

Зимние Паралимпийские игры



Работу выполнила
ученица 11 класса
Колобовской МСОШ
Белова Мария.

- ❖ Развитие спорта инвалидов имеет более чем столетнюю историю.
- ❖ Ещё в XVIII и XIX в. установлено, что двигательная активность является одним из основных факторов реабилитации инвалидов.
- ❖ Первые попытки приобщения инвалидов к спорту были предприняты в XIX в., когда, в 1888 г., в Берлине формировался первый спортивный клуб для глухих.





- ❖ Инвалиды с повреждениями опорно-двигательного аппарата стали активно приобщаться к занятиям спортом только после второй мировой войны.
- ❖ Возникновение видов спорта, в которых они могли участвовать, связывают с именем английского нейрохирурга Людвиг Гуттмана.
- ❖ Он, преодолевая вековые стереотипы по отношению к людям с физическими недостатками, ввёл спорт в процесс реабилитации больных с повреждениями спинного мозга.

- ❖ В последующие годы увеличилась не только численность участников, но и количество видов спорта.
- ❖ Идея проведения соревнований инвалидов была поддержана международной общественностью.
- ❖ Игры стали ежегодным международным спортивным праздником, и, начиная с 1952 г., спортсмены-инвалиды из Нидерландов, ФРГ, Швеции, Норвегии регулярно принимали в них участие.
- ❖ Российские спортсмены впервые приняли участие в Паралимпиаде в составе сборной СССР в 1992 году на V Играх в Альбервиле (Франция).



Первые зимние Паралимпийские игры состоялись в 1976 г. в Орнсколддсвике (Швеция). Соревнования для спортсменов с ампутированными конечностями и нарушением зрения были организованы на треке и в поле. Впервые демонстрировались соревнования в гонках на санях.

- ❖ Успешное проведение первых зимних Игр позволило организовать вторые паралимпийские соревнования в 1980 г. в Гейло (Норвегия).

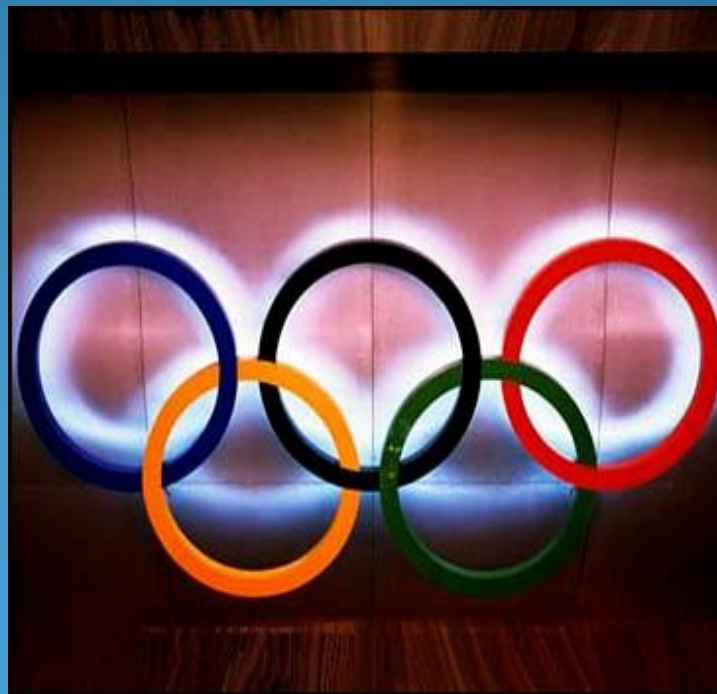


- ❖ Скоростной спуск на санях проводился как показательные выступления.
- ❖ В паралимпийских стартах приняли участие спортсмены всех групп инвалидности.

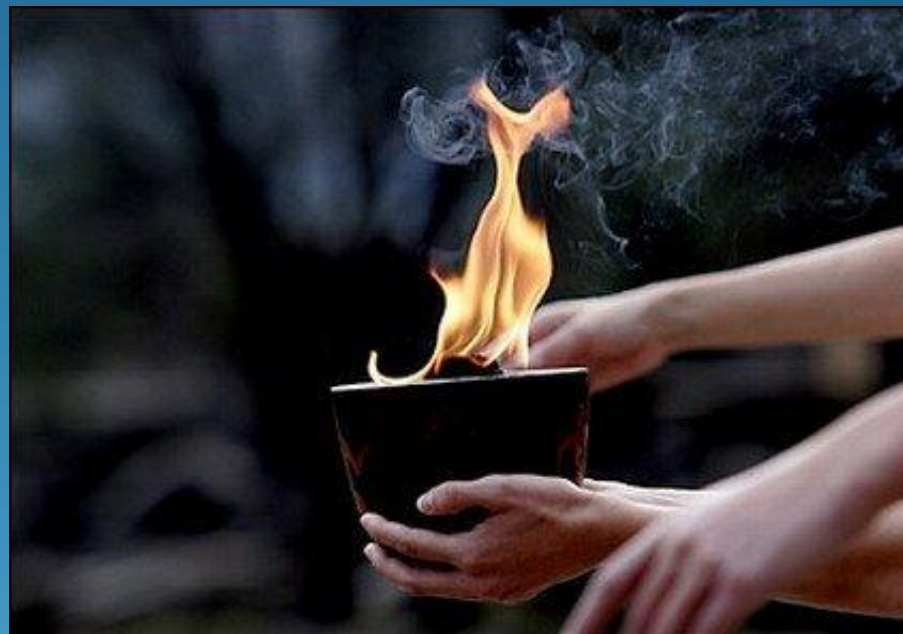


❖ Советские спортсмены впервые приняли участие в Паралимпиаде в 1988 году.

❖ III зимние Паралимпийские игры были проведены в Инсбруке (Австрия) в 1984 г. Впервые 30 мужчин на трех лыжах приняли участие в гигантском слаломе.



- ❖ Паралимпиада в мире считается практически таким же выдающимся событием, как и сама Олимпиада.
- ❖ Традиционно проводятся после главных Олимпийских игр , а начиная с 1992 - в тех же городах.
- ❖ В 2001 эта практика закреплена соглашением между МОК и Международным паралимпийским комитетом (МПК).



Название «паралимпийский» образовано от греческой приставки «*παρα-*» — «около, наряду»; имеется в виду параллелизм и равноправие паралимпийских соревнований с олимпийскими. Название никак не связано с термином паралич.



Зимние виды спорта :

- ❖ Лыжные гонки;
- ❖ Биатлон;
- ❖ Горные лыжи;
- ❖ Хоккей с шайбой;
- ❖ Кёрлинг.

Лыжные гонки.



- ❖ Впервые лыжные гонки появились в программе Паралимпийских игр в 1976 году в Орнсколдсвике (Швеция).
- ❖ В соревнованиях на Паралимпийских играх принимают участие мужчины и женщины с разными видами инвалидности: травма позвоночника, церебральный паралич, ампутация, слепота или частичная потеря зрения.
- ❖ Чтобы обеспечить честную борьбу и равные условия на дистанции, все участники проходят классификацию по степени своих функциональных возможностей.

Лыжные гонки.



В каждой гонке спортсмены стартуют по очереди с интервалом в 30 секунд.

В эстафетной гонке команды состоят из трёх спортсменов с разными видами инвалидности, но таким образом, чтобы ни одна команда не имела преимуществ перед другими.

Существует четыре вида индивидуальных гонок: спринт (от 800 до 1200 м), гонки на короткие, средние и длинные дистанции, длина которых варьируется от 2,5 до 20 км.



Лыжные гонки.

В зависимости от своих физических возможностей спортсмены используют специально сконструированное кресло, которое крепится к паре лыж.



Незрячих и слабовидящих спортсменов на дистанции сопровождают так называемые «лидеры».

Лыжные гонки.



- ❖ Лыжи для классического стиля достаточно лёгкие, так как сделаны из стеклопластика. Обычно они превышают рост лыжника на 25-30 см.
- ❖ Лыжи для конькового стиля на 10 или 15 см короче тех, что используются при классической технике, для большей манёвренности.

Биатлон.



- ❖ Впервые такие соревнования были проведены на Паралимпийских играх 1988 г. в Инсбруке (Австрия).
- ❖ В паралимпийском биатлоне две дистанции — короткая с двумя огневыми рубежами (7, 5 км) и длинная (12 км) с четырьмя остановками на стрельбище.
- ❖ Расстояние до мишени составляет 10 метров. Спортсмену даётся пять выстрелов. Стрельба ведётся из положения только лёжа.
- ❖ Штраф за промах назначается либо в виде дополнительного времени, которое добавляется к основному, либо в виде штрафных кругов.

Биатлон.

Люди с ослабленным зрением используют мишени диаметром 30 мм, люди с другими видами инвалидности – 20 мм.



Незрячие и слабовидящие спортсмены при стрельбе используют ружья, оснащённые электронно-акустическими очками.

Чем ближе прицел к центру цели, тем громче сигнал.

Биатлон.



- ❖ Спортсмены с соответствующими физическими ограниченными возможностями используют «сани» - специально сконструированное кресло, которое крепится к паре лыж.
- ❖ Такие лыжи короче обычных и присоединяются к креслу с помощью обычных креплений, используемых также и в лыжных гонках.
- ❖ Спортсмены с ампутацией могут пользоваться чьей-либо поддержкой во время стрельбы.

Горные лыжи.



- ❖ В программу Паралимпийских игр в 1976 году в Орнсколдсвике (Швеция) впервые вошли две дисциплины горнолыжного спорта — слалом и слалом-гигант.
- ❖ Скоростной спуск был добавлен в программу Игр в 1984 году в Инсбруке (Австрия), а супергигантский слалом — в 1994 г. на Играх в Лиллехаммере (Норвегия).

Горные лыжи.

- ❖ Горнолыжный спорт для слепых или людей с частичной потерей зрения является «командным» видом спорта, так как на дистанции их сопровождают зрячие «гиды», которые дают спортсменам голосовые команды.
- ❖ В скоростном спуске длинная, крутая трасса. Спортсмены должны пройти сквозь специальные ворота, выполняющие роль контрольных отметок на трассе. Пропуск ворот карается дисквалификацией. Каждый спортсмен совершает только один спуск. Время прохождения трассы и определяет победителя гонки.



Горные лыжи.

- ❖ Слалом является техническим видом соревнования. Трассы в нём короче, чем в других дисциплинах горнолыжного спорта, а вот ворот на дистанции больше (55-75 для мужчин и 40-60 для женщин).
- ❖ Гигантский слалом также является техническим видом соревнования. Трассы в нём длиннее, чем в слаломе, но поворотов меньше и они более просторные и плавные. Количество ворот зависит от наклона трассы.



Горные лыжи.

- ❖ В супергигантском слаломе скорость играет ключевую роль. Трассы в супер-гиганте короче, чем в скоростном спуске, но длиннее, чем в слаломе и гигантском слаломе. Количество ворот зависит от наклона трассы.



- ❖ Однако количество виражей в мужских соревнованиях не должно быть меньше 35, в женских — меньше 30. Ворота устанавливаются на расстоянии не менее 25 м друг от друга. Каждый спортсмен совершает только один спуск. Время прохождения трассы и определяет победителя гонки.

Горные лыжи.



- ❖ Спортсмены с инвалидностью используют специальное оборудование, полностью адаптированное к их возможностям. Например, монолыжи, кресло для лыж, ортопедические средства.
- ❖ Лыжные палки помогают спортсменам набирать скорость и сохранять равновесие. В скоростном спуске и супер-гиганте палки изогнуты, в слаломе — прямые.
- ❖ Шлем с жёстким корпусом предохраняет голову спортсмена от повреждений.

Хоккей с шайбой.



- ❖ Следж хоккей является паралимпийской версией хоккея на льду. Первый матч по следж хоккею на Паралимпийских играх был проведен между двумя шведскими командами в 1976 г. в Эрнсцёльдсвике (Швеция).
- ❖ Официально этот вид спорта включён в программу Зимних Паралимпийских игр в 1994 году в Лиллехамере (Норвегия).

Хоккей с шайбой.

- ❖ Игра заключается в противоборстве двух команд, которые с помощью клюшек стремятся забросить шайбу в ворота соперника и не пропустить её в свои.



- ❖ Одновременно на поле со стороны каждой из команд должны находиться шесть игроков, включая вратаря.



Побеждает команда, забросившая большее количество шайб в ворота соперника.

Хоккей с шайбой.



- ❖ Во время игры спортсмены передвигаются не на коньках, а на алюминиевых или стальных санях, оборудованных двумя полозьями, и пользуются двумя клюшками - по одной в каждой руке - зубчатых с одного конца и изогнутых с другого.
- ❖ Таким образом, игроки могут отталкиваться ото льда с помощью металлических зубьев клюшки, а изогнутым концом они передают шайбу друг другу и бьют по воротам.
- ❖ Игра состоит из трёх 15-минутных периодов.

Хоккей с шайбой.

- ❖ Все хоккеисты обязаны надевать шлем с маской, а также защитный воротник или нагрудник.
- ❖ Игроки используют защитные подкладки, в том числе наплечники, налокотники, наколенники, а также «краги» - перчатки.
- ❖ Вратарь имеет дополнительные защитные приспособления - нагрудник и щитки для ног, шлем с маской, а также перчатку-ловушку, которая дает возможность поймать шайбу, скорость которой может достигать 100 км/час.



Кёрлинг.



- ❖ Кёрлинг на колясках является относительно новым видом спорта.
- ❖ Его дебют в официальной программе зимних Паралимпийских Игр состоялся в 2006 году в Турине.
- ❖ Первый всемирный чемпионат по кёрлингу на колясках прошёл в Швейцарии в 2002 г.

Кёрлинг.



- ❖ В соревнованиях по кёрлингу на колясках принимают участие команды, в состав которых могут входить одновременно и мужчины, и женщины.
- ❖ Цель игры - попасть пущенным по льду камнем как можно ближе к центру вычерченной мишени, называемой «домом».

- ❖ Игра состоит из восьми «эндов». Две команды по четыре человека поочередно пускают по льду по восемь камней, то есть по два камня каждый участник.
- ❖ Камень должен быть пущен таким образом, чтобы при его движении по направлению к «дому» коляска спортсмена была неподвижна.



Кёрлинг.



- ❖ Больше очков получает команда, чьи камни находятся ближе к центру «дома». Подсчёт очков производится после 8 «эндов».
- ❖ Камень для игры весит около 19, 1 кг. К каждому камню приделана ручка.
- ❖ Бросать камень можно либо держась руками непосредственно за ручку, либо используя специальный кий.

Интересные факты.

- ❖ Для участников Паралимпиады нет возрастных ограничений. Например, американская велосипедистка Барбара Бьюкен завоевала золото на Играх в Пекине, когда ей было уже 52 года.
- ❖ Горнолыжный спорт для инвалидов начал развиваться после окончания Второй мировой войны, когда покалеченные солдаты, вернувшиеся с фронта стремились продолжить занятия любимым спортом.
- ❖ Пекинская Паралимпиада 2008 года стала самой представительной в истории Паралимпийского движения. В ней приняли участие почти 4 тысяч спортсменов из 146 стран мира.
- ❖ Среди паралимпийцев есть люди, ранее серьёзно занимавшиеся спортом, но затем получившие инвалидность.

Постепенно мир убеждается в том, что спорт не является прерогативой здоровых людей. Инвалиды даже с такими серьёзными травмами, как повреждение позвоночника при желании могут принимать участие в соревнованиях.

