





## Рекомендации по работе с презентацией к классному часу «Спорт Равных» для обучающихся 5–9-х классов

Цель: формирование у обучающихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни;
- воспитание чувства толерантности у обучающихся;
- воспитание чувства патриотизма;
- ознакомление обучающихся с Паралимпийским движением.

*Методический материал носит рекомендательный характер и может быть дополнен или изменен по Вашему усмотрению.*

Слайд	Комментарий для учителя
	<p><b>Вопрос:</b> Как вы думаете, о чём пойдет сегодня речь?</p> <p>Сегодня речь пойдет о людях с ограниченными возможностями здоровья, при этом профессионально занимающихся спортом.</p>
	<p><a href="#">Видеоролик</a> про знаменитого паралимпийца, шестикратного чемпиона Паралимпийских игр Сергея Шилова.</p>
<p>Как вы думаете может ли человек с инвалидностью заниматься спортом и стать профессиональным спортсменом?</p> 	<p><b>Вопрос:</b> Как вы думаете может ли человек с инвалидностью заниматься спортом и стать профессиональным спортсменом?</p> <p>Может. В настоящее время существует множество видов спорта для людей с ограниченными возможностями. Созданы государственные и международные федерации по видам спорта. Проводятся соревнования, в том числе и международные.</p>
<p>Какими качествами должны обладать спортсмены с инвалидностью, чтобы достигать успехов в спорте?</p> 	<p><b>Вопрос:</b> Какими качествами должны обладать люди с инвалидностью, чтобы начать заниматься спортом и добиваться в нём успехов?</p> <p>Смелость, решительность, сила воли, умение добиваться цели несмотря ни на что, стойкость, упорство и т. д.</p>

## Что такое Паралимпийские игры?



### **Вопрос:** Что такое Паралимпийские игры?

Паралимпийские игры – международные спортивные соревнования для людей с ограниченными возможностями.

Паралимпийские игры проводятся в том же городе, что и Олимпийские через 2 недели после их окончания. В них участвуют люди с инвалидностью.

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

В составе термина «паралимпийский» есть греческое слово «пара». Оно переводится как «рядом». Таким образом, в самом названии термина подчеркивается равноправие Паралимпийских и Олимпийских игр.

В 1948 году врач реабилитационного госпиталя Людвиг Гуттман собрал британских ветеранов, вернувшихся после Второй Мировой Войны с поражением спинного мозга, для участия в спортивных соревнованиях. Называемый «отцом спорта для людей с ограниченными физическими возможностями», Гуттман был решительным сторонником использования спорта для улучшения качества жизни инвалидов с поражением спинного мозга. Гуттман имел далеко идущую цель — создание Олимпийских игр для спортсменов с ограниченными физическими возможностями. Британские игры проводились ежегодно, а в 1952 году, с приездом голландской команды спортсменов-колясочников для участия в соревнованиях, Игры получили статус международных и насчитывали 130 участников. IX игры, которые были открыты не только для ветеранов войны, состоялись в 1960 году в Риме. Они считаются первыми официальными Паралимпийскими играми. В Риме соревновались 400 спортсменов на колясках из 23 стран. С этого времени началось бурное развитие паралимпийского движения в мире.

### Принципы Паралимпийского движения



Смелость



Решимость



Вдохновение



Равенство

Паралимпийских принципа четыре.

**Первая ценность – «Смелость».**

**Вопрос:** Почему смелость является принципом Паралимпийского движения?

Смелость нам всегда нужна, чтобы сделать важный шаг в нашей жизни. Инвалидам она нужна вдвойне, чтобы преодолеть все барьеры и заняться спортом. Приведите пример смелости из своей жизни.

**Вторая ценность – «Решимость».**

**Вопрос:** Почему решимость является принципом Паралимпийского движения?

Решимость позволяет спортсмену каждый день тренироваться несмотря ни на что.

Приведите пример решимости из своей жизни.

	<p><b>Третья ценность – «Вдохновение».</b>  <b>Вопрос:</b> Почему вдохновение является принципом Паралимпийского движения?  Зачастую, чтобы что-то сделать особенное, нужно вдохновение. Помогало ли оно вам хотя бы раз?</p> <p><b>Четвертая ценность – «Равенство».</b>  <b>Вопрос:</b> Как вы думаете, почему равенство попало в основные ценности?</p>
<p>Эмблема Паралимпийского движения</p> 	<p>У Паралимпийского движения, как и у Олимпийского, есть своя эмблема. Она отличается от Олимпийской.</p> <p>Паралимпийская эмблема состоит из трех полусфер красного, синего и зеленого цветов. Они называются «агитосы» – от латинского <i>agito</i> – «приводить в движение, двигать». Эмблема символизирует Разум, Тело и Дух.</p> <p><b>Вопрос:</b> Как вы считаете, почему для Паралимпийского движения была выбрана именно эта эмблема?</p>
<p>Виды спорта зимней Паралимпиады</p>  <p>Горнолыжный спорт  Гонки на колясках  Следж-хоккей  Керлинг на колясках  Биатлон</p>	<p><b>Виды спорта зимней Паралимпиады:</b>  горнолыжный спорт;  гонки на колясках;  следж-хоккей;  кёрлинг на колясках;  биатлон.</p>
<p>Виды спорта летней Паралимпиады</p>  <p>Волейбол  Гольф  Регби на колясках  Бочче  Легкая атлетика  Тяжелая атлетика  Дзюдо</p>	<p><b>Виды спорта летней Паралимпиады:</b>  волейбол сидя;  регби на колясках;  голбол;  бочче;  легкая атлетика;  тяжелая атлетика;  плавание;  дзюдо;  волейбол;  футбол;  теннис.</p> <p>Посмотрев на виды спорта, входящие в состав зимней и летней Паралимпиады мы можем сказать, что большинство из них совпадают с Олимпийскими видами.</p> <p><b>Вопрос:</b> О чём это нам говорит?  Практически во всех видах спорта можно принимать участие с ограничениями в состоянии здоровья. Непреодолимые преграды для занятий любимыми видами спорта отсутствуют.</p>



В программу зимних Паралимпийских игр входит такой вид, как горнолыжный спорт. Программа соревнований включает скоростной спуск с горы для людей с различными видами инвалидности.

**Вопрос:** Как вы думаете, может ли полностью незрячий человек спускаться с горы на горных лыжах?

Может. В программу соревнований по горнолыжному спорту входит и дисциплина для полностью незрячих людей. Правила таковы: со спортсменом рядом едет лидер, который видит препятствие и подсказывает ему в какой момент совершать определенный маневр, а спортсмен должен совершить этот маневр правильно и вовремя. Как это выглядит на самом деле продемонстрировано в ролике.



[Ролик про скоростной спуск с горы среди незрячих спортсменов.](#) Героиня ролика Александра Францева – паралимпийская чемпионка.

Это видео еще раз подтверждает, какой смелостью и решительностью, уверенностью в своих силах и самообладанием обладают спортсмены.

Пример таких людей заставляет нас еще раз задуматься над тем, что главное – продолжать жить, заниматься любимым делом, радоваться жизни и никогда не сдаваться, какие бы препятствия ни стояли на пути.

Дополнительные источники:

<http://paralymp.ru/> – Паралимпийский комитет РФ.