



**МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГАОУ ВО «ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ»**

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ ДЕТСКОЙ И
ПОДРОСТКОВОЙ СУБКУЛЬТУРЫ»**

НА ТЕМУ: «МОЛОДЁЖНОЕ ДВИЖЕНИЕ – ПАРКУР»

**ИСПОЛНИТЕЛЬ: СТУДЕНТКА 4 КУРСА ОЗО 43 ГРУППЫ
НАПРАВЛЕНИЕ
050400 «ПСИХОЛОГИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА»
ПОГОДИНА СВЕТЛАНА ВАСИЛЬЕВНА**

**ПРЕПОДАВАТЕЛЬ: ДОЦ. САВЕНКОВА ПРИНА
ВИТАЛЬЕВНА**

**Г. РОСТОВ-НА ДОНУ
2016 ГОД**



Паркур – это экстремальный вид спорта,
основанный на выполнении опасных трюков
без всякой страховки.



Лозунг паркура: «Нет границ, есть только препятствия».



Основатель паркура – Давид Белль.

Parcour пришло из конного спорта и переводится с французского как «полоса препятствий». А слово «трейсинг» произошло от французского *tracieur* – человек, прокладывающий новые пути.



Задача трейсера - преодолеть все препятствия, встречающиеся на пути, достигнуть цели – определенной точки города. Настоящий трейсер должен обладать навыками легкоатлета, гимнаста, акробата, скалолаза, спринтера, прыгуна...





Виды паркура.

личная акробатика или Акрострит (Acrostreet) – данный вид основывается на выполнении акробатических элементов на ровной площадке

Виды паркура (продолжение)

Билдеринг (Buildering) – это городской вариант скалолазания. Вместо скалы используется здание или любая металлоконструкция.



Школы паркура

- 1.Московская школа паркура
- 2.РКСРА-школа паркура в Санкт-Петербурге
- 3.Школа паркура в Нижнем Новгороде
- 4.Одесская школа паркура
- 5.Киевская школа паркура и акрострита





Основные элементы паркура

Баланс–умение удерживать равновесие на узком участке.

Валран (wallrun)–умение бегать по поверхности отвесной стены.

Кэт баланс (catbalance)–навык передвигаться на полусогнутых ногах по очень узкой дорожке.

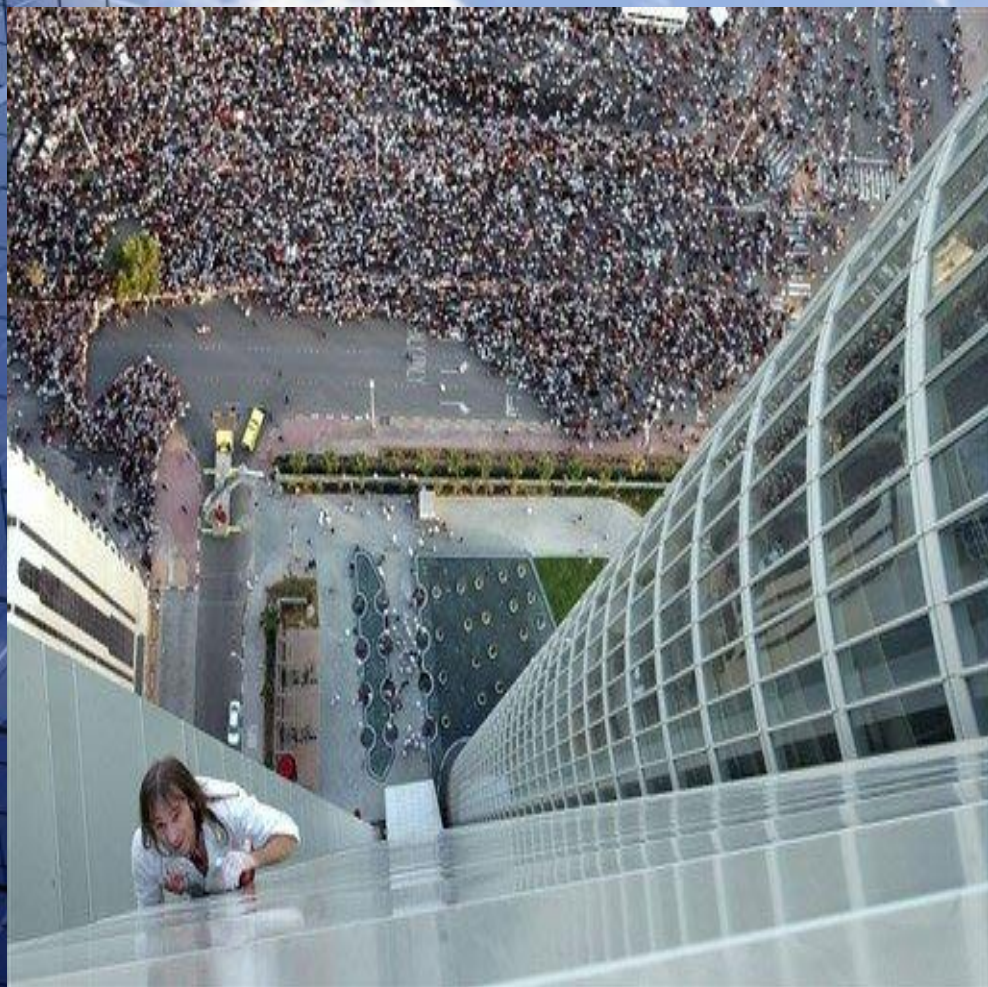
Кэт Пэс(catpase) - ходьба на руках.

Приземление (Landing). Ноги должны пружинить, уже в воздухе важно начинать сгибать колени, чтобы приземлиться безопасно и без травм.

Ролл(roll) –приземление с перекатом через плечо.

Тик-так(tic-tac) –трюки, позволяющие использовать одно препятствие для того, чтобы преодолеть другое.

48-летний французский скалолаз Ален Робер по прозвищу **Человек-паук** уже более 30 лет покоряет самые высокие небоскребы мира.



Яркие представители паркура

1995 г. Команда «Yamakasi»

Давид Белль, Ян и Фредерик Хнотру, Дэвид Малгон и
Себастьян Фука



В России первая паркур-группа N.R.G. появилась в 2006 году. В ее состав входили Дмитрий Пономарев, Никита Гулиев и Даниил Голубев. В 2007 году в Москве был проведен Первый Российский Фестиваль Паркура.

**1-ЫЙ
РОССИЙСКИЙ
ФЕСТИВАЛЬ
ПАРКУРА**

28 июля '07
ЛУЖНИКИ

БСА со стороны
ст. М. Спортивная

С 11 до 19

- паркур от команд со всей России
- фестиваль видео
- фото слайд шоу
- школа паркура
- конкурсы, призы
- лучшая музыка и мн. др.

ГРАНИЦ НЕТ - ЕСТЬ ТОЛЬКО ПРЕПЯТСТВИЯ

фото: Дитон Жданов
на фото: Слава Замыслов

TRACERS
www.tracers.ru

athlete
www.nepadaet.ru

МОСКОМСПОРТ

РАВА

С чего начать обучение паркуру?

1. Чтобы научиться паркуру, стоит начать с наращивания физической нагрузки и освоения основных элементов, таких как простые прыжки, прыжки с опорой на руки, приземления, роллы, баланс.

2. После того, как вы научились выполнять стандартные элементы, можно переходить к изучению и освоению более сложных: манки, тик-так, сприн и другие элементы.

3. Когда вы поймёте, что способны на большее, тренируйтесь в выполнении валрана, ходьбы на руках, баланса на руках и других элементов высокой сложности.

Верьте в себя и будьте верны своему увлечению, и все у вас получится! Успехов!

Спасибо за внимание!

