



ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ
СПОРТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С
БЕЗГРАНИЧНЫМИ
СПОСОБНОСТЯМИ»



ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С БЕЗГРАНИЧНЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ?

1. Экстремальные виды двигательной активности- компоненты (виды) АФК, удовлетворяющие потребности лиц с отклонением в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

- Легкая атлетика является одним из видов спорта, которые включены в Паралимпийских играх и был один из наиболее быстро развивается, таким образом, участие спортсменов слепых, параплегиков и парализованных, людей с церебральным параличом и ампутантами.



ВЕЛОСПОРТ

- Он состоит из трековых и дорожных испытаний и, хотя он относительно новый, его можно считать одним из самых популярных паралимпийских игр.. Их различные типы тестов проводятся в группах, классифицированных по типу инвалидности людей, которые участвуют.
- Группы могут состоять из слепых людей, с церебральным параличом, дефектами зрения, а также с людьми, которые имеют двигательные проблемы или имеют ампутацию.



ФЕХТОВАНИЕ

- Фехтование, как известно сегодня, восходит к 19 веку. В этот вид спорта играют люди с ограниченными физическими возможностями, поэтому они будут участвовать в инвалидном кресле с механизмами, которые позволят ему двигаться вперед и назад..
- Это можно рассматривать как сочетание различных навыков, таких как тактика, сила, техника и скорость. Существуют различные модальности, такие как: меч, фольга и сабля.
- Включение этого вида спорта с использованием инвалидной коляски в Паралимпийские игры восходит к 1960 году в играх, которые проходили в городе Риме.



ФУТБОЛ

- У него очень мало различий с обычным футболом.
- Люди, которые обычно занимаются этим типом адаптированного спорта, имеют различные степени церебрального паралича. Правила обычно мало чем отличаются от оригинальной игры, поскольку соблюдаются правила Международной федерации футбольных ассоциаций (ФИФА):
- В этом случае команды состоят из семи человек вместо 11, рассчитывая на вратаря.
- Одна рука может быть использована для вбрасывания. В отличие от обычных видов спорта, вне игры не существует. Продолжительность матчей обычно несколько короче, с продолжительностью 30 минут для каждого периода..
- Наконец, еще одно несоответствие заключается в том, что игроки, которые формируют команды, должны иметь разные уровни инвалидности..



ГОЛБОЛ

- Это происходит из таких стран, как Германия и Австрия. Он считается командным видом спорта, состоящим из трех игроков, и, как и футбол, играется на прямоугольной дорожке, в которой на каждом конце есть цель. В отличие от этого, вы будете играть не ногами, а рукой. Это практикуют люди, которые имеют какой-то вид нарушения зрения, и мяч, который используется, громкий.
- Допуская участие в Goalball людей с различными степенями нарушения зрения и гарантируя условия для слепых и слабовидящих; все игроки будут использовать маску, которая закрывает их глаза.
- Наконец, следует отметить, что для правильного развития игры необходимо молчать и аплодировать только тогда, когда команда забила гол..



ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА

- Он характеризуется скоростью, с которой он распространился по всему миру. Его практикуют спортсмены с ампутированными конечностями, страдающие церебральным параличом, параплегией ...
- Когда люди, которые собираются участвовать в этом виде спорта, уже отобраны, они обычно делятся в соответствии с весом тела, а не травмой, как в мужской, так и в женской категориях. Он формируется из нескольких модальностей: пауэрлифтинг и вейфлифтинг.
- Этот вид спорта состоит в том, что он может располагать штангу, состоящую из гирь, в груди, затем оставлять ее без движения и поднимать до тех пор, пока локти не вытянуты. У участников есть три попытки каждый раз, когда прибавляется вес, и тот, кто смог поднять больше килограммов, выигрывает.

Paralympic Games



ДЗЮДО

- Этот вид спорта является боевым искусством, которое требует баланса между атакой и защитой.
- Паралимпийскую модальность обычно практикуют люди с нарушениями зрения. Он отличается от обычной игры тем, что в этом случае игроки начинают держать за лацканы, и показания судьи звучат звучно..



KONAS.RU

СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ

