Федеральное государственное образованное бюджетное учреждение

высшего профессионального образования

«Сибирский государственный университет телекоммуникаций и информатики»

(ФГОБУ ВПО «СибГУТИ»)

*Кафедра физического воспитания*

Контрольная работа № 2

## ЖЗЛ. ВЫДАЮЩИЕСЯ СПОРТСМЕНЫ МИРА

# Сметанина Раиса Петровна

Вариант № 19

Выполнил:

студент гр. ИП-711

Мартасов Илья Олегович

Проверил:

Старший преподаватель кафедры ФВ

Касаткина Анна Анатольевна

Новосибирск

2018

***Введение***

Являясь главной частью общей физической культуры в обществе, спорт, как способ воспитания физического характера конкретного индивида, имеет массовую популярность не только в России, но и за ее пределами.

В спорте организуются соревнования, как местного, так и международного масштаба, такие, как Чемпионаты мира, Европы и, конечно же, Олимпийские игры. Именно последние являются олицетворением дружбы и равенства всех людей и граждан планеты перед спортом. Именно Олимпийские игры являются символом красоты и зрелищности в любой стране, которая имеет право на их проведение, вернее, которой дана такая высокая честь и оказано доверие всего мира.

Мир спорта многообразен, имеются различные его виды, начиная с футбола и заканчивая кёрлингом. По разновидности спорт разделяется на профессиональный и любительский. Именно в профессиональном спорте нашли себя наши многочисленные именитые, выдающиеся и лучшие спортсмены. В наше время наличие таких спортсменов особенно ***актуально***, поскольку они выставляют свою страну в лучшем свете и дают ей мировой престиж.

Если рассматривать спортсменов из России, в частности из СССР, то, например, в хоккее мы знаем такие имена, как Валерий Харламов, Владислав Третьяк, Вячеслав Фетисов. В футболе можно отметить вратаря Льва Яшина, которого еще никто не опередил в мастерстве вплоть до настоящего времени. А в баскетболе наиболее выдающимися людьми являются Андрей Кириленко и Владимир Кондрашин.

Но тут возникает ***проблема*** – не все люди полностью осознают, какой вклад в развитие мирового спорта внесли те или иные спортсмены. Ведь одно дело знать человека по имени, и совсем другое – по его деятельности и поступкам.

В данной работе будет рассмотрена фигура одной из самых известных и самых титулованных спортсменок СССР в лыжном спорте – Сметаниной Раисы Петровны.

И для того чтобы полностью понять, какова её роль в мировом спорте, нужно, в первую очередь, узнать, что собой представляет этот вид спорта – лыжные гонки, и каковым его развитие было в России. Также необходимо изучить биографию самой спортсменки, в частности – её достижения на мировом уровне.

Таким образом, основными ***задачами*** данной работы являются:

1.Изучение истории развития лыжного спорта в России, оценка его популярности и значимости для страны.

2.Разбор личности Раисы Сметаниной – становление её спортивной карьеры, достижения в мировом спорте, интересные факты из жизни.

**История развития лыжного спорта в России**

Лыжный спорт в России начал развиваться в конце прошлого столетия. Это стало одной из причин, почему довольно длительное время лыжники России уступали спортсменам Скандинавии, кроме того, в конце XIX в. занятия лыжами носили больше развлекательный характер. Любители лыжного спорта совершали прогулки, да и круг любителей лыж был весьма ограничен.

Первые соревнования по лыжному спорту были проведены в нашей стране 13 февраля 1894 г. Петербургским кружком любителей спорта. Победителем на дистанции 1/4 версты, которая была проложена по льду Невы, с результатом 1 мин 35 с. вышел А. Деревецкий. На следующий год на той же дистанции, на том же месте победили П.Москвин с результатом 1 мин 13 с, а у женщин Т.Юрьева - 1 мин 57,5 с.

В то же время лыжный спорт начал свое развитие и в Москве. В 1894 г. 7 любителей лыжных прогулок и 13 спортсменов - членов Московского клуба велосипедистов - организовали кружок лыжников. Руководители кружка за полгода проделали большую организационную работу, разработали устав будущего Московского клуба лыжников (МКЛ) и провели первое организационное соревнование на звание лучшего лыжника кружка (19.02.1895 г.). В 8 соревнованиях на дистанции 1 и 3 км приняло участие всего 9 человек. Министр внутренних дел России 3 марта 1895 г. разрешил открытие клуба, а генерал-губернатор Москвы утвердил его устав. Учредительное собрание клуба 25 августа 1895 г. избрало руководящий орган-комитет в составе 11 человек, который возглавил И.П.Росляков. В первый год своего существования клуб насчитывал 36 членов.

Клуб стал организатором и пропагандистом лыжного спорта в Москве и других городах. Были учреждены призы за победы в соревнованиях и за наибольшее количество верст, пройденных за сезон на лыжах. Любопытно, что в первый год приз МКЛ за наибольшее расстояние, пройденное на лыжах в течение зимнего сезона, был вручен И.П.Рослякову, прошедшему 202 версты. Клубом были проведены и первые официальные соревнования на звание лучшего лыжника, которые состоялись 28 января 1896 г. на Ходынском поле на дистанции 3 версты. Через два года подобный клуб под названием "Полярная звезда" был организован в Петербурге.

В 1901 г. в Москве создается еще один лыжный клуб под названием "Общество любителей лыжного спорта" (ОЛЛС). Его создание сыграло важную роль в развитии спорта в Москве, стало возможным проводить интересные соревнования между клубами. В 1902 г. было проведено первое соревнование на звание лучшего лыжника Москвы на необычно длинную для того времени дистанцию 25 верст - от Пушкино до Сокольников. По свидетельству современников, на этой дистанции победил М.Реммерт (МКЛ) с результатом 2:58.30. В последующие годы первенство Москвы разыгрывалось на той же дистанции. Наиболее успешно выступал А.Лебедев, который три года подряд (1907, 1908 и 1909) становился чемпионом Москвы. С 1903 г., в московских соревнованиях стали принимать участие и женщины.

Но, несмотря на создание клуба, массовость лыжного спорта в Москве возрастала медленно. В бюллетене МКЛ "Спутник лыжника" за 1903-1904 гг. отмечалось как значительное событие в жизни клуба, когда впервые за 8 лет на лыжную станцию собралось на вылазку 50 членов и гостей. Заниматься лыжным спортом в России могли далеко не все желающие. Вход в лыжные клубы широким массам был практически закрыт, так как для занятий необходимо приобрести дорогостоящий лыжный инвентарь, заплатить значительную сумму денег при вступлении в клуб и представить рекомендации трех действительных членов клуба.

Несмотря на то, что в последующие годы было создано еще несколько лыжных клубов в Москве, Петербурге, Туле, Рязани, Костроме, Ярославле, Смоленске и других городах, лыжный спорт в начале XX в. не получил широкого распространения в нашей стране. Некоторые льготы, предоставленные учащимся при пользовании инвентарем в клубах для взрослых, не привели к значительному распространению лыжного спорта среди подростков и учащейся молодежи. По имеющимся данным, в Москве за весь зимний сезон 1907 г. в лыжных вылазках участвовало только 37 учеников.

МКЛ вносил большой вклад в развитие лыжного спорта в Москве и способствовал популяризации его в России. По договоренности между клубами был создан неофициальный Объединяющий комитет обществ. 7 февраля 1910 г. в Москве состоялись первые соревнования на первенство России на дистанцию 30 км. Кроме представителей московских клубов в соревнованиях участвовали лыжники Петербурга и Новгорода. Победу с результатом 2:26.47 одержал П.Бычков. В тот же день была проведена и гонка для мальчиков на 1 версту, победителем с результатом 6 мин 7 с. вышел Градов (ОЛЛС). П.Бычков выгодно отличался от других лыжников техникой ходьбы на лыжах, особенно он хорошо владел "русским ходом" (попеременным двухшажным ходом по современной терминологии). Он же стал чемпионом и в 1911 г.

В течение зимнего сезона 1909/10 г. в Москве состоялось уже 18 межклубных соревнований, а на первенстве города стартовал уже 21 человек - большое по тем временам число участников. Большой популярностью пользовались в то время ежегодные эстафеты вокруг Москвы, ас 1912 г. - гонка Звенигород - Москва на 60 верст ("Большая гонка").

Деятельность Объединяющего комитета в сезоне 1909/10 г. подтвердила необходимость создания единой организации, координирующей работу всех лыжных клубов. Так, весной 1910 г. была учреждена Московская лига лыжебежцев(МЛЛ). Она объединила 10 клубов. Благодаря деятельности МЛЛ значительно увеличилось количество соревнований по лыжному спорту, но, главное, она стала руководящим органом, что немало способствовало дальнейшему развитию лыжного спорта. МЛЛ не имела ни материальных, ни организационных возможностей, ни юридических прав, чтобы руководить деятельностью лыжных клубов страны. Назрела необходимость создания Всероссийской организации. МЛЛ подготовила учредительное собрание и устав будущей организации, который был принят 2 января 1911 г. представителями всех спортивных организаций России, культивирующими лыжный спорт.

Первая организация, руководившая лыжным спортом, получила название Всероссийский союз лыжников (ВСЛ). Но ВСЛ был официально признан царским правительством лишь в 1912 г. Особого влияния на развитие лыжного спорта в России он не оказал, так как не имел материальной поддержки от правительства, а денежные взносы клубов, входящих в его состав, были незначительны. Кроме этого, материальная база, которой располагали лыжные клубы, была невелика. По существу, те 30 клубных лыжных станций, существовавших в России, были домиками, арендованными у частных лиц. Эти "станции" служили и раздевалками для любителей лыжного спорта, и местом хранения инвентаря, и местом размещения правлений клубов. Несмотря на некоторое оживление, лыжный спорт в этот период не получил широкого распространения в России.

По свидетельству М.Гостева, участника первого перехода Москва - Петербург, "... в культе спорта наше отечество настолько отстало от других стран, что о массовом движении в пользу его, т.е. о таком явлении, когда спорт становится делом чуть ли не всего народа, мы можем мечтать только лишь в более или менее отдаленном будущем" (Ежегодник МКЛ. - 1912). Анкета, разосланная в 1909 г. лыжебежцам в различные города и края, где только можно было подозревать о наличии занимающихся лыжным спортом, показала, что "лыжебежный спорт в России находится только в зачатке". Вместе с тем в 1900-1909 гг. уже появилась различная литература, в которой излагались вопросы техники передвижения на лыжах, обучения и оборудования.

Эти издания в основном имели своей целью популяризацию лыжного спорта среди населения. С накоплением опыта в последующие годы (1910-1912) появились значительные работы, где давались уже первые методические советы по тренировке, представляющие определенный интерес, особенно для начинающих. В этих работах нашла отражение односторонняя направленность на преимущественное развитие выносливости, что характерно для тренировки гонщиков дореволюционного периода.

Соревнования в России проводились тогда только на равнинной местности. Лыжники пользовались длинными (до 3- 3,5 м) лыжами, палками в рост человека и выше. Крепления и обувь (пьексы, с загнутыми носами) применялись мягкие. В основном лыжный инвентарь завозился из Финляндии и Швеции - гоночные узкие лыжи типа "Идеал" и "Хааповеси". В России лыжный инвентарь в массовом порядке не производился. Лыжные мази начали применяться только с 1913 г. Все это определило и технику передвижения - спортсмены применяли только "русский ход". С одновременными ходами лыжники ознакомились лишь в 1913 г. на международных соревнованиях - "Северных играх", проходивших в г. Дьюрегольме (Швеция). На эти соревнования выезжали лучшие лыжники П.Бычков и А.Немухин, однако первое выступление русских лыжников за рубежом было неудачным.

В те годы Москва была, по существу, центром развития лыжных гонок. В сезоне 1912 г. на старт различных соревнований вышел 571 лыжник (для сравнения стартовало 402 человека), а в 1913 г. их было уже более 700. 1913 г. характеризуется не только увеличением количества участников, но и ростом спортивных результатов.

Так, на первенстве России 13 февраля 1913 г. в гонке на 30 км известный лыжник Н.М.Васильев показал результат 2:17.04 Сильнейшим лыжником страны Н.М.Васильев стал в 19 лет. Передовые педагоги и врачи России понимали необходимость занятий лыжным спортом. Так, В.В.Гориневский в 1913 г. писал: "Лыжный спорт прекрасен, и его необходимо культивировать в школе не только потому, что этот способ передвижения в русских школах имеет много преимуществ, а потому, что в нем заключается так много образовательных элементов воспитания и он, по существу, восстанавливающий, т.е. принадлежит к гигиеническим упражнениям тела".

В последующие годы наметился некоторый сдвиг в развитии лыжного спорта среди учащихся. Соревнования школьников Москвы в 1916 г. показали рост спортивных результатов юных лыжников - время победителей на дистанциях 5-10-15 км соответственно 24.42, 50.37 и 1:27.00. Улучшение спортивной подготовленности учащихся показали и соревнования, проведенные в 1917 г. в Нижнем Новгороде. Но в целом в дореволюционной России лыжный спорт среди учащейся молодежи и подростков широкого распространения не получил. Значительным событием в истории лыжного спорта, положившим начало дальним переходам русских и советских лыжников, явился переход из Москвы в Петербург, который совершили в сезон 1911-1912 гг. известные московские лыжники А.Елизаров, М.Гостев, И.Захаров и А.Немухин. В трудных условиях они преодолели 680 км за 12 суток 6 ч 22 мин. Помимо этого в дореволюционной России было совершено еще несколько лыжных переходов.

Горнолыжный спорт стал развиваться в России несколько позднее. В 1906 г. общество "Полярная звезда" в Парголово (под Санкт-Петербургом) построило первый трамплин, с которого можно совершать прыжки на лыжах на 8-10 м. В 1909 и 1912 гг. в Юкках (также под Санкт-Петербургом) были построены два трамплина с длиной прыжка до 20 м. В Москве на Воробьевых горах тоже сооружались трамплины. Кроме того, здесь впервые были проведены соревнования по лыжным гонкам по пересеченной местности. Любители лыжного спорта прилагали много сил к широкому распространению любимого вида, но это были усилия одиночек, которые в условиях нехватки инвентаря, спортивных баз не могли добиться многого.[1]

До начала Первой мировой войны было проведено 5 чемпионатов России. В 1918 лыжный спорт был включен в число учебных дисциплин первого учебного плана высшего физкультурного образования. По количеству побед на первенствах страны 1910 - 1954 гг. наивысший рейтинг занимает Зоя Болотова - восемнадцатикратная чемпионка. Среди мужчин сильнейшим был Дмитрий Васильев - 16 побед, он является первым обладателем звания «Заслуженный мастер спорта». В 1948 году советские лыжники вступили в Международную федерацию лыжного спорта (ФИС). Первые золотые страницы в летопись отечественного спорта лыжниками-гонщиками были вписаны в 1954 году. В ту памятную зиму сборная команда впервые вышла на большую международную арену, приняла участие в чемпионате мира, проходившем вблизи шведского города Фалун. Дебют превзошел все ожидания; Л.Баранова (Козырева) завоевала две золотые медали на дистанции 10 километров и в эстафетной гонке 3х5 км вместе с подругами по команде М.Масленниковой и В. Царевой. В.Кузин одержал две блистательные победы в гонках на 30 и 50 км.

Всего за период 1910-1995 гг. было проведено 76 чемпионатов страны на дистанциях от 10 до 70 км у мужчин, и от 3 до 50 км у женщин. С 1963 в программу чемпионата страны включена сверхмарафонская дистанция для мужчин - 70 км. У женщин с 1972 самой длинной стала дистанция 30 км, а с 1994 - 50 км. Рекордная по длине 4-дневная мужская гонка была проведена в 1938 году - 232 км от Ярославля до Москвы. Победил Дмитрий Васильев - его время составило 18 часов 41 мин. 02 с. Рекорд первого лыжного века по количеству побед на чемпионатах страны установила Галина Кулакова - 39 золотых медалей. Спортивные достижения Галины Кулаковой вознаграждены Международным Олимпийским Комитетом - Олимпийским серебряным орденом.[2]

**Биография**

СМЕТАНИНА Раиса Петровна родилась 29 февраля 1952 г. селе Мохча, расположенном в Ижемском районе Коми АССР. Советская спортсменка (лыжные гонки), заслуженный мастер спорта. Обладательница четырех золотых, пяти серебряных и одной бронзовой олимпийских медалей. Многократная чемпионка СССР и мира (1974 - 91). Заслуженный деятель культуры Республики Коми.

Раиса была небольшого роста и немного весила — 160 см и 45 кг. Ее семья - потомственные оленеводы, так что учиться ходить на лыжах девочка начала очень рано. Вместе с Раисой росли еще пятеро братьев и две сестры. Передвигаться в тундре пешком нереально, так что палки и лыжи очень быстро стали привычными для всех.

Поддерживали лыжный спорт в районе два директора местных школ, Александр Петрович Филиппов из деревни Бакуры и Степан Степанович Пантелеев из деревни Мошьги. Они организовывали тренировки и турниры, снимали любительские кинофильмы. Получилось у этих школьных директоров привить любовь к спорту и Раисе. Помимо увлечения лыжами в детстве Раиса Петровна часто рыбачила и ездила на сенокосы с остальными ребятами из села.

Впервые вкус победы Сметанина почувствовала, когда заняла второе место на юношеском первенстве республики в Печоре. Профессионально заниматься лыжами девушка начала сразу после окончания школы. Переехав в Сыктывкар, Сметанина поступила в педагогический техникум, где ее начал тренировать Герман Харитонов, который помог ей после окончания учёбы в техникуме попасть в состав женской лыжной команды общества "Урожай".

Спустя всего 4 года Раиса Сметанина, уже в составе национальной сборной, стала чемпионкой мира, выиграв с командой эстафету, и индивидуально взяв бронзу в гонке на 5 км. В команде Сметаниной очень повезло - тренировал команду Виктор Иванов, считавшийся лучшим наставником в ту пору, а шефство над дебютанткой взяла опытная лыжница Галина Кулакова. Девушки быстро стали близкими подругами.

На ОИ-1976 в австрийском Инсбруке советская лыжница взяла уже три медали, из них две золотых. В гонке на 5 км Раиса секунду уступила Хелене Текало из сборной Финляндии, которая в итоге и получила главную награду, а Сметанина стала второй.

На ЧМ-1978 в финском Лахти Сметанина уже четыре раза поднялась на пьедестал. Правда, на первое место попасть тогда не удалось ни разу.

В 1980 году в Лэйк-Плэсиде Сметанина выиграла золото на 5 км и серебро в эстафете, в 1984-м - серебро на 10 и 20 км, в 1988-м в Калгари - вновь серебро на 10-километровой дистанции. В Калгари 35-летняя Сметанина в состав "золотой" эстафетной команды уже не попала, однако затем выиграла в этом виде серебряные медали на чемпионате мира 1989 года в финском Лахти, а через два года - золото в Валь-ди-Фьемме.

На Играх-1992 в Альбервиле Сметанина выступила в составе звездной Объединенной команды - с Еленой Вяльбе, Ларисой Лазутиной и Любовью Егоровой. Норвежки в эстафете отстали более чем на 20 секунд, а Сметанина вошла в историю, выиграв золотую олимпийскую награду за 12 дней до 40-летия, чего в лыжном спорте не случалось никогда. Она была близка и к медали на 10-километровой дистанции, однако осталась четвертой, пропустив вперед молодых звезд - Егорову, итальянку Стефанию Бельмондо и Вяльбе.

Сметанина установила выдающееся достижение, выиграв наибольшее количество медалей на зимних Олимпиадах - 10. Впоследствии ее опередили лишь два великих норвежца - лыжник Бьёрн Дэли и биатлонист Уле-Эйнар Бьорндален, а среди женщин рекорд повторили Бельмондо и норвежка Марит Бьорген. На чемпионатах мира Сметанина завоевала 12 наград (четыре - золотые), которые уложились в промежуток в 17 лет.

Всего Раиса Сметанина приняла участи в пяти Олимпиадах и нигде не осталась без награды. Семикратная призерка чемпионатов мира по лыжным видам спорта собрала в коллекцию 26 международных наград. Но главнее всего оказался приз Пьера де Кубертена, основателя новых Олимпийских игр. Этот кубок вручается за следование принципам олимпийского движения и честной борьбе. Международный олимпийский комитет по достоинству оценил достижения советской лыжницы. [3]

На родине в честь Сметаниной назван лыжный центр в Сыктывкаре. Последнюю свою неспортивную награду Раиса Петровна получила в 2003 году (Орден Почета).

**Выдающиеся результаты спортивной карьеры в рамках мировых состязаний.**

Как было сказано ранее, Раиса Сметанина принимала участие в пяти Олимпийских играх, и на каждых из них она завоёвывала награды. Но стоит отдельно отметить Олимпиаду в Инсбруке в 1976 году. На первые в своей спортивной жизни Олимпийские игры Раиса Сметанина приехала лидером сборной команды СССР. Всего секунду проиграла она в пятикилометровой гонке финской спортсменке Хелене Такало. Секунду, которая оказалась на вес золота, - Такало получила золотую медаль, Сметаниной досталась серебряная. Однако три дня спустя 23-летняя советская лыжница сумела взять реванш. На 10-километровой дистанции Такало стартовала почти сразу за Сметаниной, что давало финской спортсменке возможность вести гонку, зная график главной соперницы. Все же Такало не сумела извлечь выгоды из преимущества, которое обеспечил ей жребий. Скорость Раисы Сметаниной оказалась в итоге более высокой. Так завоевала она золотую медаль, оставив серебряную Такало.

Триумфальным было выступление лидера нашей сборной - Раисы Сметаниной - участницы пяти Зимних Олимпийских игр (1976-1992 гг.), на которых выиграны 4 золотые, 5 серебряных и 1 бронзовая медали. Причем на своей пятой Олимпиаде в Альбервиле в 1992 году золотой медали она была удостоена в 40 лет, что является своеобразным рекордом долголетия среди лыжниц по сохранению уровня высшего спортивного мастерства. А всего в ее коллекции, как и у Галины Кулаковой, 26 наград с мировых чемпионатов и олимпиад.[4] Ниже представлен полный список достижений и наград Раисы Сметаниной.

Олимпийские игры:

**Инсбрук**, Австрия, 1976 г.

Эстафета 4x5 км – золото

10 км – золото

5 км – серебро

**Лейк-Плэсид**, США, 1980 г.

5 км – золото

Эстафета 4x5 км – серебро

**Сараево**, Югославия, 1984 г.

10 км – серебро

20 км – серебро

**Калгари**, Канада, 1988 г.

10 км – серебро

20 км – бронза

**Альбервиль**, Франция, 1992 г.

Эстафета 4x5 км - золото

Чемпионаты мира:

**Фалун**, Швеция, 1974 г.

Эстафета 4x5 км – золото

5 км – бронза

**Лахти**, Финляндия, 1978 г.

10 км – серебро

20 км – серебро

5 км – бронза

Эстафета 4x5 км – бронза

**Фалун**, Швеция, 1980 г.

20 км – бронза

**Осло**, Норвегия, 1982 г.

20 км – золото

Эстафета 4x5 км – серебро

**Зеефельд**, Австрия, 1985 г.

Эстафета 4x5 км – золото

**Лахти**, Финляндия, 1989 г.

Эстафета 4x5 км – серебро

**Вали-ди-Фьемме**, Италия, 1991 г.

Эстафета 4x5 км – золото

На чемпионатах СССР: 21 золотая, 14 серебряных, 15 бронзовых медалей.

Правительственные награды:

1976 г. – Орден «Знак Почета»

1980 г. – Орден Трудового Красного Знамени

1984 г. – Орден Дружбы Народов

1988 год - Орден Октябрьской Революции

2003 год - Орден Почета

Заслуженный мастер спорта СССР

Заслуженный работник культуры Коми АССР

Почетный гражданин города Сыктывкар

Почетный гражданин Республики Коми

В 1993 году Раисе Сметаниной был вручен специальный приз ЮНЕСКО «Fair Play» («За благородство в спорте и честную борьбу»).

С 1992 года Республиканскому лыжному комплексу присвоено имя Раисы Сметаниной.

Раиса Сметанина — единственная лыжница, вошедшая в десятку лучших спортсменов мира ХХ века по зимним видам спорта.[5]

**Занимательные факты из жизни спортсмена. Свидетельства очевидцев, примеры из жизни, сравнения**

В марте 1997 года был сдан для проживания коттедж Раисы Сметаниной. В этот же год согласно Распоряжению Главы Республики Коми (№669-р от 24 июля 1997 г.) были начаты работы по созданию музея, который в августе 1999 года получил статус Государственного республиканского учреждения. С этого времени музейная экспозиция принимала посетителей в одной из жилых комнат коттеджа площадью 35 кв. метров. За прошедшие годы музей посетила не одна тысяча экскурсантов разных возрастов, разных профессий, иностранных гостей республики.

В 2007-2008 году была проведена реконструкция музея. Новые площади музея в пять раз превышают предыдущие. Собран эксклюзивный материал по истории развития лыжных гонок 2-ой половины ХХ века через воспоминания выдающихся спортсменов, тренеров, организаторов спортивной жизни страны и республики.

Существенно увеличился экспонируемый материал: новый раздел экспозиции рассказывает о сегодняшних достижениях спортсменов-лыжников республики Коми, даёт ежегодно обновляющуюся информацию о Всероссийских соревнованиях на призы Олимпийской чемпионки Раисы Петровны Сметаниной. Помимо призов и наград представлена ретроспектива тренировочного и бегового инвентаря лыжников.

В ноябре 2011 года Олимпийским комитетом России были подведены итоги Всероссийского конкурса музеев олимпийского и спортивного движения. Музей олимпийской чемпионки Раисы Сметаниной занял 2 место в номинации «музей развития вида спорта в России и ее субъектах».[6]

Нельзя не отметить, что за свою карьеру Раиса Сметанина работала со многими людьми, и большинство из них отзывались о ней только положительно. Вот лишь некоторые из этих отзывов:

Светлана НАГЕЙКИНА, олимпийская чемпионка Калгари-1988:

- Когда Раиса Петровна находилась в зените славы, я была молодой девчонкой. Вырезала из газет и журналов ее фото. Впервые попав в сборную, поначалу слово ей стеснялась сказать. Она же в повседневной жизни оказалась очень скромной, сдержанной, никогда не вступала в споры, не участвовала в интригах. При этом владела артистическим даром и в узком кругу прекрасно пародировала людей. Самое интересное, что тихий характер не мешал ей обладать большим авторитетом в команде. Уважением пользовалась безграничным. К мнению Сметаниной всегда прислушивались, хотя она никогда не навязывала свои взгляды.

Александр ГРУШИН, главный тренер сборных СССР и России в 1984–2002 годах:

- В 1986-м Раиса перешла тренироваться в мою группу. Она к тому моменту была титулованной спортсменкой, но без звездного апломба. Являлась истинным вожаком команды, заботилась о более юных коллегах, как наседка о цыплятах. Очень помогала мне «разруливать» конфликты, которые неизбежно возникают в женских коллективах. Частично выполняла даже роль тренера. В то же время старалась не оказываться в центре внимания. Некоторые жить не могут без публичной похвалы, а Сметанина - наоборот. Северные люди привыкли мало говорить, но много делать. Желаю Рае отменного здоровья и хочу, чтобы она передавала свой богатейший опыт молодым спортсменам. Сейчас наша чемпионка слишком замкнуто живет. Хорошо, что подруги ее не забывают и местные власти к ней тепло относятся. Но надо чаще бывать на людях. Такой человек никому не будет в тягость. Сметанину все любят и уважают. Лыжной федерации нужно быть более активной - решительнее приглашать Раису на различные мероприятия. Обидно, что поколение, принесшее стране так много успехов, становится все менее заметным.

Михаил ДЕВЯТЬЯРОВ, олимпийский чемпион Калгари-1988:

- Первое, что приходит на ум, когда говоришь о Раисе Петровне, - это ее красивый, на редкость легкий бег по лыжне. Коньковый ход начали осваивать лишь в период заката ее карьеры, но классика в исполнении Сметаниной - это классика! Столь идеальная техника, во-первых, была заложена природой - врожденной координацией движений, во-вторых, грамотной работой наставников. В большом спорте, особенно в женских командах, обычное явление, когда старожилы-ветераны ревниво относятся к новичкам. Но ничего подобного не было у Раисы Петровны: молодежь всегда находила в ее лице поддержку и при необходимости реальную помощь. Отбегав на высшем уровне до 40 лет, Сметанина затем очень неплохо трудилась тренером. Не знаю, почему о данном факте редко упоминают. А главная ее роль - это популяризация лыж, спорта и здорового образа жизни. Всем приезжающим в Сыктывкар советую посетить музей великой чемпионки - крайне интересная экспозиция.[7]

Анфиса РЕЗЦОВА, олимпийская чемпионка Калгари-1988:

- Раиса Петровна во всем пример для нас. Может быть, мы по характеру разные: она несколько замкнута, сама в себе, мне кажется, даже любит одиночество. Ее спортивному подвигу, ее трудолюбию нужно только поклоняться. Ее самоотверженность - лучшее объяснение тому, как можно стать сильнейшей на лыжне.

Понимая, что спортивная карьера когда-нибудь закончится, Раиса Петровна Сметанина заботилась о молодых спортсменках из команды. Она занялась воспитанием нового поколения русских лыжниц. Раиса Петровна на личном примере показывала девушкам, с каким упорством и трудолюбием надо добиваться поставленных целей. Прославленная лыжница постоянно задавала им высокий темп, как на тренировках, так и на соревнованиях.

***Заключение***

1.После изучения истории развития лыжного спорта в России можно сказать, что лыжный спорт – один из самых популярных видов спорта в нашей стране. Этому способствовало его доступность и климатические условия страны. В настоящий момент этот вид спорта развивается из года в год, и его поклонников в России становится все больше и больше, даже, несмотря на различные скандалы вокруг спортсменов, принимающих участие в данных соревнованиях. А тот факт, что со стороны правительства идёт усиленное внимание к этому виду спорта в виде ежегодного увеличения спонсирования, показывает важность лыжного спорта для страны.

2.Раиса Петровна Сметанина – выдающаяся советская спортсменка. Если смотреть на то количество наград, которые она завоевала, то можно сказать, что она одна из самых успешных гонщиц за всю историю лыжного спорта. Её вклад в развитие личного спорта, в физическое воспитание молодежи, ее личные уникальные спортивные достижения невозможно переоценить. Благодаря своей деятельности, интерес к лыжным гонкам в нашей стране заметно увеличился, а мировой авторитет страны значительно вырос. И даже после окончания своей профессиональной карьеры Раиса Петровна продолжила работать на благо своей страны, воспитывая новое поколение будущих спортсменов. Ведь своим примером она показывала и показывает сейчас, что если усердно тренироваться, относиться к своему делу с трудолюбием и настойчивостью, то можно достичь любых вершин, невзирая на какие-либо преграды и трудности.

**Список литературы**

[1] Развитие лыжного спорта в России [Электронный ресурс]. URL: http://www.historysport-ru.ru/load/lyzhnyj\_sport/istorija\_lyzhnogo\_sporta/razvitie\_lyzhnogo\_sporta\_v\_rossii/128-1-0-699 (дата обращения: 14.03.2018.)

[2] История развития лыжных гонок в России [Электронный ресурс]. URL: http://clsomsk.ru/content/istoriya-lyzhnyh-gonok-v-rossii (дата обращения: 18.03.2018).

[3] Информационное агентство России [Электронный ресурс]. URL: http://tass.ru/sport/4060258 (дата обращения: 17.03.2018).

[4] Сметанина Раиса Петровна [Электронный ресурс]. URL: http://www.flgr.ru/flgr/legends/1396.html (дата обращения: 18.03.2018).

[5] Сметанина Раиса Петровна [Электронный ресурс]. URL: http://www.sportrk.ru/athlets/27/ (дата обращения: 16.03.2018).

[6] "Музей олимпийской чемпионки Раисы Сметаниной" [Электронный ресурс].URL: http://www.sportrk.ru/page/podvedomstvennye.gbu\_rk\_muzey\_raisy\_smetaninoy/ (дата обращения: 18.03.2018).

[7] Прямая речь [Электронный ресурс]. URL: http://portal-kultura.ru/articles/sport/154350-raisa-smetanina-uchilas-na-doshchechkakh-s-remeshkami-iz-oleney-kozhi/ (дата обращения: 15.03.2018).

Развитие лыжного спорта в России [Электронный ресурс]. URL: http://fizsport.ru/story-lyzhnogo-sport/razvitie-lyzhnogo-sporta-v-rossii (дата обращения: 14.03.2018).

Раиса Петровна Сметанина – гордость лыжного спорта [Электронный ресурс]. URL: http://fb.ru/article/180456/raisa-petrovna-smetanina-gordost-lyijnogo-sporta (дата обращения: 16.03.2018).

Раиса Сметанина — лучшая лыжница из СССР [Электронный ресурс]. URL: http://www.sportobzor.ru/zvezda-sporta/raisa-smetanina-luchshaya-lyzhnica-iz-sssr.html (дата обращения: 17.03.2018).

Сметанина Раиса Петровна [Электронный ресурс]. URL: https://www.prosport11.ru/athletes/2/ (дата обращения: 14.03.2018).

Музей Олимпийской чемпионки Раисы Сметаниной [Электронный ресурс]. URL: http://mwc2015.ru/culture-and-trips/museum-of-olympic-champion-raisa-smetanina/ (дата обращения: 18.03.2018).

Раиса Петровна Сметанина [Электронный ресурс]. URL: http://federacia.ru/encyclopaedia/bomonde/smetanina/ (дата обращения: 14.03.2018).

История развития лыж и лыжного спорта [Электронный ресурс]. URL: http://www.offsport.ru/ski/history.shtml (дата обращения: 14.03.2018).

История лыжного спорта [Электронный ресурс]. URL: http://www.flgr.ru/flgr/history/2.html (дата обращения: 18.03.2018).

Почетные граждане города [Электронный ресурс]. URL: http://xn--80adxb5abi4ec.xn--p1ai/o-syktyvkare/pochetnye-grazhdane-goroda (дата обращения: 15.03.2018).