

风物杂谈：滑雪杂谈 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/42/2021_2022__E9_A3_8E_E7_89_A9_E6_9D_82_E8_c34_42432.htm

滑雪历史: 滑雪最早起源于寒冷多雪地带。为适应环境及求生避险，居民们发明了雪上交通工具——滑雪板、雪橇及滑雪鞋等。"ski"一词意始于古挪威语skith，为"雪鞋"之意，指形如窄木舟的滑雪板。13世纪，滑雪成为挪威的国技；14到16世纪，北欧诸国芬兰、挪威、瑞典以及俄国都曾利用滑雪作战；1780年，挪威人努尔哈木利用软条制成两侧内弯的滑雪板，形成现代竞技滑雪板的雏形，拉开了竞技滑雪序幕。1877年，在奥斯陆成立了世界上第一个滑雪俱尔部。我国东北的鄂伦春人、赫哲人，西北的哈萨克人均擅长滑雪，凭滑雪技术狩猎、运输。直至本世纪30年代初，近代滑雪运动才在我国展开。

滑雪运动简介: 滑雪运动基本的含义是指人们成站立姿态，手持滑雪杖、足踏滑雪板在雪面上滑行的运动。"立"、"板"、"雪"、"滑"是滑雪运动的关键要素。滑雪运动从历史沿革角度可划分为古代滑雪、近代滑雪、现代滑雪；从滑行的条件和参与的目的可分为实用类滑雪、竞技类滑雪和旅游类（娱乐、健身）滑雪。实用滑雪是将滑雪升华为在特定的环境条件下，运用比赛的功能，达到竞赛的目的。娱乐健身（旅游）滑雪是适应现代人们生活、文化需求而发展起来的大众性滑雪。以上三类滑雪运动，从其所要求的器材、场地、设备及运动技术的形式来看，要达到的目的虽基本雷同，但作用和其他一些方面还是有很大差异。下面重点谈谈竞技滑雪和旅游滑雪的特色。滑雪运动(特别是现代竞技滑雪)发展到当今，项目不断

地增多，领域不断在扩展，目前世界比赛正规的大项目分为：高山滑雪、北欧滑雪(越野滑雪、跳台滑雪)、自由式滑雪、冬季两项滑雪、雪上滑板滑雪等。每大项又分众多小项，全国比赛、冬奥会中几十枚耀眼的金牌激励人们去拼搏、去分享。纯竞技滑雪具有鲜明的竞争性、专项性，相关条件要求严格，非一般人所能具备和适应。旅游滑雪是出于娱乐、健身的目的，受人为因素制约程度很轻，男女老幼均可在雪场上轻松、愉快地滑行，饱享滑雪运动的无穷乐趣。由于高山滑雪具有惊险、优美、自如、动感强、魅力大、可参与面广的特点，故高山滑雪被人们视为滑雪运动的精华和象征，更是旅游滑雪的首选和主体项目。通常情况下，评估人们滑雪技术水平的高低，多以高山滑雪为尺度。近期出现的旅游滑雪项目还有单板滑雪、超短板滑雪、越野滑雪等。其中越野滑雪是在低山丘陵地带(平地、下坡、上坡各约占1/3长距离滑行，虽然远不如高山滑雪的乐趣和魅力，但从安全和健身角度而言，更具有广泛的参与性。超短板滑雪、单板滑雪(双脚同踏一只宽大的雪板)比高山滑雪更具有刺激性，技术更灵活，在中国尚未普遍开展。高山滑雪的规范竞赛项目有：滑降、超级大回转、大回转、回转、全能等。高山滑雪的技术种类很多，如不同的滑雪技术，多变的转变技术，应急的加速、减速、停止技术，惊险的跳跃技术及特殊技术等。一般初学者应根据自身的体育素质、年龄、滑雪基础、场地条件，可投入的时间等因素，选取滑雪入门的最优方案。初学者切忌：求急、随意、莽撞，因滑雪运动是在滑动中操纵技术，重心不易控制，易形成错误动作。如何乘坐滑雪索道:在高山滑雪场滑雪，乘坐滑雪索道是每一名滑雪爱好者必不可

少的经历。滑雪场的索道主要分为封闭型和开放型两种形式，乘坐封闭型索道要将滑雪板与滑雪靴分离，将滑雪板、滑雪杖用松紧带捆绑在一起携带，以避免在下车时将其中某件器材遗忘在索道上。在我国大部分滑雪场的滑雪索道为开放型，分乘坐式和牵引式，滑雪者在上下这种索道时，索道本身是不停止运行的，即滑雪者要在索道运行中完成上下。在使用乘坐式索道时，应将所有滑雪器材穿戴好，扣紧滑雪靴卡子，将滑雪靴紧紧锁定在滑雪板的固定器上，检查完是否牢固后，再将滑雪杖的绳套套在手腕上，然后将滑雪板平行移至运行索道的上车站，面向索道的运行方向站立。在索道的吊椅靠近身体时，微蹲下身，坐在吊椅上，再将吊椅的护栏轻轻放下，将滑雪板放在吊椅的踏板上。注意：勿将滑雪板直接吊在坐椅下，以防固定器未锁紧时，滑雪板脱落，也不可不要绳套，而直接用手持握滑雪杖，那样雪杖容易脱落。初学者常犯上述错误：在索道运行至下车站10米左右时应将滑雪板提离吊椅踏板，打开护栏，同时身体稍向前移动，注意：此时滑雪杖绝不能和地面接触，以防在索道运行中将滑雪杖折断。在滑雪板和雪面接触后，微将臀部抬起，双脚踏实雪面的同时用力向后撑动雪杖滑行，即可安全脱离索道。注意：人和吊椅分离后，必须用力撑动雪杖向前滑行，如果原地不动，运行中的吊椅会将人刮倒，离开索道后，尽快向前滑行，以给后面的人员让出下车空地，防止相撞。牵引式索道适用于坡度较缓，长度较短的滑雪道。使用时滑雪者不离开地面，由牵引器将滑雪者送上山。牵引器分两种，一种是卡腰式，一种是牵引式。卡腰式在钢丝上有一个横梁，卡在滑雪者的腰部，将滑雪者送上山。牵引式是由滑雪者将

一小圆盘夹在两腿之间，通过套筒与牵引钢丝相连，将滑雪者拉上山。使用牵引索道上山时，应将全套滑雪器材穿戴好，两只滑雪板保持平行，面向索道运行方向站立，当牵引器到达后，用手将牵引器卡在腰部或用手将牵引器夹在两腿之间，即可随牵引钢丝向上运行，到达下车站时，松开牵引器，用力撑动滑雪仗向前运行，即可离开索道。注意：在运行中只要保持两支雪板平行即可安全到达目的地。松开牵引器后，尽快向前滑行，否则会与后面的人发生碰撞。 [1] [2] [下一页] 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com