



# ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ С БЕЗГРАНИЧНЫМИ

которыми можно пропускать шайбу.

Вратарь играет до конца матча с клюшкой или перчатками, ловушкой.

Следж-хоккей или хоккей на санях — командная спортивная игра на льду, аналог хоккея с шайбой для людей с ограниченными возможностями. Игра заключается в противоборстве на специальных саях двух команд, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить её наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника. Следж-хоккей входит в программу зимних Паралимпийских игр.



Во время спуска лыжники могут развивать скорость более 100км/час, на крутых склонах с перепадом высот от 120 до 800 метров. Особую трудность спускам придают множество ворот, для прохождения которых необходимо обладать особым мастерством. В случае пропуска ворот наказание строгое - спортсмен дисквалифицируется. Слабовидящие лыжники используют то же снаряжение, что и обычные спортсмены, но соревнуются с участием лидера, который указывает спортсмену направление движения, используя команды голосом, либо по радио. Физический контакт между спортсменом и лидером во время спусков не допускается. Лыжники с нарушением ОДА, в зависимости от типа инвалидности, могут использовать либо обычное снаряжение и протезы, либо оутриггеры вместо лыжных палок (оутриггеры - это специальные костыли с маленькими лыжами на конце, которые используются для управления и поддержания баланса). Сидячие горнолыжники соревнуются на монолыже, которая представляет собой сиденье, укрепленное на одной лыже, и имеет дополнительные приспособления - привязные ремни и амортизаторы. Вместо палок монолыжники также используют оутриггеры.





Кросс на колясках – WCMX (wheelchair motocross) – это молодая дисциплина адаптивного экстремального спорта, появившаяся несколько лет назад в США. Суть этого вида спорта в том, что райдеры (спортсмены) на ударопрочных колясках делают трюки на специальных «горках»-фигурах: фанбоксах, рампах, рейлах. Такие фигуры являются неотъемлемой частью любого скейт-парка. По WCMX последние несколько лет регулярно проводятся соревнования, причем нередко WCMX включается в общую программу соревнований по экстремальным дисциплинам для обычных спортсменов, таких как скейтборд, BMX и т. д.



Шоссейный велоспорт данный вид спорта является одним из новейших в истории паралимпизма. В начале восьмидесятых, впервые состоялись соревнования, в которых приняли участие спортсмены с нарушениями зрения. Однако, уже в 1984г. на международных играх инвалидов состязались также парализованные спортсмены и ампутанты. Вплоть до 1992г. Паралимпийские соревнования по велосипедному спорту проводились для каждой из перечисленных групп отдельно. На Паралимпийских Играх в Барселоне, прошли состязания велосипедистов всех трех групп на специальной дорожке и также на трассе. Соревнования велосипедистов могут быть как индивидуальными, так и групповыми (группа трех велосипедистов от одной страны). Атлеты с нарушениями умственной деятельности состязаются, используя стандартные гоночные велосипеды и, в некоторых классах, трехколесные велосипеды. Атлеты с нарушениями зрения, соревнуются на тандемных велосипедах в паре с видящим товарищем по команде. Также они участвуют в гонках на трассе. Наконец, ампутанты и велосипедисты с нарушениями моторной деятельности соревнуются в индивидуальных состязаниях на специально подготовленных велосипедах.





Голбол Голбол (англ. goalball) - спортивная игра, в которой команда из трех человек должна забросить мяч со встроенным колокольчиком в ворота соперника. Голбол был создан в 1946 году с целью помочь реабилитации ветеранов Второй мировой войны - инвалидов по зрению. В игре принимают участие две команды по три игрока. Каждая команда может иметь максимум три запасных игрока. Игра происходит в спортивном зале, на полу которого нанесена разметка в виде прямоугольной площадки, разделенной на две половины центральной линией. В обоих концах площадки находятся ворота. Игра осуществляется озвученным мячом (внутри находится колокольчик). Цель игры - закатить мяч за линию ворот защищающейся команды, в то время как она пытается помешать.





**Спасибо  
за внимание!**