Прочитайте текст.

**Запишите три аргумента в пользу занятий экстремальными видами спорта и два – против.** Не переписывайте фрагменты, содержащие аргументы, дословно.

*Аргументы в пользу занятий экстремальными видами спорта*

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

*Аргументы против занятий экстремальными видами спорта*

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Экстремальные виды спорта в современном мире

Наперекор многочисленным вооруженным конфликтам, природным катаклизмам и всплескам преступности человечество постоянно работает над тем, чтобы обеспечить себе максимально комфортное существование и свести возможные риски к минимуму. Тем не менее, одним людям наша повседневная жизнь продолжает казаться очень опасной, другие же уверены, что жизнь в обществе стала слишком унылой, размеренной, не позволяющей задействовать возможности человеческого организма в полной мере. Первые, соответственно, никогда не одобрят идею заняться каким-либо экстремальным видом спорта, вторые же будут мечтать о приключениях, которые заставят сердце бешено биться.

Риск – неизменная часть таких увлечений, как сплав по горным рекам на рафтах, надувных плотах. Даже если неукоснительно соблюдать технику безопасности, травмы – неизбежная составляющая рафтинга. Более того, во время сплава могут возникнуть ситуации, способные нанести вред здоровью и стать причиной увечий и даже смерти. Опасным считается и увлечение прыжками с моста с привязанной к ноге эластичной веревкой, которая возвращает тебя к жизни в самый последний момент перед столкновением с землей или водой. Казалось бы, что плохого в серфинге? Море, волна и доска. Однако серфинг – один из самых травмоопасных видов спорта хотя бы по той причине, что он связан с покорением высоких волн. Если на волне не получается удержаться, она может ударить серфингиста о дно. А встреча с акулами? Серфингисты, чтобы покорить высокую волну, готовы выходить в море даже в тех местах, где обитают хищники. Начав заниматься серфингом, спортсмен уже не может остановиться. Со временем адреналин исчезает, серфингисту приходится каждый раз искать волны все выше и выше. Зависимость от эмоций, вызываемых выбросом адреналина, снижает чувство опасности, что может привести к неверной оценке степени опасности и, как следствие, к увечью и даже гибели. При занятиях скалолазанием, например, важно не полагаться только на снаряжение и осознавать, что помочь себе можешь только ты сам и твоя команда. Однако если правильно оценить ситуацию и распределить силы, беды можно избежать. И все трудности забудутся, когда ты окажешься на вершине, преодолев стихию и себя. Экстремальный спорт дарит незабываемые ощущения, которые невозможно испытать в размеренной однообразной жизни, что обогащает ее и позволяет лучше понять самого себя, оценить свои реальные возможности – как физические, так и моральные.

По сравнению с уже упомянутыми увлечениями родео совсем не столь популярно, однако по статистике в год получают серьезные травмы около 80000 человек. Подчинить себе быка означает заглянуть в глаза смерти. А если быку удалось скинуть спортсмена, то тому самое главное – остаться живым! И тут быстрота реакции решает все. В самом деле, занятие экстремальными видами спорта позволяет преодолевать присущий любому человеку страх и учит всегда быть начеку, принимать быстрые решения в состоянии стресса.

Бейсджампинг (прыжок с наземных объектов) или хелиски (прыжок с вертолета на крутой склон горы и спуск по нему на лыжах) – самые опасные увлечения. Но какая чудесная возможность сбросить напряжение, быстро и эффективно избавиться от накопившихся негативных эмоций, раздражения и даже гнева, что в свою очередь снижает возможность сердечно-сосудистых заболеваний, стабилизирует кровяное давление, делая тебя более жизнерадостным и уравновешенным в обычной жизни! Хотя, если не кривить душой, занятие это крайне дорогостоящее, так как экипировка спортсмена, оборудование и его транспортировка, необходимость оплачивать инструктора и покупать билеты могут сделать увлечения экстремальными видами спорта крайне затратными и подчинить им всю остальную жизнь.

На мой взгляд, преимуществ от занятий активными видами спорта все же больше. Хотя экстремальный спорт опасен и может порождать зависимость, при здравом отношении к такому увлечению вы, безусловно, сделаете свою жизнь ярче и увлекательнее.

*Источник: http://pro-extrim.com/other/drugojj-ehkstrim/samyi-opasnyi.html#ixzz41xkPwNpQ*

Инструмент проверки

*Аргументы за занятия экстремальными видами спорта*

Испытуемый может привести любые три из следующих аргументов:

Экстремальный спорт позволяет:

1. испытать новые/яркие/отсутствующие в обычной жизни ощущения.
2. понять себя (вариант: свои физические и моральные возможности).
3. преодолеть страх.
4. быть готовым к любым ситуациям/ принимать быстрые/необходимые решения в обыденной жизни.
5. сбросить напряжение, (вариант: негативные эмоции или перечисление таковых эмоций) \ дает возможность быть более уравновешенным в обычной жизни.

*Аргументы против занятий экстремальными видами спорта*

Испытуемый может привести любые два из следующих аргументов:

Занятия экстремальным спортом:

1. чреваты увечьем (и гибелью).
2. могут вызвать (адреналиновую) зависимость / человек начинает искать все более острые ощущения /это занятие может стать основной целью жизни.
3. требуют много средств/ нужна дорогая экипировка и услуги (могут быть перечислены).

|  |  |
| --- | --- |
| Каждый аргумент из списка | 1 балл |
| ***Максимальный балл*** | ***5 баллов*** |