



# ПАРАЛИМПИЙСКИЙ УРОК



**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**.

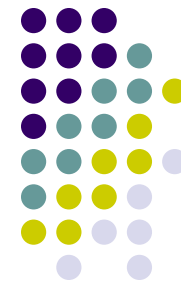
Смелость всегда нужна, чтобы сделать первый шаг. Вы наверняка знаете, как трудно решиться первый раз войти в холодную воду. Чтобы начать заниматься спортом, людям с инвалидностью тоже нужна смелость. Она помогает преодолевать препятствия и побеждать.





# РЕШИМОСТЬ

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

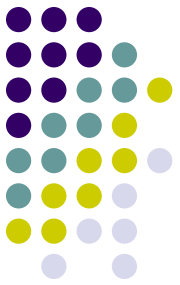


# ВДОХНОВЕНИЕ

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
<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:***

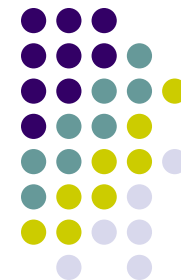
Чебаника Раиса

***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

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!

