

Пособие по проведению встреч – «Уроков доброты»



О чем наш урок?

- Знакомство со спортсменом – паралимпийцем с вашей территории
- Известные люди с инвалидностью
- Большой спорт – для Всех!
- Зимние Паралимпийские виды спорта
- Летние Паралимпийские виды спорта

Занятия по пониманию инвалидности или так называемые “Уроки доброты” – уникальны, они способствуют формированию позитивного общественного мнения по отношению к людям с инвалидностью и интеграции их в общество.

Медицинская модель гласит, что изменять надо людей.
Социальная модель гласит, что изменять надо общество и отношение общества к инвалидам.

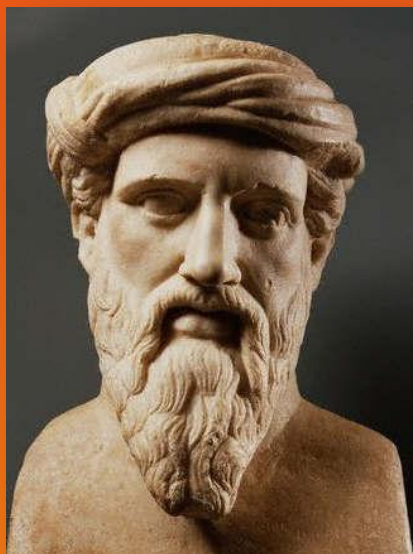
Д-р Билл Альберт, Великобритания

!Очень важно отношение со стороны окружающих людей! Только при уважительном и равном отношении со стороны других, люди с инвалидностью смогут реализовывать свои права.

По данным Организации Объединенных Наций (ООН) каждый десятый человек в мире – это человек с инвалидностью.

Известные люди с инвалидностью. Успех доступен каждому!

Все эти люди прожили активную и полноценную жизнь, их имена увековечены в романах и кинофильмах, разве можно их назвать несчастными и нуждающихся в нашей с вами жалости?



Пифагор (569-475 гг. до н. э.)

Греческий философ и математик.

Пифагору приписывают сочинения по геометрии (теорема Пифагора), теории чисел, астрономии, определение основных музыкальных интервалов (считал, что небесные тела подчиняются аналогичным законам гармонии – концепция «музыки сфер»). Мы до сих пор пользуемся открытиями Пифагора.

У Пифагора была эпилепсия, из-за чего у него часто случались обмороки.



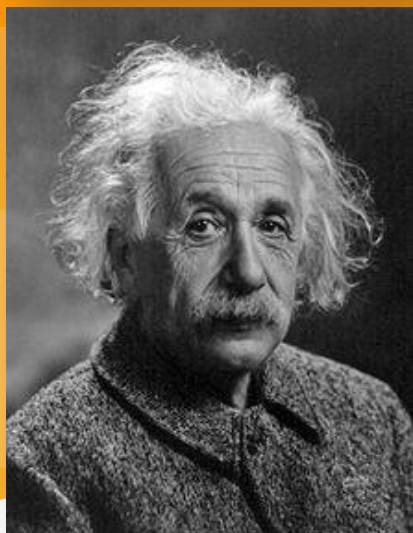
Людвиг Ван Бетховен (1770 – 1827)

Великий немецкий композитор, дирижер и пианист.

Будучи уже известным композитором, Бетховен начал терять слух: у него развился тинит – воспаление внутреннего уха. С возрастом Бетховен полностью потерял слух, но именно с этого времени композитор создал свои самые известные произведения.

Девятая симфония впервые была исполнена в 1824 г. Публика была в восторге и устроила бурную овацию. Бетховен стоял спиной и ничего не слышал, тогда одна из певиц взяла его за руку и развернула к слушателям.

Овация длилась так долго, что полиция потребовала ее прекратить. Подобные приветствия допускались только по отношению к императору.



Альберт Эйнштейн (1879-1955)

Физик-теоретик, один из основоположников современной физики.

Известен прежде всего как автор теории относительности. Эйнштейн внес также значительный вклад в создание квантовой механики, развитие статистической физики и космологии. Лауреат Нобелевской премии по физике 1921 («за объяснение фотоэлектрического эффекта»).

У Эйнштейна была дислексия, что означало, что он не мог учиться так же, как большинство его соучеников.



Франклин Рузвельт (1888 – 1945)

Президент США с 1932 г. по 1945 гг.

В возрасте 38 лет перенес полиомиелит, в результате которого у него парализовало ноги. Он должен был пользоваться коляской или костылями, но свою инвалидность скрывал, так как был уверен, что американский народ никогда бы не избрал инвалида в президенты.

С его именем связаны одни из самых значительных страниц в истории внешней политики и дипломатии США, в частности, установление и нормализация дипломатических отношений с Советским Союзом и участие США в антигитлеровской коалиции.

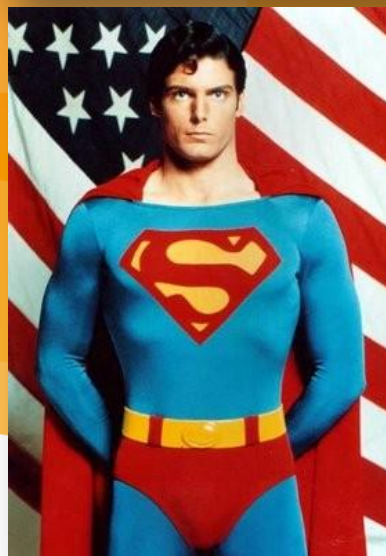


Фрида Кало (1907-1954)

Мексиканская художница.

В восемнадцать лет Фрида попала в страшную аварию (на улице перевернулся трамвай). Множество операций, больницы на протяжении нескольких лет, год в постели без шанса встать на ноги – Фрида начала писать картины. Если ты занят творчеством, неважно, в каком состоянии твоё тело, не имеет значения, можешь ли ты нормально ходить и жить. Кало ампутируют правую ногу, она перенесла массу операций на позвоночник.

И несмотря на это, она активно работает, создавая всё новые и новые картины. Во время своей жизни, Фрида создала около 200 картин, рисунков и эскизов, связанных с ее жизненным опытом.



Кристофер Рив (1952 - 2004)

Американский актер театра и кино, режиссер, сценарист, общественный деятель. В 1978 году получил мировую известность благодаря роли Супермена. В 1995 году во время скачек упал с лошади, получил тяжелейшую травму и остался полностью парализованным. С тех пор он посвятил свою жизнь реабилитационной терапии и совместно с женой открыл центр по обучению парализованных навыкам самостоятельного существования. Несмотря на травму, Кристофер Рив до последних дней продолжал работать на телевидении, в кино и участвовать в общественной деятельности.

Известные люди с инвалидностью. Успех доступен каждому!



Эйми Маллинз

Из-за врожденной болезни, в возрасте полугода Эйми ампутировали обе ноги. Доктора уверяли, что девочка никогда не будет ходить.

Эйми научилась ходить на протезах, а еще бегать и прыгать в длину. На Паралимпийских играх она побила несколько рекордов.

Сегодня Эйми – красивая и успешная, одна из известных супермоделей. Она вошла в список 50 – ти самых красивых людей мира, снимается как актриса в кино и как модель для гляцевых журналов.



Стиви Уандер

Американский музыкант, певец, композитор, мультиинструменталист, аранжировщик и продюсер. Потерял зрение в грудном возрасте. В кислородный бокс, куда положили ребенка, было подано слишком много кислорода. Результат – пигментная дегенерация сетчатой оболочки глаза и слепота. Его называют одним из величайших музыкантов нашего времени. 22 раза получал музыкальную премию «Грэмми». За свою карьеру записал более 30 альбомов.

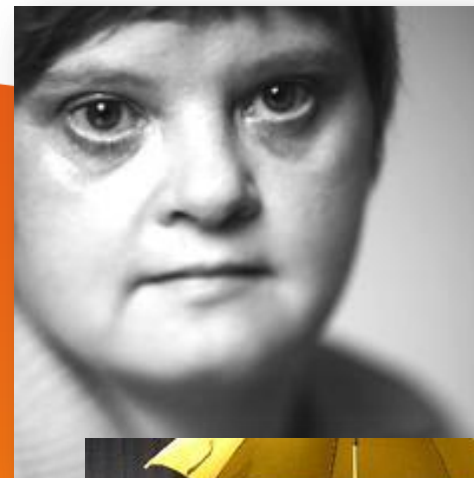
Тамара

Обаятельная Солнечная девушка с необыкновенными веснушками.

Тамара. Живет в Германии. У неё синдром Дауна.

Тамара очень жизнерадостна и позитивна.

Участвует в съемках журналов для особенных людей. Мечтает стать настоящей профессиональной Супермоделью.



Мария Нефедова

Работает ассистентом педагога в «Даунсайд Ап» (Организация, главная цель которой - изменить к лучшему жизнь детей с синдромом Дауна в России). Маша помогает специалистам проводить групповые занятия для детей с синдромом Дауна. Мария была первым в России официально трудоустроенным человеком с синдромом Дауна. Кроме работы в Даунсайд Ап, Маша исполняет главные роли в «Театре Простодушных», любимым занятием считает музицирование, прекрасно играет на флейте, учит английский язык, увлекается конным спортом, много путешествует. «Любовь – это такое сильное чувство, что это трудно выразить словами. В жизни мне очень везет. Я считаю себя счастливым человеком. Счастье заключается в том, что есть люди, которые меня любят и понимают».

Диана Гурцкая

Певица и общественный деятель, не видит с рождения.

Сначала маленькая Диана радовала своими песнями родных и близких. Потом, поступив в Тбилисскую школу-интернат для незрячих детей, пела для одноклассников. Там же, в Тбилиси, с успехом закончила музыкальную школу по классу фортепиано. Когда ей было всего 10 лет, Диана впервые вышла к широкой публике. Ее чувственная манера исполнения произвела настоящий фурор в зале.

После окончания училища им. Гнесиных Диана начинает самостоятельную сценическую карьеру, которая приносит ей любовь миллионов поклонников и звание Заслуженной артистки России. Диана учредила фонд «По зову сердца» для поддержки слабовидящих детей.



Большой спорт для Всех!



Паралимпийские игры – вторые крупнейшие спортивные соревнования после Олимпийских игр. С каждым годом число желающих участвовать в Паралимпийских играх увеличивается.



Паралимпийскую эмблему составляют расположенные вокруг центральной точки три полусферы красного, синего и зелёного цветов. Их называют «агитосы» (от латинского agito – «приводить в движение, двигать, направлять, устремлять»). Этот символ подчёркивает объединение спортсменов с органиченными возможностями, которые своими достижениями постоянно вдохновляют и восхищают мир. Использованные цвета наиболее широко представлены в национальных флагах стран мира.

В процессе развития Паралимпийского движения определились четыре основные Паралимпийские ценности:

Мужество Целеустремленность Воодушевление Равенство

Мужество — совершать непредсказуемое и достигать невозможного, преодолевая стереотипы.

Целеустремленность — преодолевать препятствия и побеждать неблагоприятные обстоятельства, максимально развивая свои физические возможности.

Воодушевление — восхищаться спортсменами-паралимпийцами, используя пример их силы духа и достижений в собственной жизни.

Равенство – паралимпийский спорт призван стирать социальные барьеры, дискриминирующие людей с инвалидностью.

В термине «Паралимпиада» используется латинское значение префикса «para» – «присоединившийся». Таким образом, термин «паралимпийские» означает, что Игры людей с ограниченными возможностями присоединяются к Олимпийским, организуются и проводятся вместе с ними.



Наша Гордость!



Российские спортсмены паралимпийских игр с честью выступили на зимних Олимпийских играх в Ванкувере в 2010 г. Сборная получила 38 медалей, в том числе 12 золотых и первое место в общекомандном зачёте.



Алексей Ашапатов



Чемпион и рекордсмен Летних Паралимпийских игр 2008 г., чемпион мира, чемпион Европы, десятикратный чемпион России по лёгкой атлетике. В результате несчастного случая в 2002 г. потерял ногу, но продолжил заниматься любимым видом спорта – волейболом.

Стал мастером спорта по волейболу сидя.

Занимается и другими видами спорта: мастер спорта международного класса по армрестлингу и заслуженный мастер спорта по лёгкой атлетике, абсолютный чемпион по метанию диска среди лиц с ограниченными физическими возможностями.

Был знаменосцем сборной России на Пекинской Паралимпиаде.

Сергей Шилов



Российский спортсмен и общественный деятель.

С детства занимался спортивным ориентированием. Дорожная авария случилась, когда возвращался из Эстонии, с соревнований, травмы были несовместимы с жизнью.

Сергей Шилов является мастером спорта и неоднократным призёром чемпионатов континента по лёгкой атлетике, мастером спорта международного класса по биатлону, кандидатом в мастера спорта по спортивному ориентированию.

Только вдумайтесь в эти цифры: пять летних Игр – Барселона – 1992, Атланта – 1996, Сидней – 2000, Афины – 2004, Пекин – 2008, а также пять зимних стартов - Лиллехаммер – 1994, Нагано – 1998, Солт – Лейк – Сити -2002, Турин – 2006 и Ванкувер – 2010. Его спортивная биография – фактически история отечественного паралимпийского движения.

Самая титулованная спортсменка в мире в паралимпийском спорте, 13 – кратная чемпионка Паралимпийских игр, 18 – кратная чемпионка мира, 43 – кратная чемпионка Европы, участница 6 паралимпийских игр.

В детстве потеряла зрение. В школьном возрасте начала заниматься лёгкой атлетикой. Несмотря на потерю зрения, тяжёлую травму позвоночника, она вновь и вновь выходит на спортивную дорожку, покоряя весь мир мужеством. За свои выдающиеся достижения занесена в книгу рекордов Гиннеса.



В феврале 2008 г. Олеся вместе с друзьями отправилась в путешествие в Тайланд, где попала в аварию. После нескольких операций врачам не удалось сохранить её левую руку. Уже через два месяца после аварии Олеся возобновила занятия плаванием, через пять – стала чемпионом и мировым рекордсменом XIII Летних Паралимпийских игр 2008 г. в Пекине в плавании на 100 м брассом.



Рима Баталова





Зимние Паралимпийские виды спорта



sochi.ru
2014



Следж – хоккей на льду



Зимние Паралимпийские игры проводятся с 1976 года. Впервые они состоялись в городе Эрншёльдсвик (Швеция). Соревнования для спортсменов с ампутированными конечностями и нарушениями зрения были организованы на треке и в поле.



Биатлон



Лыжные гонки



Кёрлинг на колясках



Горнолыжный спорт





Летние Паралимпийские виды спорта



Фехтование

Волейбол сидячий



Баскетбол на колясках



Велосипедный спорт



Голбол

Голбол. Исключительно паралимпийская игра с мячом для спортсменов – паралимпийцев по зрению, в которой нужно закатить в ворота команды противника большой мяч с бубенчиком внутри. Форма спортсменов включает непрозрачные очки, чтобы на равных могли выступать незрячие игроки.



Настольный теннис

Футбол 5х5, 7х7



Регби на колясках



Лёгкая атлетика



Теннис на колясках





Летние Паралимпийские виды спорта



Плавание



Парусный спорт



Выездка (конные соревнования)



Адаптивная гребля

Бочче. Адаптированный для людей с ограниченными возможностями вариант средневековой греческой игры с мячом. В Паралимпийских играх бочче представлена с 1984 года. Правила достаточно просты: кожаный мяч (у одной команды или игрока синий, у второй — красный) надо бросить как можно ближе к контрольному белому мячику. Команда или игрок, чей мяч оказался ближе к контрольному, чем ближайший мяч противника, получает очки.

Тяжелая атлетика
(Пауэрлифтинг)



Бочче



Дзюдо для слабовидящих

Стрельба из лука



Мы все появляемся на этот свет разными. Одни артистичны, другие спортивны. Третьи – не могут хорошо видеть или слышать. Некоторые учатся не так быстро, как остальные.



Все люди хотят одного и того же – они хотят общаться, нравиться, быть принятыми и иметь друзей.



Важно!
Задавать интересные вопросы и выражать свои чувства.



Важно!
Быть сильным и иметь смелость быть другим.

Задавая вопросы и высказывая свои ощущения, мы узнаем новое о себе и других.



Дружба учит нас тому, что мы все во многом похожи: тем, что нам нравится или не нравится.

У каждого из нас есть то, что мы можем дать другим!

Каждый из нас может изменить мир!

