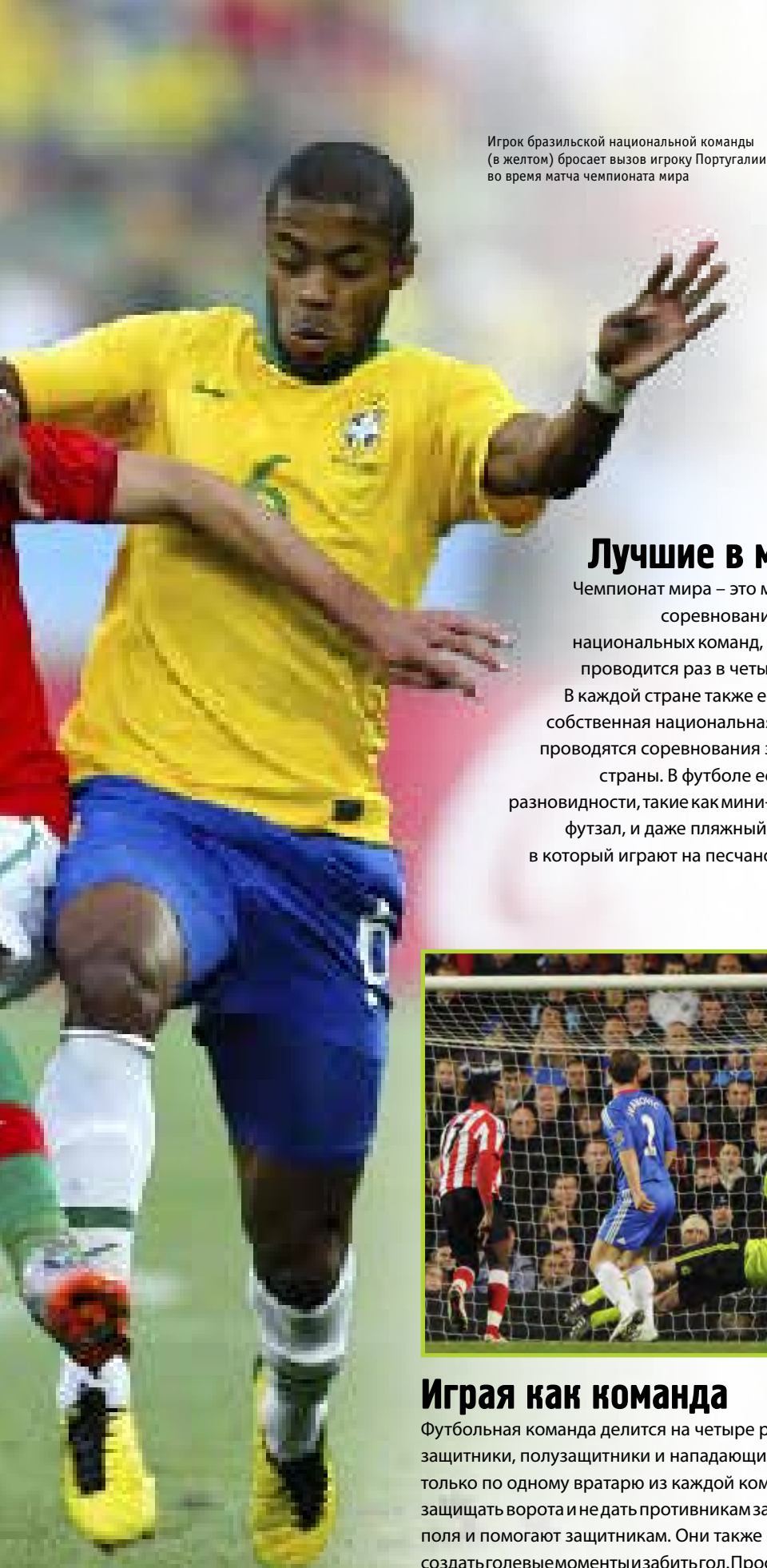
Ворота составляют 7,32 м (24 фута) в ширину и 2,44 м (8 футов) в высоту

Размеры поля – 90х120 метров. Оно должно быть покрыто естественной или искусственной травой

Зона пенальти

Для лучшего сцепления с полем при подаче мяча игроки надевают шипованные бутсы





Игрок бразильской национальной команды (в желтом) бросает вызов игроку Португалии во время матча чемпионата мира

## Лучшие в мире

Чемпионат мира – это мировое соревнование среди национальных команд, которое проводится раз в четыре года.

В каждой стране также есть своя собственная национальная лига, и проводятся соревнования за кубок страны. В футболе есть свои разновидности, такие как мини-футбол, футзал, и даже пляжный футбол, в который играют на песчаном поле.

## Цель игры



В футбол играют две команды по 11 игроков.

Команды перемещают мяч по полю, пытаются забить гол. В то же время они стараются помешать противникам забить гол.

Гол засчитывается, когда мяч пересекает линию между двумя штангами ворот под перекладиной. Каждый матч длится как минимум 90 мин и разделен на два тайма по 45 минут.

В некоторых футбольных соревнованиях назначается дополнительное время, если счет по окончании игры остается равным. Если же после истечения дополнительного времени счет по-прежнему равный, то команды разыгрывают серию пенальти.

Футбольный матч проходит под контролем судьи. Судья может предупреждать игроков о серьезных фоллах (нарушениях), показывая им желтые карточки, или удалять игроков с поля за очень серьезные провинности, показав им красную карточку.

До того как будет передан мяч, между нападающими и воротами противника должны находиться два или более игроков защищающейся команды. Если этого не происходит, нападающий объявляется находящимся в офсайде, то есть в положении вне игры, а защищающейся команде дают свободный удар.



Вратари надевают перчатки, которые помогают им ловить мяч. Они могут держать мяч в руках только в пределах своей зоны пенальти.

## Играя как команда

Футбольная команда делится на четыре различных позиционных группы: вратарь, защитники, полузащитники и нападающие (форварды). На поле может находиться только по одному вратарю из каждой команды. Защитники помогают вратарю защищать ворота и не дают противникам забить гол. Полузащитники играют в середине поля и помогают защитникам. Они также связаны с нападающими, цель которых – создать голевые моменты и забить гол. Профессиональная команда может произвести до трех замен во время матча.