

## Parkour

Vrsta: Seminarski | Broj strana: 11 | Nivo: Fakultet Sporta i Fizičkog vaspitanja Niš

### САДРЖАЈ

Увод .....	3
Историјат .....	4
Правила .....	5
Модалитети .....	6
Терминологија .....	7
Позитивне карактеристике паркура .....	8
Негативне појаве .....	9
Закључак .....	10
Литература .....	11
Прилози .....	12

### УВОД

#### Шта је Паркур (Parkour)?

- Да ли све што постоји око нас мора да служи ономе чему је наменјено?
- Да ли пут који је пред нама мора да буде баш онакав каквог га видимо?
- Да ли свет мора да стоји у границама које је наметнуло друштво?
- Да ли ми морамо да се крећемо само у тим наметнутим границама?
- Да ли смо ми само онакви какви кажу да треба да будемо, или можемо бити и другачији?

Спорт који је пред вама карактеришу, у мањој или већој мери, управо одговори на ова питања.

Паркур представља природан пут тренирања човековог тела. То је начин течног и ефикасног кретања, за које вам је потребно ваше тело и ум, простор који је пред вама и око вас, и све што се у њему нађе као препрека. То је више од спорта. То је стил живота, уметност. Нешто што мења поглед на свет и на ствари у њему.

Људи често вежбају у циљу повећања своје снаге, и добијања мишићне масе. Једна од чињеница, на којима се заснива Паркур, каже да је снага без контроле ништа. Ову чињеницу потврђује и "обичан живот", али у мало другачијем облику. Наиме, још су стари Латини говорили: "Imperare sibi, maximum imperium est", што у преводу значи: "Владавина собом, највеће је царство". Човеково тело може да изведе невероватне покрете, и да издржи велике напоре. Потребно је открити те могућности, и усмерити их на правац нашег кретања. Примери који ово потврђују, могу се видети у гимнастици; професионални гимнастичари изводе невероватне елементе на справама и на партеру, од којих људи "остају без даха". Елементи Паркура такође у себи носе огромну дозу екстремности, али овај спорт вас учи како да те елементе примените у природи, тј. на месту на којем се нађете у било којем тренутку.

### ИСТОРИЈАТ

С обзиром на то да је Паркур веома млад спорт, он нема своју богату историју. Овај спорт је настао осамдесетих година, у француском граду "Lissa", а његов оснивач је David Belle.

#### David Belle

Отац Дејвида Бела је био ратник из Вијетнама, који је, да би преживео у густим шумама оног подручја, морао да бежи, лови и напада. Дејвид, инспирисан причама свога оца, још пре пунолетства напушта школу, и креће да осмишља и усавршава нове технике кретања и савладавања препрека.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)