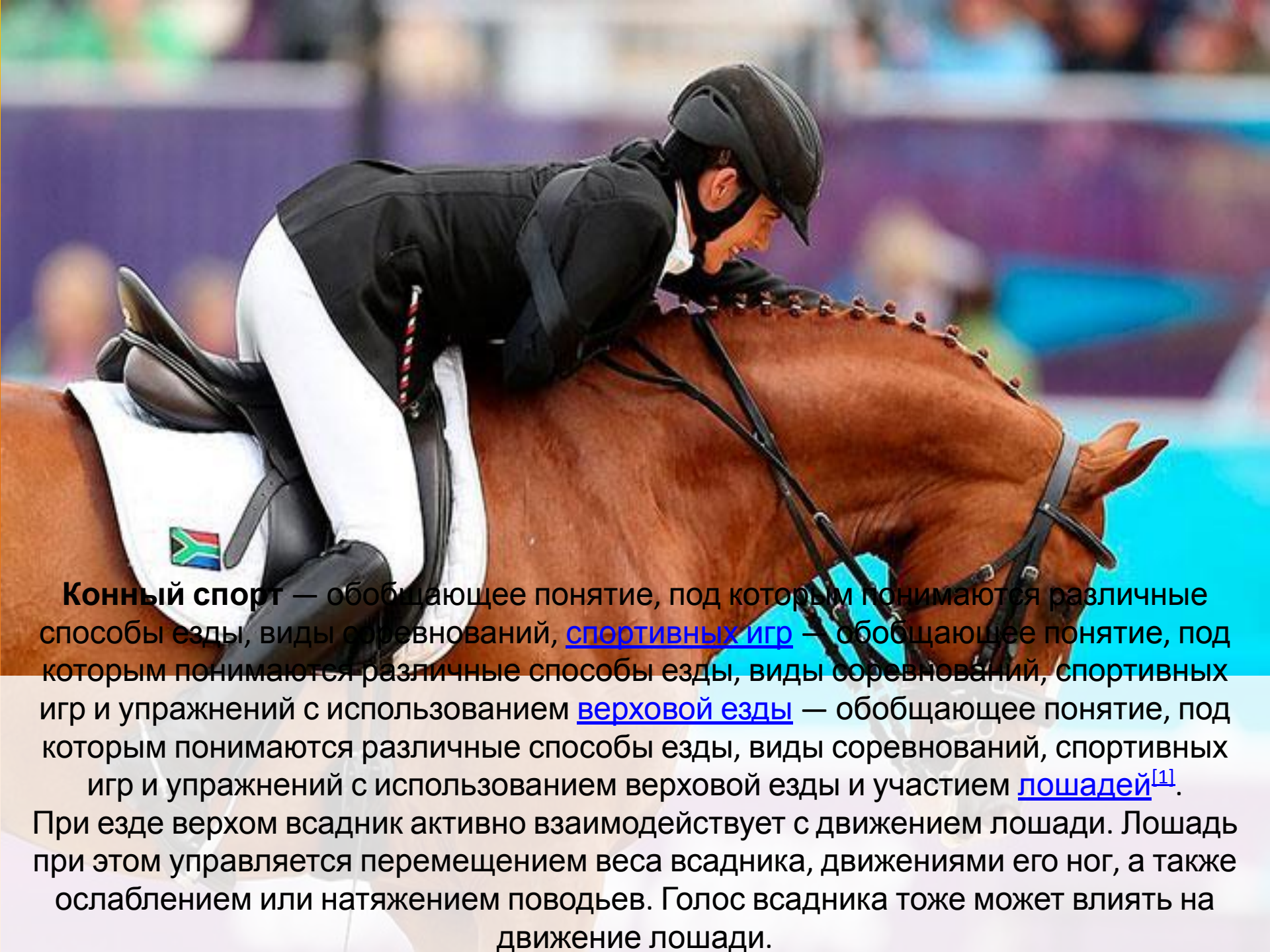


Экстремальные виды спорта

**подготовил студент 2
курса группы ФК-ДО-21
Семёнов Владимир**

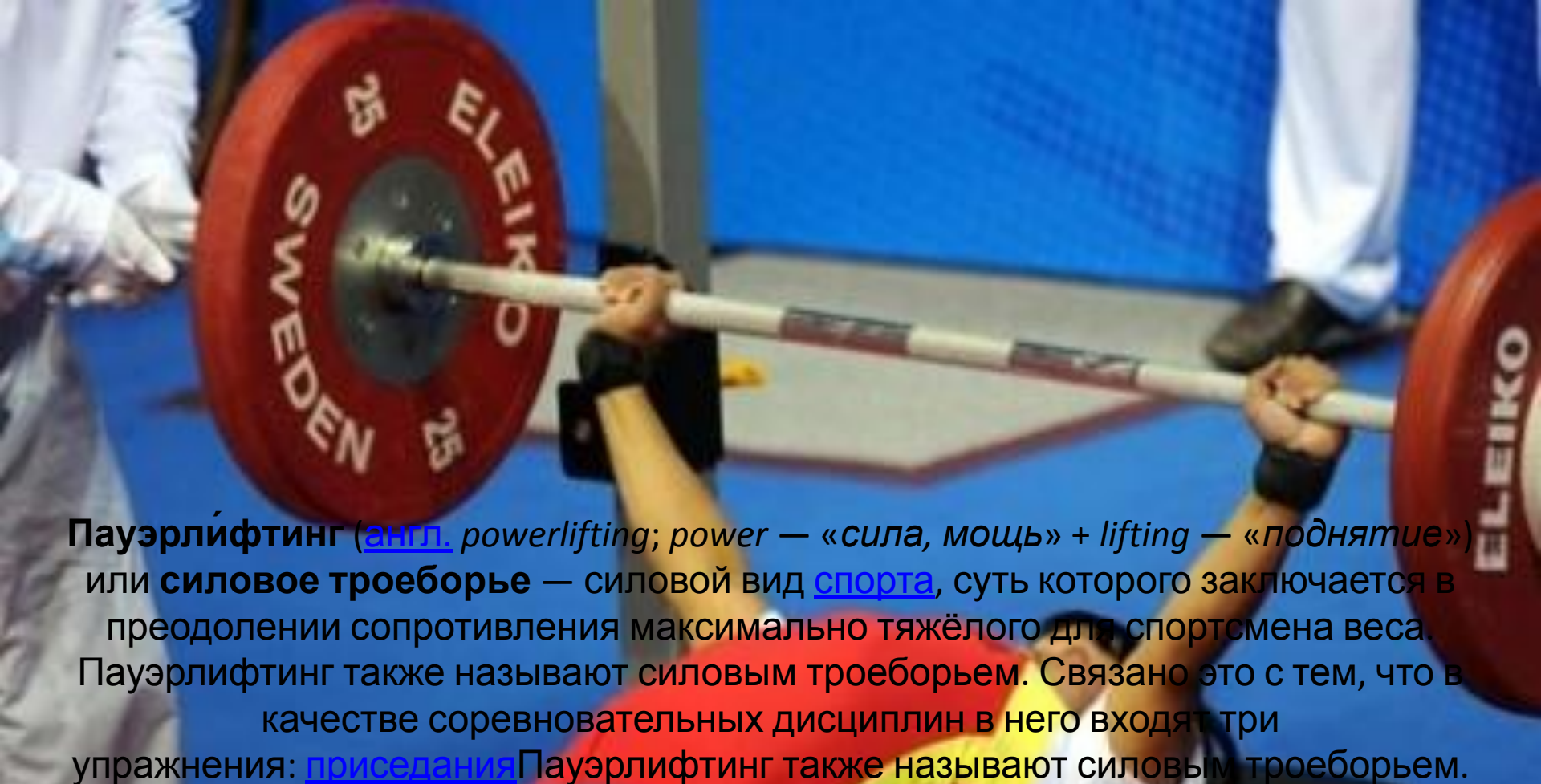


Конный спорт — обобщающее понятие, под которым понимаются различные способы езды, виды соревнований, [спортивных игр](#) — обобщающее понятие, под которым понимаются различные способы езды, виды соревнований, спортивных игр и упражнений с использованием [верховой езды](#) — обобщающее понятие, под которым понимаются различные способы езды, виды соревнований, спортивных игр и упражнений с использованием верховой езды и участием [лошадей](#)^[1].

При езде верхом всадник активно взаимодействует с движением лошади. Лошадь при этом управляется перемещением веса всадника, движениями его ног, а также ослаблением или натяжением поводьев. Голос всадника тоже может влиять на движение лошади.



Пáрусный спорт, Яхтинг, Сэйлинг ([англ. Sailing](#)) — активный вид [водного спорта](#)) — активный вид водного спорта, в котором спортсмены соревнуются, используя парусное снаряжение, установленное, главным образом, на [яхтах](#)) — активный вид водного спорта, в котором спортсмены соревнуются, используя парусное снаряжение, установленное, главным образом, на яхтах. Наибольшее развитие парусный спорт получил в тех странах, где данным видом спорта было удобно



Пауэрли́фтинг ([англ.](#) *powerlifting*; *power* — «сила, мощь» + *lifting* — «поднятие»)

или **силовое троеборье** — силовой вид [спорта](#), суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжёлого для спортсмена веса.

Пауэрлифтинг также называют силовым троеборьем. Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три

упражнения: [приседания](#) Пауэрлифтинг также называют силовым троеборьем.

Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три упражнения: приседания со [штангой](#) Пауэрлифтинг также называют силовым

троеборьем. Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три упражнения: приседания со штангой на спине (точнее на верхней части лопаток), [жим штанги лёжа](#) Пауэрлифтинг также называют силовым троеборьем.

Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три упражнения: приседания со штангой на спине (точнее на верхней части лопаток), жим штанги лёжа на горизонтальной скамье и [тяга](#) Пауэрлифтинг также



склонов на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру. Традиционно наиболее развит в таких странах как Австрия, [Италия](#) — спуск с покрытых снегом склонов на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру. Традиционно наиболее развит в таких странах как Австрия, Италия, [Франция](#) — спуск с покрытых снегом склонов на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру. Традиционно наиболее развит в таких странах как Австрия, Италия, Франция, [Швейцария](#) — спуск с покрытых снегом склонов на специальных лыжах. Вид спорта, а также популярный вид активного отдыха миллионов людей по всему миру. Традиционно наиболее



Прыжки с парашютом. Данный вид спорта даёт возможность получить новые ощущения и добавляет веры в собственные силы. Ведь победив свои страхи у человека появляется мотивация двигаться дальше и не стоять на месте.



Альпинизм для лиц с ОВЗ

На сегодняшний день скалолазание стало доступным, и более того, прямо рекомендуется докторами всего мира для инвалидов и людей с ограниченными возможностями.

Во-первых, это нужно для того, чтобы такие люди также имели возможность тренировок наравне со всеми без каких-либо ограничений.

Во-вторых, для лечения таких болезней как ДЦП, прямо ориентировано на обучение выполнения заданий по координации движений тела.

Скалолазание как никакой другой вид ориентировано на выполнение этих задач.