

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

Тип проекта: информационно-познавательный

Тема проекта:

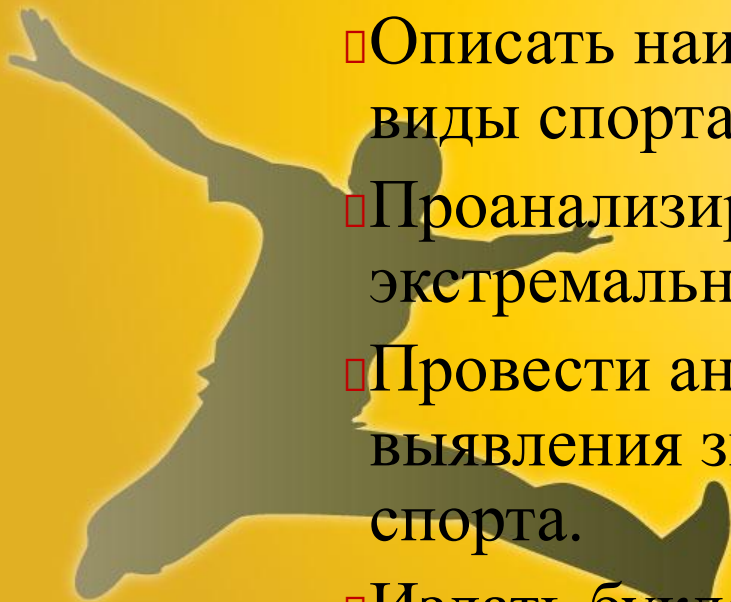
«Экстремальные виды спорта»



ЦЕЛЬ: узнать, какие виды спорта называются экстремальными и почему?

ЗАДАЧИ:

- Проанализировать литературу по теме проекта и подобрать необходимую информации.
- Описать наиболее популярные экстремальные виды спорта.
- Проанализировать плюсы и минусы экстремального спорта.
- Провести анкетирование подростков с целью выявления знаний об экстремальных видах спорта.
- Издать буклет об экстремальных видах спорта.



Экстрём (англ. *extreme* — противоположный, обладающий высокой степенью, чрезмерный, особенный) — выдающиеся, экстраординарные действия, как правило связанные с опасностью для жизни.



Плюсы и минусы экстремального спорта

ПЛЮСЫ

- возможность побороть свои страхи;
- уверенность в себе и востребованность у противоположного пола;
- отличная физическая форма
- тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

МИНУСЫ

- опасность для здоровья и жизни;
- чрезмерное напряжение организма и внутренних органов;
- своеобразный стиль жизни;
- высокая стоимость.

Паркур

Искусство перемещения и преодоления препятствий, в городских условиях. В настоящее время активно практикуется и развивается во многих странах мира.

Сутью паркура является движение и преодоление препятствий различного характера. Таковыми могут считаться как существующие архитектурные сооружения (перила, парапеты, стены и пр.), так и специально изготовленные конструкции.



Бейсджампинг.

Его "прародителем" является парашютный спорт. Однако, в отличие от прыжков с парашютом из летательных аппаратов, бейс-прыжки совершаются с кардинально более низких высот в непосредственной близости от объекта, с которого прыгает джампер (прыгун), будь то скала, здание, заводская труба или что-то еще.



КЕЙВ - ДАЙВИНГ

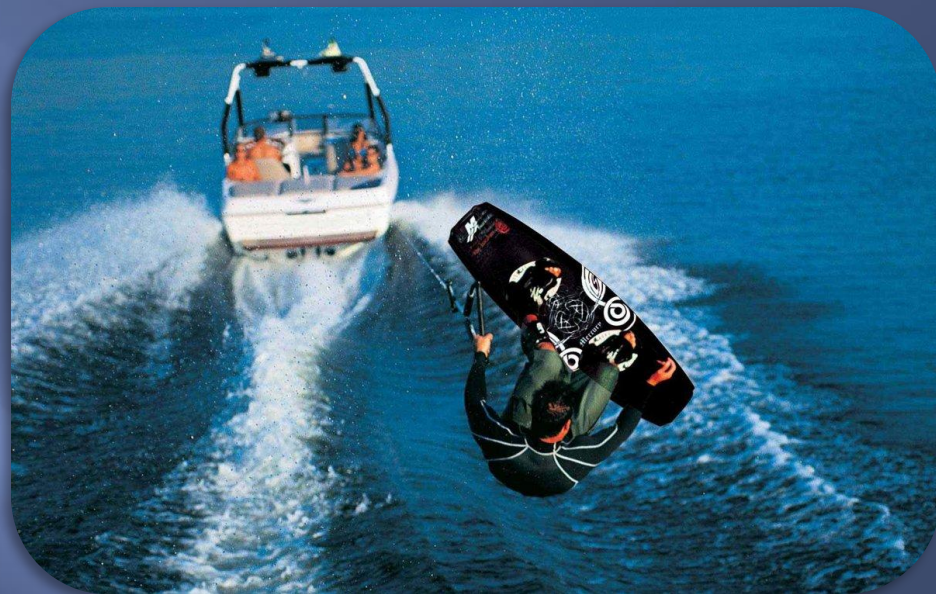
Как его еще называю «пещерный дайвинг».

Этот вид спорта намного опаснее и сложнее обычного простого дайвинга, из-за отсутствия возможности немедленно всплыть на поверхность, в случае опасности или недостатка кислорода.



Вейкбординг

Вейкбординг – один из наиболее активно развивающихся водных видов спорта и отдыха в мире. Сочетает в себе элементы воднолыжного слалома, акробатику и прыжки. Он похож со сноубордом, скейтбордом и серфингом.



В вейкбординге спортсмен, двигаясь либо за катером, либо с помощью канатно-буксировочной установки, выполняет различные трюки с помощью волн. Трюки можно разделить на несколько видов: вращения, сальто, сальто с вращением, поднятие платформ, основанные на рейли.

СКАЛОЛАЗАНИ

Вид спорта и активного отдыха, который заключается в лазании по скале или скаладруму. Зародившись как разновидность альпинизма, скалолазание в настоящее время — самостоятельный вид спорта.

Скалолазание помогает укрепить кости, повысить выносливость, для занятий очень важна сила пальцев рук.



Результаты анкетирования:

30% знают о
многих разновидностях
экстрима

Благодаря случайному
знакомству из СМИ



СПАСИБО



ЗА ВНИМАНИЕ!