



Летние Паралимпийские виды спорта

Тяжелая атлетика (пауэрлифтинг) - отправной точкой развития данного паралимпийского вида спорта считается проведение в 1992 г. Паралимпийских игр в Барселоне. Тогда 25 стран представили свои спортивные делегации на тяжелоатлетические состязания. Начиная с 1996 г., количество стран-участников неуклонно повышалось, на сегодняшний день 109 стран на пяти континентах принимают участие в паралимпийской тяжелоатлетической программе. Эта программа включает участие всех групп инвалидов, которые соревнуются в 10 весовых категориях, как мужских, так и женских. Впервые, женщины приняли участие в пауэрлифтинге 2000 г. на Играх в Сиднее. **Легкая атлетика** - легкоатлетическая программа Паралимпийских игр включает в себя широчайший спектр видов состязаний, она вошла в программу Международных Паралимпийских игр в 1960 г. В легкоатлетических состязаниях принимают участие спортсмены с самыми разнообразными нарушениями здоровья. Проводятся состязания колясочников, протезистов, слепых. Как правило, в легкоатлетическую программу входят трасса, бросок, прыжки, пятиборье и марафон. Атлеты соревнуются согласно их функциональным классификациям. **Стрельба из лука** - первые организованные состязания были проведены в 1948 г. в Англии в городе Сток-Мандевиле. Сегодня традиции этих игр нашли продолжение в регулярных состязаниях, в которых принимают участие также инвалиды-колясочники. Программа международных Паралимпийских игр включает одиночные игры, парные и командные состязания, причем процедуры судейства и подсчета очков идентичны применяемым на Олимпийских играх. **Плавание** - данная спортивная программа произошла из традиций физиотерапии и реабилитации людей с ограниченными возможностями. Тем не менее сегодня соревнования по плаванию среди инвалидов являются одним из самых интересных и популярных событий. Плавание доступно инвалидам всех групп функциональных ограничений, единственным условием является запрет на применение протезов и прочих вспомогательных устройств. **Дзюдо** - единственное, чем паралимпийское дзюдо отличается от традиционного, - различные текстуры на матах, указывающие область соревнования и зоны. Дзюдоисты-паралимпийцы соревнуются за главный приз - золотую медаль, а правила игры идентичны правилам Международной Федерации дзюдо. **Велосипедный спорт** - данный вид спорта является одним из новейших в истории паралимпизма. В начале восьмидесятых впервые состоялись соревнования, в которых приняли участие спортсмены с нарушениями зрения. Однако, уже в 1984 г. на международных играх инвалидов состязались также парализованные спортсмены и ампулянты. Атлеты с нарушениями зрения соревнуются в паре с видящим товарищем по команде. Также они участвуют в гонках на трассе. Наконец, ампулянты и велосипедисты с нарушениями моторной деятельности соревнуются в индивидуальных состязаниях на специально подготовленных велосипедах. **Фехтование** - все атлеты соревнуются в инвалидных креслах, которые закреплены на полу. Однако эти кресла оставляют значительную свободу передвижения фехтовальщиков, и их действия столь же стремительны, как и на традиционных соревнованиях. **Футбол 7x7** - одно из самых захватывающих спортивных состязаний. Правила FIFA применяются с некоторыми ограничениями, учитывающими особенности здоровья спортсменов. Например, не применяется правило «вне игры», само поле и ворота по размерам меньше, чем в традиционном футболе, и сбрасывание может быть сделано одной рукой. **Баскетбол на колясках** - Главной управляющей структурой в этом виде спорта является Международная федерация баскетбола колясочников (IWBF). Хотя баскетбол колясочников имеет много общего с традиционным баскетболом, его характеризует собственный уникальный стиль игры: защита и нападение должны проводиться в соответствии с принципами поддержки и взаимопомощи. В отличие от традиционной игры, где основной стиль: «спиной к корзине», при игре в баскетбол колясочников нападающие играют «лицом к корзине», постоянно продвигаясь вперед. **Выездка** - конные соревнования открыты для инвалидов-паралитиков, ампутантов, слепых, с нарушениями зрения, умственной отсталостью. Конные соревнования проводятся только в индивидуальном классе. **Стрельба** - соревнования по стрельбе подразделяются на класс винтовки и пистолета. Правила соревнований для инвалидов устанавливаются Международным комитетом стрельбы инвалидов. Эти правила учитывают различия, которые существуют между возможностями здорового человека и человека с инвалидностью. **Волейбол** - паралимпийские первенства по волейболу проходят в двух категориях: сидячей и стоячей. Таким образом, в Паралимпийских играх могут принимать участие спортсмены со всеми функциональными ограничениями. Главное различие между традиционным волейболом и паралимпийской версией - меньший размер корта и более низкое положение сетки. **Регби на колясках** - регби колясочников объединяет элементы баскетбола, футбола и хоккея с шайбой и играется на баскетбольной площадке. Команды состоят из 4-х игроков, плюс допускается количество запасных вплоть до восьми человек. Классификация игроков основывается на их физических возможностях, исходя из которых каждому присваивается определенное количество баллов от 0.5 до 3.5. Суммарное количество баллов в команде не должно превышать 8.0. В игре используется волейбольный мяч, который можно нести, передавать руками. Игра состоит из четырех периодов длительностью по 8 минут. **Футбол 5x5** - игра для атлетов с ухудшенным зрением, с возможностью одного зрячего игрока как вратаря. В команде 5 игроков, и каждая игра длится 50 минут. Правила - те же самые, как и в обычном футболе, с определенными модификациями: шар шумит, когда он перемещает-



ся, вратари могут быть зрячими и выступать как гиды в течение игры, остальная часть команды использует повязки на глазах, размеры игрового поля являются меньшими. **Танцы на колясках** - спортивные танцы на колясках, включенные в Паралимпийские игры, - это танцы в стиле COMBI DANCE. Они проводятся по двум программам: классические европейские танцы (Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Медленный фокстрот и Квикстеп), латиноамериканские танцы (Самба, Ча-ча-ча, Румба, Пасо-Добль и Джайв). **Голбол** - цель соревнования состоит в том, чтобы катить шар в цель противника, в то время как противостоящие игроки пробуют заблокировать шар своим телом. голбол играется мужскими и женскими атлетами со слабым зрением, которые носят маски «затмения», чтобы гарантировать, что все участники конкурируют одинаково. **Настольный теннис** - в данном виде спорта от игроков, прежде всего, необходимы отработанная техника и быстрая реакция. Поэтому спортсмены используют общепринятые методы игры, несмотря на свои физические ограничения. Соревнования по настольному теннису на Паралимпийских играх присутствуют в двух видах - состязания колясочников и в традиционной форме. **Гребля** - спорт был введен программу паралимпийских игр совсем недавно. Впервые был показан в Пекине. **Парусный спорт** - система классификации парусного спорта основана на четырех факторах - стабильности, ручной функции, подвижности и видении.

Итоги Пекинской паралимпиады

17 сентября в Пекине завершились XIII летние Паралимпийские игры. На Играх участвовали команды из 147 стран. Были разыграны 472 комплекта наград по 20 видам спорта. Чемпионами стали пред-

ставители 52 стран, призерами - 68 стран. Представители сборной России принимали участие не более чем в 40 процентах соревновательной программы и всего в 13 видах спорта. Российские паралимпийцы завоевали 63 медали. В неофициальном командном зачете наша сборная заняла восьмое место - 18 золотых, 23 серебряные, 22 бронзовые медали. По всем показателям - золотые медали, сумма медалей, занятое место - сборная России показала лучшие результаты за всю историю выступления на Паралимпийских играх (с 1988 года). Кроме того, в Пекине российские спортсмены установили 18 мировых рекордов: Оксана Савченко (плавание, три), Валерий Пономаренко (стрельба, два), Анна Ефименко (плавание, два), Дмитрий Кокарев (плавание, два), Константин Лисенков (плавание, два), Александр Неволин-Светов (плавание, два), Алексей Ашапатов (легкая

атлетика, два), Олеся Владыкина (плавание), Андрей Лебединский (стрельба), Артем Арефьев (легкая атлетика). Всего в состав сборной входили 145 спортсменов и 55 тренеров. В их числе были 40 заслуженных мастеров спорта. Еще 26 спортсменов выполнили установленные нормативы и получили знаки заслуженных мастеров спорта непосредственно на Играх в Пекине.

19 сентября паралимпийскую сборную России в Кремле принимал Президент Российской Федерации Дмитрий Медведев.

На приеме у губернатора

В конце сентября губернатор Нижегородской области Валерий Павлинович Шанцев встретился с нижегородскими спортсменами - победителями и призерами Олимпийских и Паралимпийских игр в Пекине и их тренерами.

«Дорогие олимпийцы и паралимпийцы, - поприветствовал губернатор участников встречи, - мы рады сегодня видеть вас! Все эти дни, пока шла Олимпиада, а потом и Паралимпиада, на нижегородской земле, да и по всей России не было людей, которые не смотрели бы эти главные спортивные праздники! Все мы переживали за вас. Каждый из нас хотел, чтобы вы победили! Ваши победы прославляют нашу родину в целом и Нижегородскую область в частности. Сегодня ваши болельщики, все те, кто в вас верил, низко кланяются за эти победы! Мы с большим волнением смотрели соревнования по художественной гимнастике. Они проходили в очень простой обстановке, в таких условиях сложно не ошибиться. Елена Посевина (заслуженный мастер спорта России, чемпионка XXIX летних Олимпийских игр в Пекине, чемпионка XXVIII летних Олимпийских игр 2004 года в Афинах) и Дарья

Борисовну Тишину (тренер Елены Посевинной, заслуженный тренер России), Татьяну Владиславовну Сергееву (тренер Дарьи Шкурихиной, заслуженный тренер России) и Александра Викторовича Абрамова (тренер Татьяны Фировой, заслуженный тренер России). Эти люди вырастили призеров Олимпийских игр!» - отметил губернатор.

На Олимпийских и Паралимпийских играх наш регион представляли двадцать спортсменов, десять из них - паралимпийцы. Нижегородские спортсмены с инвалидностью достойно показали себя в столице Китая. Шесть спортсменов из этой десятки привезли на нижегородскую землю награды. Это Дмитрий Кокарев - мастер спорта международного класса по плаванию, трехкратный чемпион и серебряный призер XIII летних Паралимпийских игр 2008 года, трехкратный чемпион и серебряный призер чемпионата мира 2006 года, неоднократный победитель и призер Кубков Европы, рекордсмен Европы, многократный чемпион и рекордсмен России. Тренер Дмитрий Кокарева, Вадим Юрьевич Морозов, - заслуженный тренер России. Андрей Куваев - заслуженный мастер спорта России (футбол), серебряный призер XIII летних Паралимпийских игр в Пекине, бронзовый призер XII летних Паралимпийских игр 2004 года в Афинах и чемпион мира 2007 года. Его товарищ по команде Иван Потехин - заслуженный мастер спорта России, серебряный призер XIII Паралимпийских, бронзовый призер XII летних Паралимпийских игр в Афинах и чемпион мира 2007 года. Тренер Андрея Куваева и Ивана Потехина - Александр Николаевич Кошелев. Денис Дорогаев - заслуженный мастер спорта России (плавание), бронзовый призер Паралимпийских игр в Пекине, бронзовый призер XII летних Паралимпийских игр, серебряный призер чемпионата мира 2006 года, чемпион Европы, многократный чемпион и рекордсмен России. Его тренер - Юрий Алексеевич Назаренко, заслуженный тренер России, главный тренер сборной команды России по плаванию. Ольга Киселева - мастер спорта международного класса по пауэрлифтингу, заняла пятое место на XIII Паралимпийских играх, участник XII летних Паралимпийских игр 2004 года в Афинах, чемпионка Европы 2007 года, многократная чемпионка России. Ильядар Беддердинов - кандидат в мастера спорта по пауэрлифтингу, занял пятое место на Паралимпийских играх в Пекине, серебряный призер чемпионата мира 2006 года, чемпион Европы 2007 года, рекордсмен Европы. Их тренер - Сергей Александрович Шенин.

«После Олимпиады и Паралимпиады вы вошли в историю России и нашей области, - сказал Валерий Павлинович, - вы герои! Ваши имена будут маячком для тех, кто только приходит в спорт! От имени нижегородцев я говорю вам огромное спасибо! Хотелось бы, чтобы вы не останавливались на достигнутом и чтобы все «золото» маира, Европы, а также следующих Олимпийских и Паралимпийских игр украсило вас!» - в заключение произнес губернатор.

Встреча прошла по-дружески, где-то даже по-семейному. Все олимпийские и паралимпийские призеры, а также их тренеры получили от губернатора Нижегородской области Валерия Шанцева денежные премии и подарки.

Анастасия МАКАРОВА

