



ПАРАЛИМПИЙСКИЙ УРОК

Зимнухова Ольга Владимировна
учитель физкультуры
СОШ № 288
г. Заозерск
2012 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.



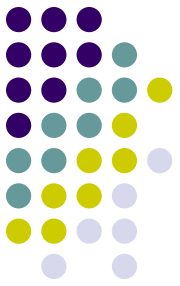
СМЕЛОСТЬ

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.

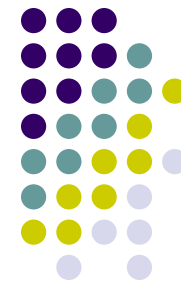


ВДОХНОВЕНИЕ

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

*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
ВСЕГО	469	36	38	28	102

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:

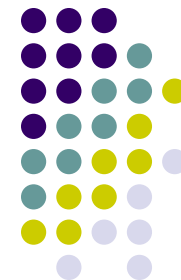
Чебаника Раиса

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

100 м комплексом



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 200 м.

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, пораженья
И знать, что рядом верный друг,
Хотя соперник он в сраженье.
Ты победил себя, а не его
Ценой немислимых 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!



Список сайтов



- <http://sochi2014.com/games/education/manuals>
- http://www.rezeptsport.ru/2012/index_1.php
- <http://fotki.yandex.ru/>
- <http://ru.wikipedia.org>