

**ИСТОРИЯ  
ПАРАЛИМПИЙСКОГО  
СПОРТА.  
ПАРАЛИМПИЙСКИЕ ВИДЫ  
СПОРТА**



- Паралимпийские виды спорта — все виды спорта, по которым проводятся соревнования на летних и зимних Паралимпийских играх. На 2016 год в программу летних Паралимпийских игр были включены 22 вида спорта и 526 комплектов медалей, а в программу зимних Паралимпийских игр входят 5 видов спорта и спортивных дисциплин и около 72 комплектов медалей. Количество и виды разыгрываемых комплектов наград могут меняться от одних Паралимпийских игр к другим.



- Паралимпийские игры являются крупным международным мульти-спортивным событием для спортсменов с ограниченными физическими возможностями. К ним относятся спортсмены с ограниченными возможностями передвижения, ампутациями, слепотой и ДЦП. Паралимпийские виды спорта — это организованные спортивные мероприятия в рамках мирового паралимпийского движения. Эти события организуются и проводятся под руководством Международного паралимпийского комитета и международных спортивных федераций.



# История паралимпийского движения

- Организованный спорт для лиц с физическими недостатками разработан из программ реабилитации. После Второй мировой войны, в ответ на потребности большого числа раненых бывших военнослужащих и гражданских лиц, спорт был введён в качестве ключевой части реабилитации. Спорт для реабилитации перерос в рекреационный спорт, а затем в спорт высших достижений.
- Пионером этого подхода был Людвиг Гуттманн из Сток-Мандевилльского реабилитационного госпиталя в Англии. В 1948 году, в то время как Олимпийские игры проводились в Лондоне (Англия), он организовал спортивные соревнования для спортсменов на инвалидных колясках в Сток-Мандевилле. Это было началом Сток-Мандевилльских игр, которые превратились в современные Паралимпийские игры.

# История паралимпийского движения

- Во всём мире Международный паралимпийский комитет признан ведущей организацией, которая осуществляет непосредственное управление в девяти видах спорта и несёт ответственность за Паралимпийские игры и другие мульти-спортивные события для различных видов инвалидности.
- На национальном уровне существует широкий спектр организаций, которые берут на себя ответственность за паралимпийский спорт, включая национальные паралимпийские комитеты, которые являются членами МПК, и многие другие.



# Категории участников соревнований

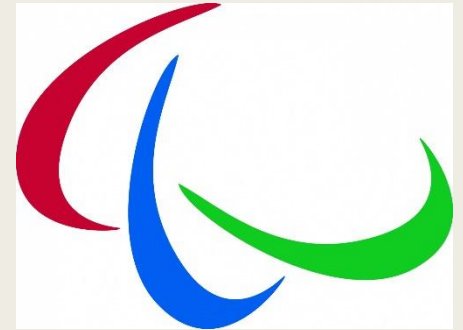
- Спортсмены, участвующие в паралимпийских видах спорта, сгруппированы в основные категории в зависимости от их типа инвалидности:
  - Поражение опорно-двигательного аппарата.
  - Нарушение зрения.
  - Нарушение интеллекта.
- Категория инвалидности определяет, какие спортсмены соревнуются и в каких видах спорта они участвуют. Некоторые виды спорта открыты для нескольких категорий инвалидности (например, велоспорт), а другие ограничиваются только одной (например, мини-футбол для команд из 5 участников).
- В некоторых видах спорта спортсмены соревнуются из нескольких категорий, но только в своей категории (например, лёгкая атлетика), а в других — спортсмены из разных категорий соревнуются друг с другом (например, плавание).
- Спортивные события (розыгрыш комплекта наград) на Паралимпийских играх обычно маркируются соответствующей группой.

# Категории участников соревнований

- Основным компонентом паралимпийского спорта является классификация. Классификация обеспечивает структуру для соревнований, которая позволяет спортсменам состязаться с другими с подобными проблемами или аналогичным уровнем физической функции. Это похоже по цели на весовые и возрастные категории, используемые в некоторых видах спорта для здоровых спортсменов.
- Спортсмены классифицируются по различным процессам, которые зависят от их группы инвалидности и вида спорта, в котором они участвуют. Оценка может включать физическое или медицинское обследование, техническую оценку того, как спортсмен выполняет определенные физические функции, связанные с его видом спорта, а также наблюдение во время и вне соревнований. Каждый вид спорта имеет свою собственную систему классификации, которая является частью правил этого вида спорта.

# Международный паралимпийский КОМИТЕТ

- МПК – это международная неправительственная организация, управляющая паралимпийским движением. Комитет принимает решения по вопросам проведения Паралимпийских игр, а также является спортивной федерацией для ряда паралимпийских видов спорта.
- МПК определяет, какие виды спорта будут представлены на Паралимпийских играх, общую схему организации игр, применяемые стандарты и т. п. Но непосредственно организацию Паралимпийских игр осуществляет Организационный комитет Олимпийских игр, который создан в соответствующей стране для проведения Олимпийских и Паралимпийских игр.







# СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

## ЛЕТНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

# Академическая гребля

- В 1975 году в Австралии, Германии, Великобритании, Нидерландах и США стали разрабатываться программы по академической гребле спорта лиц с поражением опорно-двигательного. В 1993 году показательные соревнования по академической гребле спорта лиц с ПОДА были включены в программу чемпионата мира в Нидерландах.
- После следующих показательных соревнований и четырех семинаров, посвященных Гребле, FISA (Международная федерация гребли) в 2002 году окончательно представила академическую греблю (ПОДА) на чемпионате мира в г. Севилье (Испания), где 38 атлетов соревновались в одиночном классе с парным веслом и в классе с рулевым. В 2004 году на соревнованиях среди взрослых спортсменов и гребцов-юниоров в г. Баньолес (Испания) приняли участие 66 атлетов с поражением опорно-двигательного аппарата.
- В соревнованиях принимают участие мужчины и женщины. Классификация включает в себя четыре класса лодок: LTA4+, TA2x, AW1x и AM1x. Классы LTA4+ и TA2x – это смешанные лодки (мужчины и женщины).
- Гонки проводятся на дистанциях свыше 1000 метров для всех четырех классов



# Бадминтон

- Бадминтон - одна из древнейших игр нашей планеты. Два тысячелетия назад в волан играли в Древней Греции, Китае, Японии, Индии, странах Африки.
- Парабадминтон – вид спорта для людей с любыми формами поражения опорно-двигательного аппарата. Отправной точкой его развития можно считать 1995 год, когда в Лондоне состоялся первый Европейский открытый турнир по бадминтону для спортсменов с ограниченными возможностями здоровья.
- В 2008 году развитием парабадминтона на всемирном уровне стала заниматься Международная федерация бадминтона (BWF), в 2010 году она была принята в члены Международного паралимпийского комитета (МПК). В 2014 году МПК приняло решение о включении парабадминтона в программу XVI Паралимпийских летних игр 2020 года в г. Токио (Япония).



# Баскетбол на колясках



- Баскетбол на колясках появился в 1946 г. в США. Сейчас в него играют более чем в 80 странах. Число только официально зарегистрированных игроков — около 25 тысяч человек. Международная федерация баскетбола на колясках (IWBF) проводит различные спортивные мероприятия: чемпионат мира — раз в 4 года; ежегодные турниры клубных команд, зональные соревнования (один-два раза в год) и пр. Баскетбол на колясках входит в программу Паралимпийских игр с 1960 г.
- В России первая секция баскетбола на колясках открылась в г. Москве в апреле 1991 года. В 1993 году состоялся визит Российских игроков в Германию, где команда принимала участие в международном турнире, также в этот год в Москве состоялся первый чемпионат России по баскетболу на колясках.

# Бочча

- Бочча — Паралимпийский вид спорта. Это спортивная игра на точность, принадлежащая к семье игр с мячом, близкая к боулингу, петанку и боулзу, имеющих общие истоки в античных играх распространенных на территории Римской империи. Впервые была включена в программу VII Паралимпийских летних игр 1984 года.
- Она является активно развивающимся видом спорта для игроков с тяжелейшими формами поражения центральной нервной системы и травм позвоночника, воздействует на физическое развитие и состояние организма игроков, влияет на их настроение и самосознание. Регулярные занятия бочча развивают ловкость, точность, выносливость, координацию движений, а также помогает тактически мыслить. Бочча не травматична, доступна для каждого в качестве примера здорового образа жизни и проведения досуга.



# Велоспорт

- Велоспорт был включен в программу Паралимпийских игр с 1984 года. В этом году Игры проходили в двух городах — Нью-Йорке и Сток-Мандевилле.
- Спортсмены с нарушениями опорно-двигательного аппарата используют как двухколесные, так и трехколесные велосипеды. Трехколесные велосипеды предназначены для спортсменов с ДЦП, так как удержать равновесие на классическом велосипеде они просто не в состоянии.
- Благодаря современным инновациям и технологиям велоспортом в наше время могут заниматься и спортсмены-ампутанты нижних конечностей. Для ампутантов и парализованных изобрели «Handcycle» («ручной велосипед»).
- Спортсмены, находясь в положении полулежа, крутят педали руками, демонстрируя при этом довольно высокие результаты.
- До 1996 года спортсмены соревновались только в шоссейных гонках. Начиная с Игр в Атланте стали проводиться соревнования на велотреке.



# Волейбол сидя

- Волейбол сидя впервые был представлен в 1956 году в Амстердаме. Игра, разработанная Таммо Ван Дер Схером и Антоном Алберсом, сочетала в себе правила волейбола и распространённых в Германии, Нидерландах и скандинавских странах ситбола и фистбола.
- Впервые волейбол сидя был представлен на V летних Паралимпийских играх в Торонто. Развитие этого вида спорта на международном уровне можно назвать бурным. В 1980 г. Голландец Питер Йон стал первым президентом Всемирной организации волейбола для инвалидов (англ. World Organisation Volleyball for Disabled — WOVD).
- В 1981 году в Бонне состоялся первый официальный чемпионат Европы по волейболу сидя с участием десяти команд. С 1983 года разыгрываются чемпионаты мира для мужских команд и с 1993 года — для женских. В 2004 году женский волейбол сидя дебютировал на Паралимпийских играх.





# Гребля на байдарках и каноэ



- Гребля на байдарках и каноэ спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (параканоэ) – это молодой вид спорта, который начал развиваться в начале XX века. Впервые была включена в программу XV Паралимпийских летних игр 2016 года в г. Рио-де-Жанейро, на которых было разыграно 6 комплектов медалей.
- На чемпионате мира 2009 года по гребле на байдарках и каноэ в г. Дартмут (Новая Шотландия) впервые соревновались спортсмены с ограниченными возможностями здоровья, а на следующем чемпионате мира 2010 года в г. Познань (Польша) параканоэ впервые была введена в программу соревнований. В 2010 году на заседании Международного паралимпийского комитета было принято решение о включении параканоэ в программу XV Паралимпийских летних игр 2016 года в г. Рио-де-Жанейро, на которых было разыграно 6 комплектов медалей.
- Соревнования проводятся в одиночных заездах среди мужчин и женщин по гребле на байдарках (K-1) и гребле на каноэ (V-1) по трем функциональным классам: KL1, KL2, KL3 и VL1, VL2, VL3.

# Конный спорт

- Соревнования по паралимпийской выездке начали регулярно проводиться в 1970-х годах в Скандинавии и Великобритании. Первый Чемпионат Мира состоялся в 1987 году в Швеции, а в 1991 паралимпийский конный спорт был официально признан Международным Паралимпийским Комитетом. Был создан Международный Паралимпийский Комитет по Конному Спорту (IPES), в задачи которого входило проведение соревнований и развитие конного спорта по всему миру.
- В 1996 году паралимпийская выездка впервые вошла в программу Паралимпийских игр в Атланте. Чемпионаты мира по паралимпийскому драйвингу (Para-Equestrian World Driving Championships) регулярно проводятся с 1998 года, с периодичностью в два года.



# Легкая атлетика



- Первые соревнования по легкой атлетике среди спортсменов с ограниченными возможностями были проведены в 1952 году, в г. Сток Мондевили (Великобритания), которые были организованы для ветеранов Великой Отечественной войны. Это был один из восьми видов спорта, включенных в программу первых Паралимпийских игр 1960 года, которые прошли в г. Риме, Италия. Легкая атлетика развивается более чем в 120 странах мира и находится под эгидой Международного Паралимпийского Комитета.
- Легкая атлетика самый медалеемкий вид спорта в программе Паралимпийских игр, на предстоящих играх в Рио – де – Жанейро было разыграно 177 комплектов медалей из 528. В соревнованиях по легкой атлетике принимают участие спортсмены с поражением опорно-двигательного аппарата, нарушением зрения и интеллектуальными нарушениями. Спортсмены соревнуются в соответствии с их функциональной классификацией в беговых дисциплинах на короткие и средние дистанции, метаниях диска, копья, булавы, толкание ядра, прыжки в высоту, прыжки в длину, а так же тройном прыжке.

# Настольный теннис

- Соревнования по настольному теннису на Паралимпийских играх присутствуют в двух видах - состязания колясочников и в традиционной форме. В программе присутствуют как индивидуальные, так и командные состязания мужчин и женщин. Классификация по данному виду спорта состоит из 10 функциональных групп, в которые входят атлеты с различными ограничениями.
- Паралимпийские соревнования по настольному теннису регулируются правилами, от Международной Федерации Настольного Тенниса, с небольшими изменениями. Помимо Паралимпийских Игр, каждые четыре года проводятся Мировые Первенства по настольному теннису.



# Паратриатлон

- Международный Союз Триатлонистов (ITU) поддерживает и развивает паратриатлон в течение 15 лет.
- В 2007 году в Германии (г. Гамбург) был впервые проведён официальный чемпионат мира по паратриатлону, в котором приняли участие 47 мужчин и 12 женщин. Тогда же были разработаны критерии для классификации спортсменов по 7 категориям.
- 1 декабря 2010 на совещании IPC в китайском городе Гуанчжоу, Международный Паралимпийский Комитет принял решение о включении паратриатлона в программу Паралимпийских Игр 2016 года.



# Паратхеквондо

- Паратхэквондо - паралимпийский вид спорта для людей с частичной или полной ампутацией верхних конечностей. Решением Международного паралимпийского комитета он был включен в программу XVI Паралимпийских летних игр 2020 года в г. Токио.
- В 2005 году Всероссийская федерация тхэквондо сформировала Комитет паратхэквондо для развития и продвижения тхэквондо среди спортсменов с инвалидностью. В России за развитие вида спорта отвечает Федерация тхэквондо инвалидов России с поражением опорно-двигательного аппарата.
- В 2009 году в г. Баку (Азербайджан) был проведен первый чемпионат мира по паратхэквондо, на котором российский спортсмен Артур Кан завоевал золотую медаль. Эта победа пробудила интерес к паратхэквондо в различных уголках России. Первый чемпионат России прошел в 2010 году, в нем приняли участие 30 спортсменов из 15 регионов страны. На чемпионате России 2015 г. в г. Екатеринбурге уже выступили 82 спортсмена из 18 регионов.
- На сегодняшний день на территории России паратхэквондо развивается в 30-ти регионах.



# Пауэрлифтинг



- Пауэрлифтинг спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата – Паралимпийский вид спорта, в котором атлет демонстрирует силу верхней части тела. На международном уровне развитием вида спорта занимается Международный паралимпийский комитет (IPC).
- Пауэрлифтинг впервые был включен в программу II Паралимпийских летних игр 1964 г. в г. Токио (Япония), тогда он назывался «Тяжелая атлетика». В ней участвовали только атлеты с травмой спинного мозга. Со временем правила тяжелой атлетики были заменены на правила пауэрлифтинга здоровых атлетов, что позволило включить в программу соревнований атлетов с другими формами инвалидности.
- В 1984 году наряду с тяжелой атлетикой в программе Паралимпийских игр появилась дисциплина пауэрлифтинг, полностью заменив ее на X Паралимпийских летних играх в г. Атланта (США) в 1996 году. С XI Паралимпийских летних игр в Сиднее 2000 года вместе с мужчинами в борьбе за Паралимпийские медали принимали участие и женщины.
- Российские пауэрлифтеры впервые приняли участие в X Паралимпийских летних играх 1996 года в г. Атланте (США), а на следующих, XI Паралимпийских летних играх в г. Сиднее (Австралия), наша сборная завоевала свою первую золотую медаль.

# Плавание

- Плавание является одним из главных видов спорта со времен первых Паралимпийских Игр 1960 года в Риме. Также как и на Олимпийских Играх, участники соревнуются в дисциплинах свободный стиль, плавание на спине, баттерфляй, брасс и комплексное плавание.
- Участники классифицируются на 10 классов (S1-S10) в зависимости от тяжести поражения опорно-двигательного аппарата. S1 – наиболее тяжелые поражения ОДА, S10 – менее тяжелые поражения ОДА.





# Пулевая стрельба



- Пулевая стрельба спорта лиц с ПОДА – Паралимпийский вид спорта, впервые была включена в программу V паралимпийских летних игр 1976 года в Торонто.
- На международном уровне вид спорта курирует Международный паралимпийский комитет (IPC), соревнования проводятся по модифицированным правилам международной федерации стрелкового спорта (ISSF).
- Программа соревнований состоит из 6 упражнений по стрельбе из винтовки и 6 упражнений – из пистолета, стрельба ведется из пневматического и мелкокалиберного оружия на дистанциях 10, 25 и 50 метров. Из двенадцати дисциплин в 3 принимают участие только мужчины и женщины, а в 6 мужчины и женщины выступают вместе.
- Спортсмены разделены на 2 функциональных класса SH1 и SH2. В квалификационной части соревнований происходит отбор лучших спортсменов, которые будут вести борьбу за медали. Победитель в каждом упражнении определяется по сумме очков заработанных в финальной части соревнований.

# Регби на колясках

- История регби на колясках берет свое начало в 1977 году в Канаде. Этот вид спорта считается одним из самых экстремальных для людей с ограниченной двигательной активностью. Команды комплектуются как из мужчин, так и женщин. Состав команды – до 12 человек, одновременно на площадке могут находиться только 4 человека.
- В 1996 году регби на колясках дебютировал на Паралимпийских играх в Атланте. На сегодняшний день уже более 30 стран практикуют этот вид спорта.



# Стрельба из лука



- Первые соревнования по этому виду спорта состоялись в больнице города Стоук Мандевиль (англ.)русск. в 1948 году. Паралимпийская стрельба из лука была включена в программу первых Паралимпийских игр 1960 года в Риме.
- Этот вид спорта имеет три различные классификации и в настоящее время им занимаются спортсмены из 54 стран. По паралимпийской стрельбе из лука проводятся индивидуальные и командные соревнования как в инвалидной коляске, так и стоя. Спортсмены стреляют с расстояния в мишень, в которой отмечено 10 очковых зон.

# Теннис на колясках

- Теннис на колясках — разновидность тенниса, адаптированная для игры инвалидов. В игре используются стандартная площадка и инвентарь, основные отличия в правилах заключаются в том, что спортсменам разрешено передвигаться при помощи инвалидных колясок, а удар по мячу можно наносить не только после первого, но и после второго отскока мяча о поверхность, при этом второй отскок может быть за пределами корта.



# Фехтование на колясках

- Современная история реабилитации фехтованием начинается с 1952 года, когда данный вид спорта стал доступным и для людей, прикованных к инвалидным креслам. С 1960 года фехтование было включено в программу Паралимпийских игр, где разыгрывается 15 комплектов олимпийских наград. С этого времени среди паралимпийцев регулярно проводятся чемпионаты мира и Европы, а также Кубки мира. В соревнованиях по паралимпийскому фехтованию, или, как его ещё называют, фехтование в инвалидных колясках, принимают участие атлеты с поврежденным спинным мозгом, ампутированными конечностями и другими травмами.



# СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

## ЗИМНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

# Горнолыжный спорт



- Паралимпийский горнолыжный спорт начал развиваться с 1948 году после окончания Второй мировой войны.
- Первые официальные соревнования состоялись в Бадгастайне (Австрия) в 1948 году, где приняли участие 17 спортсменов. С 1950 года соревнования по горнолыжному спорту начали проводиться по всему миру. Введение в программу горнолыжного спорта соревнований, среди спортсменов соревнующихся сидя позволило людям, использующим инвалидные коляски, начать кататься на лыжах и состязаться в скорости.
- Первые Паралимпийские зимние игры состоялись в г. Эрншельдсвик (Швеции) в 1976 году в программу которых вошли две горнолыжных дисциплины: слалом и гигантский слалом.
- Скоростной спуск был включен в программу Паралимпийских зимних игр в 1984 году в г. Инсбрук (Австрия), супер-гигант - в 1994 году в г. Лиллехаммер (Норвегия). Дисциплины для спортсменов соревнующихся сидя на Паралимпийских зимних играх 1984 года были представлены как показательные, а официально вошли в паралимпийскую программу в 1998 году (г. Нагано, Япония).

# Биатлон





# Лыжные гонки



# Кёрлинг на колясках



- Кёрлинг на колясках — адаптация кёрлинга для людей на колясках. Развитием и управлением этого вида спорта занимается Всемирная федерация кёрлинга.
- Его дебют в официальной программе зимних Паралимпийских игр состоялся в 2006 году в Турине. Первый чемпионат мира по кёрлингу на колясках прошел в Швейцарии в 2002 году.

# Парасноуборд

- Пара-сноуборд или адаптивный сноубординг — это измененная версия сноуборда с правилами, оборудованием и техническими нормами, адаптированными для людей с физическими ограничениями, чтобы они имели возможность заниматься этим видом спорта на рекреационном и соревновательном уровне. В 2014 году включён в программу зимних Паралимпийских игр.
- Соревнования по пара-сноуборду проводятся для людей с физическими ограничениями: поражения позвоночника, церебральный паралич, ампутация или нарушение зрения. Судейство организовано по классам с учетом функциональных ограничений сноубордистов.



# Хоккей-следж

- Следж-хоккей появился в начале 1960-х годов в Стокгольме. В 1969 году в городе уже появилась следж-хоккейная лига из пяти команд, где выступали как игроки с физическими нарушениями, так и физически здоровые игроки.
- На зимних Паралимпийских играх 1976 года был сыгран один показательный матч по следж-хоккею, а начиная с зимних Паралимпийских игр 1994 года этот вид спорта регулярно входит в программу зимних Паралимпиад. С 1996 года проводятся чемпионаты мира по следж-хоккею.



# СПОРТ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

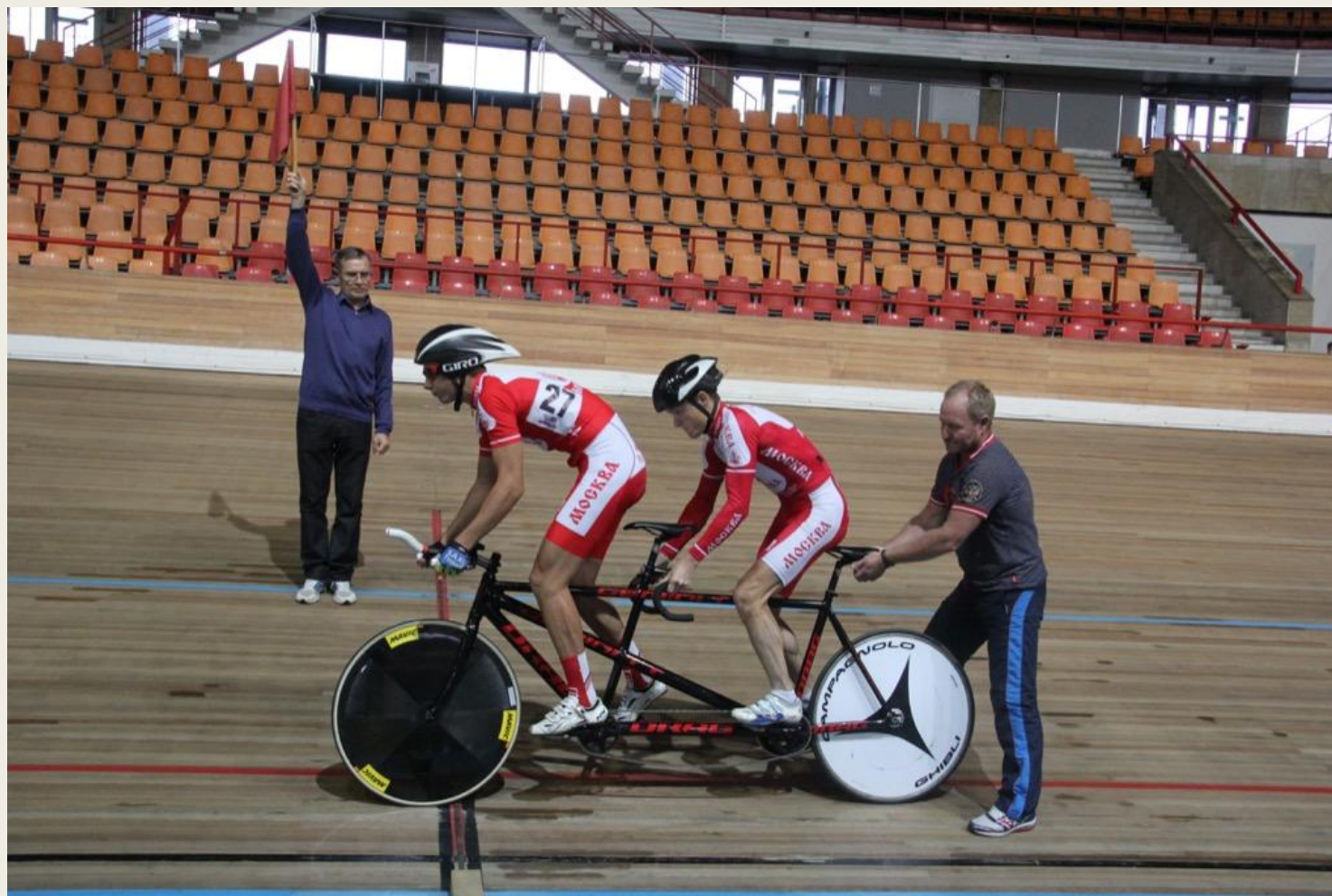
## ЛЕТНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

# Голбол



- Голбол (англ. goalball) — спортивная игра, в которой команда из трёх человек должна забросить мяч со встроенным колокольчиком в ворота соперника. Голбол был создан в 1946 году с целью помочь реабилитации ветеранов Второй мировой войны — инвалидов по зрению. Входит в программу Паралимпийских игр.
- В 1976 году в Торонто состоялся паралимпийский дебют (в официальной программе голбол появился в 1980 году), а в 1978 в Австрии был проведен первый чемпионат мира. Первыми участниками Паралимпиады от России стали голболисты в 1992 году.

# ВЕЛОСПОРТ - ТАНДЕМ



# Дзюдо



- Паралимпийское дзюдо является адаптацией японского боевого искусства дзюдо для слепых и слабовидящих спортсменов.
- Правила лишь немного отличаются от обычных соревнований по дзюдо. Паралимпийское дзюдо является частью программы летних Паралимпийских игр с 1988 года для мужчин и с 2004 года для женщин.



# Легкая атлетика



# Плавание



# Футбол



- Футбол для незрячих — разновидность большого футбола, в который играют люди, не имеющие зрения.
- Первый чемпионат мира среди незрячих прошёл в 1986 году в Испании. В 2004 году футбол для незрячих включен в программу Паралимпийских игр-2004. Победили по пенальти бразильцы — 3:2. На Играх-2008 также первенствовали бразильцы.
- В России первые игры по футболу для незрячих прошли в 2004 году в рамках Кубка Президента РФ.

# СПОРТ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

## ЗИМНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

# Биатлон



- Паралимпийский биатлон — разновидность биатлона для инвалидов. Впервые такие соревнования были проведены на Паралимпийских играх 1988 г. в Инсбруке (Австрия). На Паралимпийских играх 1994 года в норвежском Лиллехаммере паралимпийский биатлон впервые вошёл в официальную программу соревнований. Тогда же на Олимпийских и Паралимпийских играх стала использоваться одна и та же трасса для проведения соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Российские спортсмены впервые приняли участие в Паралимпиаде в составе сборной СНГ в 1992 году на V Играх в Альбервиле.
- Незрячие и слабовидящие спортсмены при стрельбе используют ружья, оснащённые электронно-акустическими очками. Чем ближе прицел к центру цели, тем громче сигнал.
- Для людей с ослабленным зрением используются мишени диаметром 30 мм, для людей с другими видами инвалидности — 20 мм.

# Горнолыжный спорт



# Лыжные гонки



СПОРТ ЛИЦ С  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ  
НАРУШЕНИЯМИ

ЗИМНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ



# Легкая атлетика



# Настольный теннис



# Плавание

