



спеціальний випуск, присвячений

Паралімпіаді 2014

Читайте у випуску:

Паралімпіада – історія

створення – стор. 1-2

Спорт очима дітей –

бліц-опитування – стор.2

Маленькі кроки до

великих перемог – стор.3

Веселі старты

по-англійські – стор.4



«Параолімпійські ігри: рівність, повага, дружба, сміливість, досконалість»

Паралімпіада - це спортивні змагання для людей з обмеженими можливостями здоров'я. Часто буває так, що люди, потрапивши в аварію або захворівши вважають себе приреченими на життя в чотирьох стінах. У деяких людей опускаються руки, вони втрачають інтерес до життя, стають байдужими до

всього. А інші прагнуть заповнити своє життя новими враженнями, хочуть працювати нарівні з іншими людьми, щоб відчувати себе щасливими. Ось такі сміливі, сильні духом люди і потрапляють на Паралімпіаду. Параолімпійські ігри традиційно проводяться після головних Олімпійських ігор.

Історія виникнення параолімпійських ігор пов'язана з ім'ям англійського нейрохірурга **Людвіга Гуттмана**. Він лікував ветеранів другої світової війни, у яких був параліч нижніх кінцівок. Ці люди не могли рухатись. У лікуванні таких пацієнтів лікар робив ставку на спорт.

У 1948 році в Сток - Мандевільському шпиталі Людвіг Гуттман організував спортивні змагання зі стрільби з лука між пацієнтами. У тому ж році в



Лондоні проходили Олімпійські ігри. І вже тоді Людвіг Гуттман задумав організувати подібні міжнародні змагання для людей з паралічем.

Перша Літня Паралімпіада була проведена в Римі в 1960 році. Свою назву спортивні змагання отримали за назвою «paraplegia» - «параліч нижніх кінцівок», тому спочатку в змаганнях брали участь лише люди з захворюваннями хребта. Пізніше, коли у змаганнях стали брати участь спортсмени з іншими захворюваннями, назву «паралімпіада» переосмислили як «поруч, поза Олімпіади», тобто нарівні з Олімпіадою. Перші Зимові Паралімпійські ігри пройшли у Швеції в 1976 році. З 1988 року Паралімпіаду стали проводити на тих же спортивних об'єктах, що й Олімпійські ігри.

**Зимові види спорту на
параолімпійських іграх: Лижні
гонки і біатлон, гірські лижі,
слідж хокей, керлінг на візках.**



продовження на стор. 2 >>



Символами Паралімпіади є три агітоса - (від латинського «agito» - "я рухаюсь", символ руху у формі асиметричного півмісяця) червоний, синій і зелений. Ці три кольори найбільш широко представлені на національних прапорах в усьому світі.



Зимові Паралімпійські ігри 2014 (офіційно -



XI Паралімпійські зимові ігри) проходили в Сочі (Росія) з 7 по 16 березня 2014 року. Талісманами Паралімпійських ігор були обрані Промінець і Сніжинка.

У змаганнях на зимових Паралімпійських іграх 2014 року взяли участь 555 спортсменів з 45 країн. Україну на параолімпіаді представляли 23 спортсмени в трьох видах спорту: біатлон, лижні перегони, гірськолижний спорт. Наші спортсмени здобули 4 місце в загальному заліку і завоювали 5 золотих, 9 срібних і 11 бронзових медалей.



**Вітаємо українських паралімпійців!
Ви – справжні герої! Ми пишаємось і
захоплюємось вами!**

Матеріал підготував Сківка Руслан

Досягнення українських спортсменів надихають до занять спортом маленьких пацієнтів нашого Центру.

Які ж види спорту подобаються сучасним дітям? Яким спортом вони займаються або хотіли б займатися?

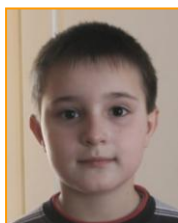
- відповіді наших майбутніх чемпіонів читайте

у **бліц-опитуванні:**



вправи.

Руденко Ігор (7 років) дуже любить рухливий відпочинок, катається на велосипеді, роликах, любить грати в футбол



та інші спортивні ігри з м'ячем: волейбол, баскетбол, мріє підлікуватись і займатись "великим спортом". Дивився по телебаченню олімпіаду і паралімпіаду.

Динник Настя (7 років), займається гімнастикою, грає з хлопцями в футбол, хоче займатись легкою атлетикою. Дома має "шведську стінку", гантелі. виконує вправи з м'ячем.



Луговська Ангеліна любить бігати, стрибати на скакалці, кататися на велосипеді. В Центрі дуже любить тренажери, особливо орбітрек, велотренажер.



Чугаю Артему (11 років) подобається баскетбол. Зараз він не може займатись спортом через хворобу, але є активним уболівальником, дуже любить футбол, мріє одужати і приймати участь у олімпіадах.



Іващенко Настя має вдома орбітрек, тренажери для рук, любить лазити по канату, катається на велосипеді, виконує багато фізичних вправ весь час, щоб бути здоровою та сильною.

Бондар Владік (7 років), любить фізкультуру, хлопчику подобається бігати, стрибати, кататися на велосипеді.



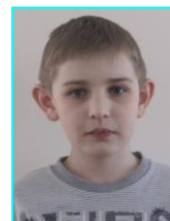
Богомоллова Маша (7 років) займається плаванням, бігає з мамою, любить робити "зарядку з Машею та Ведмедем".



Писаренко Андрій (8 років), любить грати в шахи, влітку грає в футбол, взимку в хокей, займається легкою атлетикою.



Дельмухамедов Саша має велосипед, ролики, скейт, грає в футбол. Уболіває за волейбол, баскетбол, бокс, теніс великий і малий.



Лавренко Ліза (9 років) зараз спортом не займається, любить дивитись футбол з татом, волейбол, теніс.



Барібін Богдан (7 років) грає в шахи, любить велогонки, автоспорт.





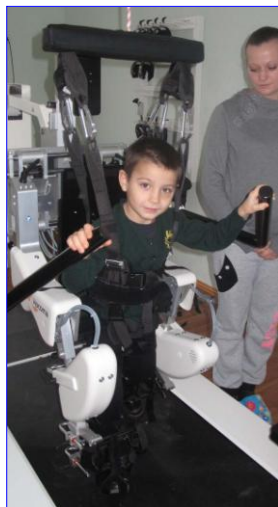
Займатись спортом не лише цікаво, а й дуже корисно. Спортивні вправи зміцнюють м'язи, роблять нас більш сильними та міцними. Але ми знаємо, що кожне велике спортивне досягнення починається з маленьких, несміливих перших кроків. Для багатьох дітей Центру перший самостійний крок – це величезна перемога, результат багатоденної кропіткої праці. В нашому Центрі такі перемоги відбуваються щодня. Сприяє цьому допомога кваліфікованих, досвідчених спеціалістів, заняття на сучасних тренажерах, а також величезна працелюбність, сила волі та віра у власні сили.



Овчаренко Максим,
перші кроки в спеціальному костюмі «Гравістат» разом з матусею, найкращою та найулюбленішою.



Мацієвський Кірюша
крокує на тренажері «Локомат», що являє собою сучасний комп'ютеризований реабілітаційний комплекс, який допомагає долати рухові порушення.



Опарій Христинка з задоволенням виконує вправи на тренажері «Мотомед», тренує силу, точність, витривалість, координацію рухів.



Бережний Никітка
дуже любить заняття з лікувальної фізкультури. Він наполегливо і старанно виконує всі вправи і з кожним днем його кроки стають більш сильними та впевненими.



«В спорте главное - не сдаваться!»



«Здравствуйте, на фото я - Ахмедов Сархан :) Я занимаюсь настольным теннисом уже 6 лет, и скажу вам, что неплохо получается. Бывают, конечно же и взлеты, и падения, но в спорте главное не сдаваться... тот спортсмен который сдается - тот не спортсмен. Записался на настольный теннис я так: у меня на районе "Шерстянка" есть двухэтажное здание - на первом этаже музыка (учат играть на музыкальных инструментах), а на втором этаже настольный теннис. Я просто пошел, посмотрел, и мне понравилось, я записался :) И вот так получилось, что я за шесть лет могу выполнить (КМС) – Кандидат в мастера спорта, и я стремлюсь к этому с каждым турниром... И в будущем возможно, если я буду дальше так же продолжать заниматься теннисом, тренироваться, я могу и, конечно же, я в это очень верю, что буду играть в Паралимпийской сборной :)»

Ахмедову Сархану 17 років. Він відвідує Центр змалечку, має захворювання опорно-рухового апарату. Хлопець захоплюється іноземними мовами та спортом. Бажаємо нашому Сархану великих успіхів та багато перемог!



Наші англійські друзі теж дуже люблять спорт. Під час святкових зустрічей з дітками в Центрі англійці залюбки беруть участь у конкурсах та естафетах.



Разом з Джорджем, веселим і добрим, кожен конкурс та змагання перетворюється на жарт і забаву.



Алан - спритний і швидкий, він активно бере участь у різноманітних змаганнях і конкурсах.



Маріон та Полін завжди усміхнені і привітні. Вони залюбки граються з малятами, сумлінно виконують усі конкурсні завдання.



Як і в спорті, так і в будь-якій добрій справі перемагає лише дружна, працелюбна, злагоджена команда.



Малюки з нетерпінням чекають на нові зустрічі з англійськими друзями та готують нові цікаві та веселі конкурси. ☺

Випуск був підготовлений на заняттях в комп'ютерному кабінеті під керівництвом педагога Гурай О. Т.

Відгуки та пропозиції чекаємо за адресою revivalcenter@mail.ru
Запрошуємо на сайт Центру www.rcn.org.ua