



# ПАРАЛИМПИЙСКИЙ УРОК

Васильева Ольга Владимировна  
учитель физкультуры  
ГБОУ СОШ № 1987  
г. Москва  
2013 г

**Олимпиада** - это самое яркое спортивное событие в мире. На Олимпийских играх собираются лучшие спортсмены из многих стран. Олимпийские игры бывают летними и зимними, каждые из них проводятся раз в 4 года.

Паралимпийские игры проводятся в том же городе, что и Олимпийские через 2 недели после их окончания.

В Паралимпийских играх участвуют люди с инвалидностью.

**Паралимпийские игры** – это самые престижные соревнования для людей с инвалидностью.





Кто такие люди с инвалидностью?

**Инвалидность** – это состояние человека, при котором из-за болезни, полученной травмы или от рождения ему сложнее выполнять некоторые действия.

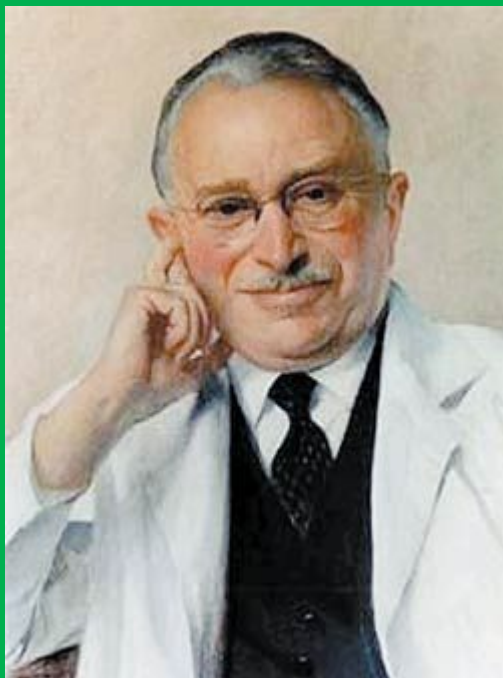
Некоторые из людей с инвалидностью могут передвигаться, только используя инвалидное кресло, некоторые в результате болезни или несчастного случая потеряли руку или ногу. Среди людей с инвалидностью есть незрячие или слабовидящие люди.



**Спортсмены-паралимпийцы  
показывают чудеса  
спортивного  
мастерства. Паралимпийцы –  
это яркий пример того, что  
человеческие возможности  
безграничны.**

В составе термина есть греческое слово «пара». Оно переводится как «рядом», «параллельно». Таким образом, в названии подчеркивается равноправие Паралимпийских и Олимпийских игр. Так, XXII Олимпийские зимние игры в Сочи пройдут с 7 по 23 февраля, а XI Паралимпийские зимние игры начнутся 7 марта и закончатся 16 марта 2014 года.





*Сэр Людвиг Гуттман-  
отец-основатель  
Паралимпийских игр*



Доктор Людвиг Гуттман во время Второй мировой войны занимался лечением раненых, которые не могли ходить и передвигались только в инвалидном кресле.

Гуттман считал, что занятия спортом помогают быстрее справиться с травмой. В 1948 году в английском городке Сток-Мандевиль были проведены первые спортивные соревнования для людей с инвалидностью. Именно это событие принято считать зарождением Паралимпийских игр.

Первые Паралимпийские летние игры прошли в 1960 году в Италии, а первые зимние-в 1976 году в Швеции.



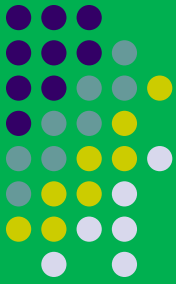
# СМЕЛОСТЬ

У Паралимпийских игр есть свои ценности, которые лучше всего описывают характер Паралимпийских игр. Они имеют большое значение для всех спортсменов.

Паралимпийских ценностей четыре.

Первая ценность – **смелость**.

Смелость всегда нужна, чтобы сделать первый шаг. Вы наверняка знаете, как трудно решиться первый раз войти в холодную воду. Чтобы начать заниматься спортом, людям с инвалидностью тоже нужна смелость. Она помогает преодолевать препятствия и побеждать.



# РЕШИМОСТЬ

Вторая ценность –  
*решимость.*

Решимость помогает спортсменам изо дня в день ходить на тренировки, терпеть боль и продолжать заниматься несмотря ни на что.



# ВДОХНОВЕНИЕ

Часто, чтобы сделать что-то требуется особое настроение. Его называют *вдохновением*.

Вдохновение помогает поэтам писать стихи, поварам готовить вкусные блюда, а паралимпийским спортсменам одерживать победы. Вдохновение – это третья ценность.





# РАВЕНСТВО

Четвертая ценность – *равенство.*

Равенство – одна из основных паралимпийских ценностей, потому что паралимпийский спорт призван стирать границы и барьеры между людьми с инвалидностью и без инвалидности.

Все люди разные, но все мы равны.



# ЭМБЛЕМА



Паралимпийская эмблема состоит из трех полусфер красного, синего и зеленого цветов.

Они называются агитосы - от латинского agito – «приводить в движение, двигать».

Эмблема символизирует Разум, Тело и Дух.

Буквы IPC – это сокращение от International Paralympic

Committee (Интернешнл Паралимпик Комити). По-русски –Международный Паралимпийский комитет. Это организация, которая отвечает за проведение Паралимпийских игр во всем мире.



# ФЛАГ

Паралимпийский флаг белого цвета, на нем изображена паралимпийская эмблема.



# ДЕВИЗ

Паралимпийский девиз звучит так: *«Дух в движении»*.

Он ярко и точно подчеркивает силу воли к победе спортсменов-паралимпийцев, которая вдохновляет и восхищает весь мир.

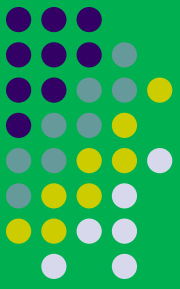


© Getty Images/Hannah Johnston





# ТАЛИСМАНЫ



Официальные талисманы Паралимпийских игр в Сочи- Лучик и Снежинка. Согласно легенде, Лучик и Снежинка- пришельцы с других планет.

Они не похожи друг на друга и на людей на Земле.

Но это не мешает им находить новых друзей, заниматься спортом и помогать всем желающим открыть в себе новые возможности.

Вместе они олицетворяют гармонию противоположностей



*Чемпионы XIV  
Паралимпийских  
летних игр в  
Лондоне*



# Количество медалей, завоеванных сборной командой России по видам спорта



Виды спорта	Всего комплектов медалей	Количество медалей			
		Золотые	Серебряные	Бронзовые	Всего
Академическая гребля	4	0	0	1	1
Велоспорт	50	0	0	1	1
Волейбол сидя	1	0	0	0	0
Дзюдо	13	0	1	4	5
Легкая атлетика	170	19	12	5	36
Настольный теннис	29	1	1	1	3
Пауэрлифтинг	20	0	3	1	4
Плавание	148	13	17	12	42
Стрельба пулевая	12	0	3	1	4
Стрельба из лука	9	2	1	2	5
Фехтование	12	0	0	0	0
Футбол 7x7	1	1	0	0	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>469</b>	<b>36</b>	<b>38</b>	<b>28</b>	<b>102</b>

# Академическая гребля

Чувашев Алексей

*Бронзовая медаль*

Академическая гребля.  
Одиночка.





# Велоспорт

Мошкович Светлана

*Бронзовая медаль*



# Дзюдо



## *Серебряная медаль:*

Савостьянова  
Татьяна до 70 кг

## *Бронзовые медали:*

Кальянова Ирина  
свыше 70 кг

Курбанов Шахбан до  
73 кг

Потапова Виктория  
до 48кг

Федин Владимир до  
100 кг



# Легкая атлетика



Маргарита Гончарова

**3 золотых медали:**

Прыжки в длину  
Эстафета 4x100  
100 м.

**Серебряная медаль** – 200м

Иванова Елена

**3 золотых медали:**

200 м  
100 м  
Эстафета 4x100



# Легкая атлетика



Швецов Евгений

**3 золотых медали:**

800 м  
100 м  
400 м.



Родомакина Николь

**Золотая медаль:**

прыжок в длину  
Серебряная медаль:  
100 м





# Легкая атлетика



Лабзин Алексей

**2 золотых медали:**

Эстафета 4x100 м  
400 м.

**Серебряная медаль:**

200 м



Триколич Федор

**2 золотых медали:**

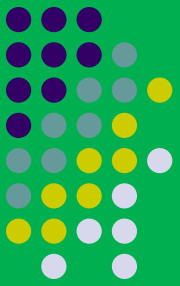
Эстафета 4x100 м  
100 м.

**Серебряная медаль:**

200 м



# Легкая атлетика



Ашапатов Алексей

*2 золотых медали:*

диск,  
ядро.



Сорокина Анна

*Серебряная медаль:*

копье



# Настольный теннис

*Золотая медаль:*

Чебаника Раиса

*Серебряная медаль:*

Овсянникова Юлия

*Бронзовая медаль:*

Косачева Анжелика



# Пауэрлифтинг

## *Серебряные медали:*

Балынец Владимир  
до 48кг

Лафина Олеся до 48  
кг

Подпальная  
Тамара до 52 кг

## *Бронзовая медаль:*

Кривуля Владимир  
до 52 кг



# Плавание



## Оксана Савченко

В Лондоне российская пловчиха завоевала пять наград высшего достоинства - на дистанциях 100 метров на спине, 400 метров вольным стилем, 200 метров комплексом, 100 метров вольным стилем и 50 метров вольным стилем.







# Плавание

Неволин-Светов  
Александр

**Золотая медаль:**

100 м на спине.

**3 серебряных медали:**

200 м комплексом

50 м кролем



Тарасов Денис

**Золотая медаль:**

50 м кролем.

**3 серебряных медали:**

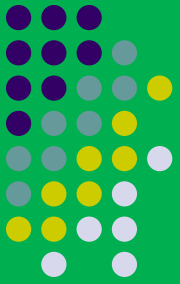
100 м кролем

4x100 м

100 м на спине



# Плавание



## Лисенков Константин

**Золотая медаль:**

100 м на спине.

**Серебряная медаль:**

4x100 м.

**2 бронзовых медали:**

100 м кролем

Эстафета 4x100 м. Вольный стиль.



## Кокарев Дмитрий

**3 серебряных:**

200 м вольным стилем

50 м кролем

100 м кролем.

**Бронзовая медаль:**

50 м на спине.



# Плавание



Дубовой Роман

**3 серебряных медали:**

100 м брассом, 200 м комплексом,  
100м баттерфляем



Стукалова Дарья

**2 серебряных медали:**

баттерфляй 100 м, комплексное на 200м.

**Бронзовая медаль:**

50 м кролем



# Плавание

Владыкина Олеся

**Золотая медаль:**

брасс. 100 м .

**Серебряная медаль:**

200 м комплексом.

**Бронзовая медаль:**

100 м на спине.



# Стрельба пулевая

## *Серебряные медали:*

Клименченко Марина

Пистолет, 10 м

Малышев Сергей

Стрельба из малок. пистолета с 25

Пономаренко Валерий

## *Серебряная медаль:*

Стрельба из малок. пистолета с 50

## *Бронзовая медаль:*

Стрельба из малок. пистолета с 25





# Стрельба из лука



## Шестаков Олег

### Золотая медаль:

Стрельба из классического лука.  
Команда

### Серебряная медаль:

Стрельба из классического лука  
стоя.

## Тучинов Тимур

### 2 золотых медали:

Стрельба из классического лука  
стоя

Стрельба из классического лука.  
Команда.

## Оюн Михаил

### Золотая медаль :

Стрельба из классического лука.  
Команда

### Бронзовая медаль:

Стрельба из классического лука.



# Футбол 7x7.

## *Золотая медаль*

Кулигин Александр

Куваев Андрей

Ларионов Вячеслав

Леков Александр

Мурванадзе Лаша

Пагаев Заурбек

Потехин Иван

Рамонов Эдуард

Рарецкий Вячеслав

Сапиев Асланбек

Тумаков Алексей

Чесмин Алексей





Сияют лица, светятся глаза!  
Какое счастье -праздновать  
Победу!

И на глазах блестит слеза:  
Какое счастье – быть в мире  
первым!

Преодолеть себя и свой недуг,  
Познать победы, поражения  
И знать, что рядом верный  
друг,

Хотя соперник он в сраженье,  
Ты победил себя, а не его  
Ценой немыслимых усилий.

Достойный сын своей страны,  
Достойный сын своей России!





# Сочи - 2014

sochi.ru  
2014 

- ***XI Паралимпийские зимние игры (7 - 16 марта 2014г.) Сочи.***

**Сочи ждёт своих чемпионов!**

