



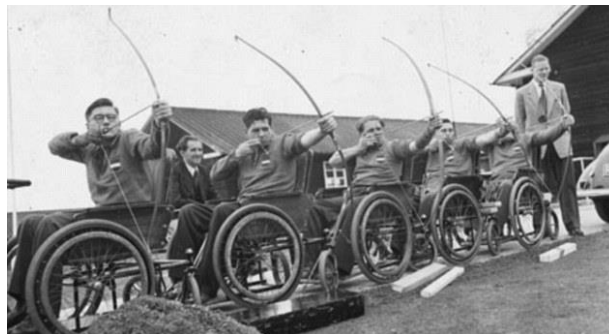
ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες αποτελούν το κορυφαίο αθλητικό γεγονός για αθλητές με αναπηρία, δηλώνοντας ότι η αναπηρία δεν είναι εμπόδιο για τη συμμετοχή στον αθλητισμό και την κορυφαία αθλητική διοργάνωση. Υπάρχουν οι Θερινοί και οι χειμερινοί Παραολυμπιακοί Αγώνες.



Πατέρας των Παραολυμπιακών Αγώνων θεωρείται ο γιατρός **Σερ Λούντβιχ Γκούτμαν**, ο οποίος προώθησε τον αθλητισμό ως μέσο αποκατάστασης Άγγλων στρατιωτών με αναπηρίες από τον Β΄ Παγκόσμιο πόλεμο. Το 1948 διοργάνωσε για πρώτη φορά αγώνες τοξοβολίας, με τη συμμετοχή 16 αθλητών με αμαξίδιο, θέλοντας να δείξει την ανάγκη και τη θέληση των ανθρώπων αυτών για καλύτερη ποιότητα ζωής.

Οι αγώνες αυτοί, συνέπεσαν με την τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων του Λονδίνου. Τέσσερα χρόνια αργότερα, αθλητές από την Ολλανδία συμμετείχαν σε αυτούς τους αγώνες και έτσι γεννήθηκε το διεθνές κίνημα που είναι γνωστό πλέον ως Παραολυμπιακό κίνημα.



Οι πρώτοι Αγώνες Ολυμπιακού χαρακτήρα για αθλητές με αναπηρία οργανώθηκαν το 1960 στην Ρώμη, ύστερα από τους Ολυμπιακούς Αγώνες στην ίδια πόλη. Θεωρούνται ως οι πρώτοι Παραολυμπιακοί Αγώνες. Περίπου 400 αθλητές από 23 χώρες συμμετείχαν σε 8 αθλήματα, 6 από τα οποία εξακολουθούν να περιλαμβάνονται στο αγωνιστικό πρόγραμμα των Παραολυμπιακών Αγώνων (Τοξοβολία, Κολύμβηση, Ξιφασκία, Καλαθοσφαίριση, Επιτραπέζια Αντισφαίριση, Στίβος). Από τότε, οι Παραολυμπιακοί Αγώνες διεξάγονται κάθε 4 χρόνια, πάντα

την ίδια χρονιά με τους Ολυμπιακούς Αγώνες, έχοντας εξελιχθεί πλέον στο δεύτερο μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός μετά τους Ολυμπιακούς.

Ο όρος «Παραολυμπιακοί Αγώνες» χρησιμοποιήθηκε στο Τόκιο το 1964. Υιοθετήθηκε από την Ολυμπιακή Επιτροπή επισήμως το 1988. Το αγωνιστικό μέρος των Θερινών Παραολυμπιακών Αγώνων περιλαμβάνει πλέον 22 θερινά Αθλήματα. Δεκαοκτώ από αυτά είναι κοινά με τους Ολυμπιακούς Αγώνες και τα υπόλοιπα τέσσερα είναι αποκλειστικά Παραολυμπιακά. Αυτά είναι: Μπότσια, Γκόλμπολ, Άρση Βαρών στον Πάγκο και Ράγκπυ με Αμαξίδιο. Οι πρώτοι Χειμερινοί Παραολυμπιακοί Αγώνες έγιναν το 1976 στη Σουιδία. Το αγωνιστικό μέρος των Χειμερινών Παραολυμπιακών Αγώνων περιλαμβάνει πέντε αθλήματα.



Αναλυτικά τα Παραολυμπιακά αθλήματα είναι:

ΘΕΡΙΝΑ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ (www.paralympic.gr/αθλήματα-θερινών-αγώνων)		ΧΕΙΜΕΡΙΝΑ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ (http://sportsamea.blogspot.com/2014/03/blog-post_9881.html#.XoxbsHduKP8)
Αντισφαίριση με αμαξίδιο	Ποδηλασία	Αλπικό Σκι (Alpine ski)
Άρση Βαρών σε πάγκο	Ποδόσφαιρο 5X5	Δίαθλο (Biathlon)
Γκόλμπολ (Goalball)	Ποδόσφαιρο 7X7	Κέρλινγκ με Αναπηρικό Καροτσάκι (Wheelchair Curling)
Επιτραπέζια Αντισφαίριση	Ράγκπυ με Αμαξίδιο	Σκι Αντοχής (Cross Country Skiing)
Ιππασία	Σκοποβολή	Χόκεϋ επί πάγου με έλκηθρο (Ice Sledge Hockey)
Ιστιοπλοία	Στίβος	
Καλαθοσφαίριση με Αμαξίδιο	Τζούντο	
Κολύμβηση	Τοξοβολία	
Μπότσια (Boccia)	Κωπηλασία	
Ξιφασκία με Αμαξίδιο	Τρίαθλο	
Πετοσφαίριση (Καθιστών)	Κανόε	

Οι αθλητές των Παραολυμπιακών Αγώνων προπονούνται εξίσου σκληρά επί σειρά ετών, με τους αθλητές των Ολυμπιακών Αγώνων, για να εξασφαλίσουν τη συμμετοχή τους σ' αυτούς. Ανήκουν σε έξι κατηγορίες αναπηρίας: με ακρωτηριασμό, με εγκεφαλική παράλυση, με νοητική υστέρηση, με ολική ή μερική απώλεια όρασης, με αμαξίδια και αθλητές με κινητικές αναπηρίες που δεν ανήκουν στις υπόλοιπες κατηγορίες.

Οι αθλητές, που έχουν εισέλθει στην πρώτη οκτάδα, στην κατάταξη ενός Παραολυμπιακού αθλήματος ονομάζονται Παραολυμπιονίκες.

Το Παραολυμπιακό κίνημα προσφέρει ευκαιρίες για συμμετοχή και άμιλλα σε αθλητές με αναπηρία, διαμορφώνοντας μια νέα αντίληψη για βελτίωση της αποδοχής των ατόμων με αναπηρία. Πλέον οι διαφορές δεν οδηγούν στον αποκλεισμό αλλά στην εκτίμηση και τον σεβασμό. Όπως πολύ εύστοχα αναφέρει η **Cynthia Good, αθλήτρια της Ιπασίας με εγκεφαλική παράλυση,**

« Ο αθλητισμός κλείνει το χάσμα, το κενό της προκατάληψης και της άγνοιας των ανθρώπων απέναντι στα άτομα με αναπηρία. Φυσικά, δεν είναι κανόνας για όλες τις περιπτώσεις, όμως μας δίνει την ευκαιρία να προσπαθήσουμε για το καλύτερο δυνατό. Είναι ένα μέτρο ικανότητας και όχι ανικανότητας».



Το σύμβολο των Παραολυμπιακών Αγώνων

Το σύμβολο των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι τρία ασύμμετρα μισοφέγγαρα σε κίνηση, χρώματος μπλε, κόκκινου και πράσινου (τα Ταε – Γουκς), με σύνθημα «Πνεύμα σε κίνηση». Για τους Παραολυμπιακούς αγώνες και το Παραολυμπιακό κίνημα υιοθετήθηκε το σύνθημα « Ψυχή-Σώμα-Πνεύμα ».



Κύπριοι Παραολυμπιονίκες

Καρολίνα Πελενδρίτου, (<https://paralympic.org.cy/121212-2/>) κολυμβήτρια

Η Καρολίνα Πελενδρίτου γεννήθηκε στις 25 Αυγούστου 1986 στη Λεμεσό. Σε ηλικία 9 χρόνων η όραση της άρχισε να μειώνεται. Έτσι ξεκίνησε την κολύμβηση το 1995, σε ηλικία 9 χρόνων, στο Ναυτικό Όμιλο Λεμεσού. Έγινε μέλος της Παγκύπριας Ομοσπονδίας Κολύμβησης και άρχισε να αγωνίζεται μαζί με βλέπουσες αθλήτριες. Ωστόσο, με την όρασή της να μειώνεται συνεχώς, το 2002 εντάχθηκε στην Κυπριακή Παραολυμπιακή Ομάδα.



Η Πελενδρίτου απέσπασε πολλές διακρίσεις με σημαντικότερη το χρυσό μετάλλιο στους Παραολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το 2004. Εκεί κατέκτησε το πρώτο της χρυσό στα 100μ. πρόσθιο. Αυτή ήταν η μεγαλύτερή της επιτυχία αλλά και της Κύπρου, αφού ήταν το πρώτο Ολυμπιακό μετάλλιο της χώρας. Έχει στο ενεργητικό της πολλά παγκόσμια και Παγκύπρια ρεκόρ, αλλά και ρεκόρ αγώνων, με διακρίσεις σε παγκόσμιους, πανευρωπαϊκούς, κοινοπολιτειακούς και άλλους αγώνες.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ ΚΑΡΟΛΙΝΑΣ ΠΕΛΕΝΔΡΙΤΟΥ

A/A	ΜΕΤΑΛΛΙΟ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
1.	ΧΡΥΣΟ	100M ΠΡΟΣΘΙΟ	ΑΘΗΝΑ 2004
2.	ΧΡΥΣΟ	100M ΠΡΟΣΘΙΟ	ΠΕΚΙΝΟ 2008
3.	ΧΑΛΚΙΝΟ	200M ΜΙΚΤΗ	ΠΕΚΙΝΟ 2008
4.	ΑΡΓΥΡΟ	100M ΠΡΟΣΘΙΟ	ΛΟΝΔΙΝΟ 2012
5.	4 ^η ΘΕΣΗ	100M ΠΡΟΣΘΙΟ	ΡΙΟ 2016

Αντώνης Αρέστη, (<https://paralympic.org.cy/αντωνησ-αρεστη/>) Στίβος

Γεννήθηκε στις 15 Φεβρουαρίου του 1983 στην πόλη της Λεμεσού. Σε ηλικία μόλις τριών ετών παρασύρθηκε από διερχόμενο όχημα κατά την προσπάθειά του να διασταυρώσει το δρόμο με αποτέλεσμα να τραυματιστεί το αριστερό του χέρι. Η αναπηρία που δημιουργήθηκε στο αριστερό χέρι ώθησε τον Κύπριο σπρίντερ να ασχοληθεί με τον αθλητισμό.



Ξεκίνησε να ασχολείται με τον αθλητισμό από μικρή ηλικία συμμετέχοντας σε σχολικούς κυρίως αγώνες, σε αγωνίσματα δρόμου μεγάλων αποστάσεων. Σε ηλικία 15 ετών άρχισε να ασχολείται με τον αθλητισμό σε μεγαλύτερο βαθμό, πετυχαίνοντας να διακριθεί σε πρωταθλήματα παιδών και εφήβων. Επίσης συμμετείχε σε αγώνες ως μέλος της εθνικής ομάδας της Κύπρου.

Ο Αρέστη συμμετείχε για πρώτη φορά στους 13ους Θερινούς Παραολυμπιακούς Αγώνες που διεξήχθησαν στο Πεκίνο το 2008. Η συμμετοχή του αποτέλεσε κορυφαία στιγμή τόσο για την καριέρα του όσο και για την ιστορία του κυπριακού αθλητισμού αφού κατάφερε να κατακτήσει δύο αργυρά μετάλλια στα αγωνίσματα των 200μ και των 400μ ανδρών. Έχει επίσης στο ενεργητικό του διακρίσεις σε Παγκόσμιους και Πανευρωπαϊκούς αγώνες στίβου ατόμων με αναπηρίες, κατακτώντας αρκετά μετάλλια.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ ΑΝΤΩΝΗ ΑΡΕΣΤΗ

A/A	ΜΕΤΑΛΛΙΟ	ΑΓΩΝΙΣΜΑ	ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
1.	ΑΡΓΥΡΟ	200M (ΣΤΙΒΟΣ)	ΠΕΚΙΝΟ 2008
2.	ΑΡΓΥΡΟ	400M (ΣΤΙΒΟΣ)	ΠΕΚΙΝΟ 2008
3.	4 ^η ΘΕΣΗ	200M (ΣΤΙΒΟΣ)	ΛΟΝΔΙΝΟ 2012
4.	4 ^η ΘΕΣΗ	400M (ΣΤΙΒΟΣ)	ΛΟΝΔΙΝΟ 2012
5.	6 ^η ΘΕΣΗ	400M (ΣΤΙΒΟΣ)	ΡΙΟ 2016

Πηγές:

1. Παραολυμπιακοί Αγώνες από το 1960 2004. Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004. ΥΠ.Ε.Π.Θ.
2. Διεθνής Παραολυμπιακή Επιτροπή (<https://www.paralympic.org/>)
3. Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή (<http://www.paralympic.gr/>)
4. Κυπριακή Παραολυμπιακή Επιτροπή (<https://paralympic.org.cy/>) .
5. https://el.wikipedia.org/wiki/Παραολυμπιακοί_Αγώνες

ΩΡΑ ΓΙΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

1. **ΑΠΑΝΤΗΣΕ ΤΟ QUIZ ΠΑΤΩΝΤΑΣ [ΕΛΩ](#)**
2. **ΒΡΕΣ ΤΑ ΘΕΡΙΝΑ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΠΑΤΩΝΤΑΣ [ΕΛΩ](#)**
3. **ΛΥΣΕ ΤΟ ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ ΠΑΤΩΝΤΑΣ [ΕΛΩ](#)**