

SPORT WYCZYNOWY OSÓB Z

PIOTR KOSIELSKI

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ CIAMI

SUPERINDYWIDUALIZACJA



KLASYFIKACJA ORGANIZACYJNA

1. Sport osób niesłyszących
2. Sport osób z niepełnosprawnością intelektualną
3. Sport paraolimpijski

KLASYFIKACJA MEDYCZNA

1. Inwalidzi z dysfunkcją narządu wzroku
2. Inwalidzi z dysfunkcją narządu słuchu
3. Inwalidzi z amputacjami kończyn
4. Inwalidzi z paraplegią
5. Inwalidzi z różnymi schorzeniami narządu ruchu
6. Inwalidzi z porażeniem mózgowym

DYSCYPLINY PARAOLIMPIJSKIE

- Łucznictwo
- Lekkoatletyka
- Boccia
- Kajakarstwo
- Kolarstwo
- Jeździectwo
- Piłka nożna drużyny 5 / drużyny 7
- Goalball
- Judo
- Podnoszenie ciężarów
- Wioślarstwo
- Żeglarstwo
- Strzelanie
- Pływanie
- Tenis stołowy
- Siatkówka
- Koszykówka na wózkach
- Szermierka na wózkach
- Rugby na wózkach
- Tenis na wózkach

SPORTY ZUNIFIKOWANE



WYDOLNOŚĆ

	populacja	kolarz amator	parakolarz	kolarz zawodowy
VO2 max <small>ISEP</small>	43 ml/kg/min	70 ml/kg/min	84,2 ml/kg/min	88 ml/kg/min
PAT	2,49 W/kg	4,49 W/kg	5,1 W/kg	5,43 W/kg
PRCP	3,24 W/kg	5,75 W/kg	6,06 W/kg	6,45 W/kg
Pmax	3,42 W/kg	5,86 W/kg	6,47 W/kg	6,72 W/kg
VE max	128,4 l/min	192 l/min	198,3 l/min	232,2 l/min

ANIA HARKOWSKA



PSYCHIKA

Test SPQ20

- ▶ zdolność do adaptacji
- ▶ wizualizacja
- ▶ intuicja
- ▶ samoocena
- ▶ empatia

> 20 %

MISTRZOWIE KOLARSTWA - SUPERLUDZIE - MISTRZOWIE ŻYCIA

