

*Manual do
Mensageiro Global
Iniciante*

Guia do Participante



Special Olympics

O que são os Programas PLA da Special Olympics?

Os Programas de Liderança de Atletas da Special Olympics permitem aos atletas explorarem oportunidades desempenhando funções anteriormente considerados "não tradicionais". Os atletas poderão participar da Diretoria ou do comitê de organização local, ou poderão atuar como porta-voz, treinador ou como um administrador.

A participação nos PLAs poderá ser complementar ou ocorrer ao invés da participação do atleta em programas tradicionais.

Um programa ou iniciativa poderá ser considerado/a um programa de liderança de atleta se:

- Permitir aos atletas que escolham sua forma de participação; (ou seja, se puderem escolher sua modalidade esportiva ou decidir se preferem tornar-se um treinador (*coach*)), OU
- Der suporte aos atletas durante a escolha e o posterior desempenho de papéis significativos de liderança que não sejam o de competidor ou que sejam em complemento ao de "competidor", OU
- Oferecer treinamento para liderança existente à medida que acolhem e estimulam os atletas nestes novos papéis.

Vários Programas de PLA já estão padronizados e se encontram disponíveis. Todos os atletas deverão saber o que são ou como são os PLAs. Há três categorias de treinamento padrão:

1. Mensageiro Global:

- **Curso de Iniciação de Mensageiro Global** - oferece treinamento de habilidades de oratória aos atletas interessados em representar a Special Olympics além de suporte aos atletas da Special Olympics em eventos formais ou de suporte.
- **Curso de Formação de Mensageiro Global** - treinamento de *follow-up* do Curso de Iniciação que visa aprimorar as habilidades de oratória, concentrando-se no preparo de discursos que possam desencadear a ação que se deseja do público. Pede-se aos atletas que identifiquem um assunto no qual eles estejam interessados, à medida que se preparam para as várias situações de apresentação que enfrentarão ao assumirem o papel de orador da Special Olympics.
- **Atletas que Auxiliam a Angariar Fundos** – Auxilia os atletas a compreenderem o processo de pesquisa e de preparação necessários para um programa para angariar fundos e o que devem esperar se lhes pedem que participem de uma reunião para angariar fundos com potenciais doadores.
- **Atletas na Mídia** – prepara os atletas para a experiência de entrevistas realizadas por repórteres tanto da Televisão, do Rádio como da Mídia Impressa. Projetado para refletir a experiência propriamente dita, este seminário proporciona aos atletas a oportunidade de se assistirem, de ouvirem a si próprios e de se prepararem para futuras entrevistas na mídia.

- **PowerPoint Para Líderes de Atletas** – ensina aos atletas os elementos básicos da utilização do PowerPoint para que possam melhorar suas apresentações.

2. Governança

- **Seminário de Liderança de Atletas (Governança)** - prepara os atletas para participarem da programação e do diálogo referente à política da Special Olympics através do ensino teórico e prático, que lhes permita formar e articular suas opiniões, discutir em grupo, além do ensino de técnicas para a obtenção de sugestões. Não menos importante é o aumento da conscientização e da capacidade dos voluntários, dos funcionários e dos membros familiares em prestar atenção à medida que interagem com os atletas durante este treinamento.
- **Seminário de Liderança 101** – A liderança exige uma visão pessoal, a habilidade de comunicar esta visão e de inculcar um sentido de confiança nas outras pessoas que você gostaria que lhe ajudassem a realizar sua visão. Este seminário ajuda os atletas e voluntários a trabalharem em conjunto para descobrir sua visão pessoal e testarem suas habilidades de comunicação e de criação de confiança nas equipes integradas.
- **Congresso de Atletas** - Oferece um processo formal e deliberativo para a representação da contribuição do atleta nos processos de programação, políticas e/ou de governança da Special Olympics.
- **Participação de Atletas em Diretorias, Comitês e Equipes de Gestão** - orienta os atletas, o pessoal de apoio, e as Diretorias e Comitês que visem um processo de tomada de decisão incluyente, através da participação do atleta.
- **Análise das Demonstrações Financeiras** – À medida que mais atletas passam a participar das Diretorias, é necessário que estes compreendam os relatórios financeiros normalmente apresentados à Diretoria. Este seminário ajuda os atletas e os mentores a identificarem pontos questionáveis em um relatório financeiro e a saberem quando fazer perguntas sobre os dados que estão vendo.

3. Oportunidades para Voluntários

- **Atletas como Treinadores [Coach]** – Oferecer um histórico do papel de Treinador Chefe e de Treinador Assistente em modalidades esportivas direcionadas. Consiste num preparo para a participação no curso regular de formação de treinadores [*coach*] que, após um estágio, poderá qualificar os participantes para a Certificação de Treinador da Special Olympics.
- **Atletas como Oficiais (SOOPA)** - Proporciona aos atletas o treinamento de prontidão para a participação nos programas de Regulamentação Nacional que resultará na certificação como um representante ou outro funcionário habilitado, tanto para a Special Olympics como para outras competições em modalidades esportivas comunitárias.

- **Atletas como Voluntários** – Oferece aos atletas uma compreensão básica dos tipos de trabalho realizado pelos voluntários, da razão pela qual as pessoas se oferecem como voluntários, do motivo pelo qual, como atletas, podem querer ser voluntários e o que podem esperar após se inscreverem e concluírem o treinamento de voluntários.

Quem Deve Participar dos Seminários de PLA?

A liderança é um componente-chave dos Programas de Liderança de Atletas. Para manter a integridade dos programas de PLA, é necessário escolher atletas que demonstrem aptidão para a liderança. Isto não significa que todos os atletas envolvidos nos programas de PLA tenham de apresentar um desempenho extraordinário, mas apenas que eles estão dispostos a assumir um papel de líder. Alguns dos requisitos para a de seleção a serem consideradas são os seguintes:

- Os atletas devem se envolver ativamente nos papéis que desempenhem, seja de atleta, treinador [*coach*] ou de representante da Special Olympics. O atleta deverá estar envolvido durante o ano inteiro com as competições, de forma que possa estar familiarizado com os diferentes programas e competições na sua área.
- Os atletas deverão ser capazes de se comunicar de forma eficaz. Eles deverão demonstrar habilidades adequadas com relação à linguagem, tanto em termos de expressão como de recepção/compreensão. Isto poderá incluir métodos de comunicação não-verbal como a linguagem de sinais ou o uso eficaz de outros dispositivos para a comunicação.
- Os atletas deverão demonstrar comportamentos adequados; ou seja, deverão ser agradáveis no convívio com outras pessoas, otimistas, confiáveis, bem educados e ter espírito esportivo. A disposição para ajudar quando necessário e a motivação de outras pessoas também são bons comportamentos a serem levados em consideração.

A missão da Special Olympics é proporcionar ----- e ----- numa ampla variedade de ----- para -----, oferecendo-lhes oportunidades constantes para -----, -----, ----- e participar de um -----, ----- outros atletas da Special Olympics e da comunidade.

Missão, Meta e Princípios Fundamentais da Special Olympics
Excertos das Regras Gerais da Special Olympics

Parágrafo 1.01. Declaração de Missão.

A missão da Special Olympics é oferecer treinamento esportivo e competições de atletismo ao longo do ano inteiro em uma ampla gama de modalidades esportivas olímpicas para crianças e adultos portadores de deficiência mental, proporcionando-lhes oportunidades contínuas de modo que possam desenvolver seu condicionamento físico, demonstrar coragem, vivenciar alegrias e participar do intercâmbio de talentos, habilidades e de amizade com sua família, com outros atletas da Special Olympics e com a comunidade.

Parágrafo 1.02. Meta da Special Olympics.

A meta básica da Special Olympics é auxiliar os portadores de deficiência mental a participarem como membros produtivos e respeitados da sociedade como um todo, oferecendo-lhes uma oportunidade justa para que possam desenvolver e demonstrar suas habilidades e talentos através de treinamento esportivo e de competições e, assim aumentar a conscientização do público sobre suas capacidades e necessidades.

Parágrafo 1.03. Princípios Fundamentais da Special Olympics.

Os princípios com base nos quais a Special Olympics foi fundada e que deverão continuar a nortear a operação e a expansão do Movimento Global da Special Olympics, incluem os seguintes (coletivamente denominados, os "Princípios Fundamentais"):

(a) Pessoas portadoras de deficiência mental podem, com instrução e estímulo adequados, aprender e beneficiar-se da participação em modalidades esportivas individuais e de equipe, adaptadas no que for necessário para suprir as necessidades das pessoas com limitações mentais e físicas especiais.

(b) O treinamento consistente sob a orientação de treinadores qualificados, com ênfase no condicionamento físico, é fundamental para o desenvolvimento de habilidades esportivas, e a competição entre aqueles com habilidades iguais é o meio mais adequado para testar tais habilidades, medir o progresso e proporcionar incentivos para o desenvolvimento individual.

(c) Através do treinamento esportivo e da competição: os portadores de deficiência mental beneficiam-se física, mental, social e espiritualmente; as famílias se fortalecem e a comunidade como um todo, através da participação e da observação, une-se aos portadores de deficiência mental em um ambiente de igualdade, respeito e aceitação.

(d) Todos os portadores de deficiência mental [retardamento] que preenchem os requisitos com relação à elegibilidade definidos nestas Regras Gerais (vide Artigo 6, Parágrafo 6.01) deverão ter a oportunidade de participar e de se beneficiarem dos programas de treinamento esportivo e de competições de atletismo oferecidos pela Special Olympics.

(e) A Special Olympics deve transcender todas as barreiras de raça, sexo, religião, nacionalidade, geografia e filosofia política e oferecer treinamento esportivo e oportunidades de competição a todas as pessoas com deficiência mental que preencherem os requisitos, de acordo com padrões mundiais uniformes.

(f) A Special Olympics celebra e envida esforços para estimular o espírito esportivo e o amor à participação em esportes por si próprios. Para tal fim, a Special Olympics visa proporcionar a todos os atletas uma oportunidade para participarem de treinamento e de eventos de competição que desafiem todo o potencial do atleta, independentemente do seu nível de habilidade. Portanto, a Special Olympics exige que os Jogos e Torneios da Special Olympics ofereçam modalidades esportivas e eventos que sejam apropriados para atletas com todos os níveis de habilidade e que, no caso de modalidades esportivas de equipe, que ofereçam a todos os atletas a oportunidade de participarem de todos os jogos.

(g) A Special Olympics estimula o treinamento esportivo e as oportunidades de competição em nível local, da área e da comunidade (inclusive escolas) como uma forma de atingir o maior número de atletas que cumpram os requisitos de elegibilidade.

Parágrafo 2.09. Relação com o Comitê Olímpico Internacional.

Através de um Protocolo de Acordo firmado em 15 de fevereiro de 1988, o Comitê Olímpico Internacional (o "COI") reconheceu oficialmente a SOI e concordou em cooperar com a mesma como um representante dos interesses dos atletas portadores de retardamento mental. O reconhecimento formal da SOI pelo COI acarreta num dever e responsabilidade solenes que devem obrigatoriamente ser cumpridos pela SOI e por todos os seus Programas Credenciados, na realização de treinamentos e de competições da Special Olympics em conformidade com os mais altos ideais do movimento Olímpico internacional, com relação ao cumprimento e à proteção do uso do termo "Special Olympics," e à proteção da palavra "Olympics" contra o seu uso ou exploração não autorizada. O Protocolo de Acordo do COI com a SOI exige que a SOI cumpra todas as exigências do Comitê Olímpico dos Estados Unidos (vide Parágrafo 2.10) e todas e quaisquer exigências da legislação norte-americana relativas ao uso da palavra "Olympics." Todos os Programas Credenciados concordam em cumprir tal responsabilidade ao aceitarem o credenciamento da SOI, conforme previsto no seu Certificado de Credenciamento e no Artigo 5.

Definição de Elegibilidade

Parágrafo 6.01. Elegibilidade para Participação na Special Olympics.

(a) Declaração Geral de Elegibilidade. O treinamento e as competições da Special Olympics estão abertos a todas as pessoas portadoras de deficiência mental que tenham, no mínimo oito anos de idade, e que se inscreverem para participar da Special Olympics nos termos exigidos nestas Regras Gerais.

(b) Requisitos referentes à Idade. Não há um limite máximo de idade para participar da Special Olympics. A exigência da idade mínima para participação em uma competição da Special Olympics é oito anos de idade. Um Programa Credenciado poderá aceitar crianças com, no mínimo seis anos, para participarem de programas especiais de treinamento da Special Olympics apropriados à idade, oferecidos pelo referido Programa Credenciado ou para participarem de atividades culturais ou sociais específicas (e apropriadas à idade) oferecidas durante o transcurso de um evento da Special Olympics. Estas crianças poderão ser prestigiadas por sua participação no referido treinamento ou em outras atividades não competitivas, através da entrega de certificados de participação ou através de outros tipos de reconhecimento aprovados pela SOI que não estejam associados à participação em competições da Special Olympics. Entretanto, nenhuma criança poderá participar de uma competição da Special Olympics (ou receber medalhas e faixas associadas à competição) antes de completar oito anos de idade.

(c) Grau de Deficiência. A participação em treinamentos e competições da Special Olympics está aberta a todas as pessoas portadoras de deficiência ou retardamento mental que cumprirem as exigências referentes à idade, constantes deste Parágrafo 6.01, independentemente do nível ou do grau de deficiência da pessoa, bem como independentemente do fato de a pessoa apresentar outras deficiências mentais ou físicas, desde que a pessoa se inscreva para participar na Special Olympics nos termos exigidos por estas Regras Gerais.

(d) Identificação das Pessoas Portadoras de Deficiência Mental. Para fins de determinação de elegibilidade, uma pessoa será considerada como portadora de deficiência mental e poderá participar na Special Olympics se tal pessoa cumprir qualquer um dos requisitos a seguir:

(1) A pessoa tiver sido identificada por um órgão ou profissional como portadora de deficiência mental conforme determinado pelos critérios locais; ou

(2) A pessoa apresentar um atraso cognitivo, conforme determinado por medidas padronizadas tais como teste de quociente intelectual, ou seja, teste de "QI" ou outras medidas geralmente aceitas pela comunidade profissional no país em que se realiza o Programa Credenciado, como sendo uma medida confiável para a constatação da existência de um atraso cognitivo; ou

(3) A pessoa apresentar uma deficiência estreitamente vinculada ao desenvolvimento. Uma "deficiência estreitamente vinculada ao desenvolvimento" significa a presença de limitações funcionais, tanto na aprendizagem geral (tal como QI), quanto no que se refere a habilidades adaptativas (como em recreação, trabalho, vida independente, auto-suficiência ou nos cuidados de si própria). Pessoas cujas limitações funcionais se baseiem apenas numa deficiência física, comportamental ou emocional, ou em uma deficiência específica de aprendizagem ou numa deficiência sensorial, não preencherão os requisitos de elegibilidade para participarem como atletas da Special Olympics; entretanto, poderão oferecer-se como parceiros da Special Olympics nos eventos de Unified Sports® (conforme descrito no Artigo 7) se elas preencherem os requisitos específicos referentes à elegibilidade para participação no Unified Sports® estabelecidos nas Regras Esportivas da SOI.

(e) Preservando a Flexibilidade na Identificação de Atletas que Preenchem os Requisitos de Elegibilidade. Um Programa Credenciado poderá solicitar uma autorização limitada da SOI para não cumprir os requisitos referentes à elegibilidade identificados no subparágrafo (d) acima, caso o Programa Credenciado for de opinião que existem circunstâncias excepcionais que justifiquem tal não-observação e deverá enviar notificação por escrito à SOI. A SOI considerará imediatamente tais solicitações, entretanto, será a autoridade final que determinará se qualquer não-cumprimento de requisitos ou qualquer exceção é adequado ou não.

A Special Olympics é Única Formação de Categorias/Grupos

O que é a formação de categorias/grupos?

Formação de categorias/grupos é a prática que cumpre a Política Operacional No.11 da Special Olympics:

A Special Olympics acredita que cada um dos atletas merece uma oportunidade igual de se destacar durante uma competição. Assim sendo, cada categoria ou grupo de competição num determinado evento deverá ser estruturado de tal forma que todos os atletas ou a equipe tenham uma oportunidade justa para se destacar durante tal competição. Isto deverá ser feito a partir da alocação dos atletas ou da equipe numa categoria/grupo de acordo com registros precisos de desempenho prévio ou de testes eliminatórios e, sempre que for relevante, os participantes deverão ser agrupados ou alocados por idade e sexo.

Como são agrupados ou alocados os atletas?

A Parágrafo V das Regras Esportivas Oficiais da Special Olympics estabelece os procedimentos para a alocação ou divisão dos atletas. Basicamente, numa competição da Special Olympics, a aptidão do atleta constitui-se no principal fator para a sua alocação. A capacidade de um atleta ou de uma equipe será determinada por uma pontuação inicial alcançada numa competição anterior ou será o resultado de uma rodada de seleção de atletas ou de evento preliminar (qualificador). Embora não sejam perfeitos, estes são os melhores indicadores da aptidão de um atleta/de uma equipe. Outros fatores utilizados para estabelecer categorias/grupos competitivos são a idade e o sexo.

Teoricamente, a competição é melhor quando cada categoria ou grupo acomodar um mínimo de três e um máximo de oito competidores ou equipes com aptidões similares (utilizando-se uma diretriz de 15% para agrupar por aptidão estas pessoas/equipes). Em alguns casos, entretanto, o número de atletas ou de equipes numa competição será insuficiente para atingir esta meta. As regras específicas para a divisão/alocação ou agrupamento constam no final deste parágrafo.

Se cada categoria ou grupo deve consistir de um número que varia entre 3 e 8 atletas/equipes, por que, às vezes, há divisões ou categorias compostas por uma única pessoa?

As divisões ou categorias compostas por uma só pessoa/por uma única equipe não são desejáveis por não oferecerem qualquer competição. Entretanto, algumas vezes a aptidão de um atleta/de uma equipe excede grandemente a diretriz de 15% sendo, portanto, muito maior que a aptidão dos outros atletas/das outras equipes, e seria injusto e, provavelmente, arriscado incluí-los numa mesma categoria/grupo. Se o fizéssemos, isto consistiria na violação do Princípio Fundamental, segundo o qual todos os atletas/todas as equipes de uma categoria deverão ter uma oportunidade para se destacar. Pode também haver uma categoria com um único atleta competindo juntamente com uma categoria diferente (ou seja, na natação, pista, etc.) de forma que seja proporcionado ao atleta um ambiente competitivo. Isto poderá ocorrer apenas se não houver qualquer risco de lesão em virtude de discrepâncias relativas à habilidade.

Então por que todas as categorias/grupos não podem se compor de apenas três atletas/ou de três equipes, de modo a garantir que todos ganharão uma medalha?

Manipular as categorias/grupos para garantir que todos recebam uma medalha é algo que não apenas contraria os Princípios Fundamentais da Special Olympics mas também contraria as suas Políticas Operacionais: a Special Olympics celebra e envida esforços para promover o espírito esportivo e o amor pela participação nos esportes por si só (Princípio Fundamental Nº6) enfatizando e celebrando a importância da participação individual e da realização pessoal associada à participação de cada atleta, além do esforço pessoal na Special Olympics, independentemente da capacidade relativa de cada um.(Política Operacional Nº 12).

Não consta no Princípio Fundamental que nós envidamos nossos melhores esforços para que a auto-estima de um atleta dependa da sua classificação num evento. Além disso, tampouco consta na Política Operacional que todos os atletas ganharão uma medalha.

Há três razões pelas quais isto não pode/não deverá ser feito.

Em primeiro lugar, isto constituiria na violação as regras do Comitê Olímpico Internacional que nos concedeu permissão para utilizar a palavra "Olympics" em nosso nome. Esta permissão prevê que a Special Olympics deverá observar determinadas normas Olímpicas e a concessão de medalhas para os três primeiros colocados em cada categoria/grupo é uma destas delas.

Em segundo lugar, e ainda mais importante é o fato de que, ao "determinar" categorias, divisões/grupos ou conceder medalhas indiscriminadamente, estaríamos diminuindo o valor da medalha e, assim, sua eficácia como uma ferramenta para ensinar aos atletas como devem competir. Competição é algo que deve ser aprendido. Os atletas da Special Olympics aprendem a competir melhor através das freqüentes experiências competitivas. Aprender a competir é um pré-requisito para desenvolver um sentido de satisfação pessoal, com a sensação de ter feito o melhor possível, independentemente da classificação ao final de um evento. A Special Olympics acredita que enfrentar o desafio dos jogos em si transforma a pessoa num vencedor, independentemente da sua classificação. Assim sendo, todos os atletas que iniciam a competição deverão ser recompensados e seus esforços reconhecidos. Ou seja, cada atleta receberá um prêmio correspondente desde a primeira até a oitava classificação quando ele concluir a competição com sucesso. Faixas de participação serão concedidas a todos que iniciarem a competição mas que, por vários motivos, não a concluírem. A concessão indiscriminada de medalhas ensinaria aos atletas que eles não precisam dar o melhor de si durante uma competição. Se todos receberem uma medalha independentemente dos seus esforços, as medalhas perderão seu valor e, assim, também sua eficácia como uma ferramenta para ensinar os atletas a competirem.

Em terceiro lugar, e mais importante que qualquer outra coisa, é que a meta fundamental do treinamento esportivo e das competições da Special Olympics é desenvolver o amor por participar nos esportes e o desejo de dar sempre o melhor de si. Aliás, esta também é a razão do juramento do atleta, "Que eu vença; Mas, se não puder vencer; que eu pelo menos seja corajoso ao tentar vencer". Trata-se de um processo de crescimento pessoal que se desenvolve ao longo de várias experiências competitivas e que é vital para a autopercepção básica do

atleta. Os atletas precisam sentir-se bem consigo próprios por terem dado o melhor de si (já que foram verdadeiramente corajosos ao fazerem o possível para vencer), independentemente da sua classificação final. É importante que o treinador e que a família do atleta celebrem a participação do atleta independentemente da sua classificação final. O objetivo é vincular a auto-estima à satisfação com seu próprio desempenho. A auto-estima unicamente dependente de uma recompensa extrínseca (medalha ou faixa) não é algo desejável. Enquanto os esforços podem ser controlados, os resultados não podem, porque outros atletas podem apresentar seu melhor desempenho e serem melhores num determinado dia.

Mas, o(s) meu(s) atleta (s) fica(m) tão desapontado(s) quando não ganha(m) uma medalha! Por que os atletas não podem receber medalhas em vez de faixas quando são classificados entre os 4º-8º lugares?

Atualmente, segundo a regulamentação da Special Olympics com relação aos prêmios nos diferentes estados, em todos os Jogos de Programa dos EUA, Jogos Nacionais, Jogos Regionais, Jogos Mundiais e em quaisquer outros Jogos ou eventos sancionados pela SOI, receberão medalhas o primeiro, o segundo e o terceiro colocado em todos os eventos, enquanto faixas serão concedidas aos atletas que terminarem o evento entre a quarta e a oitava classificação.... Não serão concedidas medalhas aos atletas que se classificarem do quarto ao oitavo lugar numa categoria/grupo. A Special Olympics com procedimentos por escrito referentes à realização de emendas e de alterações às suas Regras Esportivas. Qualquer pessoa pertencente ao Movimento da Special Olympics poderá apresentar propostas ao Comitê de Regras Esportivas relativas a novas regras, emendas, alterações ou anulações das Regras Esportivas. A proposta de uma nova regra, emenda, alteração... poderá ser apresentada por escrito a qualquer momento ao Presidente do Comitê de Regras Esportivas através do Formulário Oficial de Proposta de Emendas, Alterações e Anulações... Entre em contato com o Diretor da sua Área/Município ou Diretor de Distrito para solicitar uma cópia deste formulário, que consta no Anexo B das Regras Esportivas Oficiais da Special Olympics.

A Special Olympics faz uso do esporte como o veículo para preparar os atletas para a vida. Os atletas da Special Olympics e suas famílias enfrentam mais desafios e decepções em sua vida do que a maioria das outras pessoas. A Special Olympics celebra os atletas e suas famílias e o sistema de categoria/grupo e de premiação foram elaborados justamente para festejar todas as realizações dos atletas, independentemente do seu nível de habilidade. A Special Olympics é a única organização de esportes no mundo inteiro que concede prêmios a todas as classificações e aloca os atletas de acordo com a sua habilidade. Há inúmeras lições de vida a serem aprendidas através do sistema da Special Olympics de treinamento esportivo e de competição singular. Entre essas está a lição ser bem sucedido ao lidar com os desafios e decepções que enfrentamos ao longo do caminho e a de ter espírito esportivo tanto na vitória como na derrota. Através dos esportes da Special Olympics, temos a oportunidade de aprender a partir do nosso esforço (tanto do ponto de vista positivo como do negativo). Se fracassarmos, seremos capazes de identificar porque razão fracassamos, e trabalharemos para corrigir ou melhorar as causas do fracasso. Se formos bem sucedidos, também identificaremos o "por quê" e reforçaremos seu sucesso. A competição não serve apenas como medida do nosso progresso contínuo, mas como uma indicação do preparo do atleta e do treinador até um determinado momento. Não importam nem os desafios nem as decepções, mas o que importa

é a forma como lidamos com ambos, pois isto nos permitirá verdadeiramente aprender e crescer, de modo a nos tornarmos cidadãos produtivos.

As regras da Special Olympics para a alocação/agrupamento em competições:

Modalidades Esportivas Individuais:

- a) Passo No.1: Agrupe os atletas por sexo, exceto se:
 - 1) O esporte permitir especificamente eventos com a participação de ambos os sexos (hipismo, bocha)
 - 2) Houver apenas dois atletas do sexo masculino ou feminino em um evento. Esses atletas poderão competir entre si ou serem agrupados com atletas do sexo oposto, cuja idade e habilidade sejam similares
 - 3) Houver apenas um atleta do sexo masculino ou feminino em um evento. Este atleta deverá ser alocado para um grupo de atletas do sexo oposto, cuja faixa etária e habilidade sejam similares
 - 4) Houver apenas um atleta, do sexo masculino ou feminino de qualquer idade ou nível de habilidade, inscrito para competir em um evento. Este atleta terá permissão para competir num uma divisão com uma única pessoa naquele evento.
- b) Passo No.2: Agrupe os atletas de sexo masculino e de sexo feminino em grupos com as seguintes faixas etárias: idades de 8 a 11; 12 a 15; 16 a 21; 22 a 29; e 30 anos ou mais.
 - 1) Os atletas competirão contra outros atletas da mesma faixa etária, exceto se houver menos de três competidores num grupo estruturado por faixa etária. Neste caso, estes atletas deverão competir juntamente com o grupo de faixa etária imediatamente superior. O referido grupo deverá então ser renomeado para refletir precisamente toda a faixa etária dos competidores participantes.
- c) Passo No. 3: Agrupe os atletas por habilidade.
 - 1) Em eventos que forem medidos de acordo com tempo, por distância ou por pontos, em eventos em que houver julgamento, e quando eventos preliminares forem realizados durante a competição:
 - i. Para ambos os sexos e para todas as faixas etárias, classifique os atletas em ordem decrescente com base na pontuação inicial apresentada ou na pontuação alcançada nos eventos preliminares.
 - ii. Agrupe o maior número possível destes atletas classificados de modo tal que a pontuação máxima e mínima sejam as mais semelhantes possíveis (não deverá haver uma diferença superior a 15% entre a pontuação máxima e mínima dentro desta categoria/grupo);além disso, o número máximo de competidores será de oito.
 - iii. Em situações nas quais as pontuações máximas e mínimas numa mesma categoria/grupo forem extremas, a faixa etária poderá ser ampliada e os atletas dentro da nova faixa etária estabelecida deverão ser re-classificados e alocados a

categorias ou grupos. Este processo deverá ser repetido até que a pontuação máxima e mínima em cada uma das categorias ou grupos seja o mais semelhante possível. Além disso, os atletas poderão ser realocados, individualmente, para outra categoria ou grupo que seja mais semelhante em termos de sua própria habilidade, independentemente da faixa etária.

- 2) Em eventos que forem julgados mas quando eventos preliminares não forem realizados durante a competição:
 - i. A natureza do julgamento impeça a utilização da pontuação de competição/competições anterior(es) para a alocação. Sem a pontuação da competição preliminar, o nível de desempenho permanece como o único critério de avaliação da habilidade do atleta.
 - ii. Para ambos os sexos e para todas as faixas etárias, identifique os atletas para cada nível de desempenho.

Se mais de oito atletas estiverem em grupos da mesma faixa etária, de mesmo sexo e de um mesmo nível de desempenho, agrupe os atletas em categorias/grupos com um mínimo de três e um máximo de oito competidores.

Modalidades Esportivas de Equipe:

- a) As modalidades esportivas de equipe são divididas primeiramente de acordo com o sexo e, a seguir, por faixa etária. Equipes mistas deverão competir contra outras equipes mistas ou, se não houver equipes mistas em número suficiente, contra equipe masculina.
 - 1) Se houver apenas uma equipe masculina ou apenas uma equipe feminina na competição, esta equipe deverá ser agrupada juntamente com equipes do sexo oposto, cuja faixa etária e habilidades sejam similares.
 - 2) A faixa etária de uma equipe será determinada pela idade do atleta mais velho daquela equipe na data do início da competição.
 - 3) Agrupe as equipes masculina e a feminina de acordo com as seguintes faixas etárias: idades 15 ou menos; de 16 a 21; e de 22 anos e acima
- b) Agrupe/divida as Equipes por habilidade
 - 1) Todas as competições esportivas de equipe da Special Olympics deverão utilizar os testes específicos de avaliação de aptidão/habilidades esportivas e fazer uma rodada preliminar para a alocação de atletas de forma a avaliar o nível de habilidade das equipes participantes
 - 2) Agrupe/divida as equipes de acordo com a habilidade dos participantes, com base nos testes de avaliação de aptidão/habilidades esportivas e nos resultados da rodada preliminar para a alocação dos atletas.

- 3) Crie grupos/categorias com, no máximo, oito equipes, aplicando o critério de faixa etária às equipes que constituírem cada um dos grupos de habilidade ou aptidão.
- 4) Em cada grupo de habilidade/aptidão, as faixas etárias poderão ser combinadas para criar divisões/categorias
- 5) Se houver apenas duas equipes masculinas ou duas femininas na competição, estas equipes deverão competir entre si.
- 6) Se houver apenas uma equipe de uma faixa etária ou que tiver sido classificada como de uma mesma habilidade, esta equipe deverá ser agrupada com outras equipes, independentemente de sua idade ou habilidade/aptidão.

A Special Olympics é Especial
Parágrafo AA - Critérios para o Avanço do Atleta para Níveis
Mais Altos de Competição

1. Introdução

No âmbito do movimento da Special Olympics, as competições são realizadas em vários níveis. Os critérios utilizados para determinar como os atletas de todas as modalidades esportivas progredem de um Jogo ou Torneio para o seguinte consistem em importante responsabilidade que deverá ser administrada por cada Programa Credenciado. Os critérios para o avanço do atleta, juntamente com os procedimentos referentes à alocação/agrupamento, são considerados os elementos mais críticos da Special Olympics e a distinguem de praticamente todas as outras organizações esportivas do mundo inteiro. A adesão aos princípios fundamentais referentes ao avanço do atleta é essencial para a implementação e para o desenvolvimento consistentes dos Programas da Special Olympics no mundo inteiro. Além disso, estimulam-se os Programas Credenciados a que desenvolvam critérios de seleção para treinadores, com base no histórico técnico e na experiência prática dos mesmos que permitirão o aprimoramento da experiência competitiva dos atletas da Special Olympics.

2. Princípios Fundamentais

a. Os atletas de todos os níveis de habilidade/aptidão terão a mesma oportunidade de avançar para o nível subsequente mais alto de competição.

b. Cada competição refletirá todos os aspectos da competição anterior, incluindo entre outros, idade, sexo e nível de habilidade/aptidão dos atletas e a variedade de eventos esportivos dos quais os atletas tiverem participado na competição anterior.

3. Alocação de Quota

a. Todos os Programas Credenciados precisam ter um sistema de alocação de quotas que permita gerenciar o número de atletas que podem participar de uma competição. O processo de alocação de quotas utilizado não violará os Princípios Fundamentais do avanço do atleta (relacionados acima).

b. Os procedimentos utilizados para a seleção dos atletas, que preencherão as quotas estipuladas para um evento, deverão observar os procedimentos estabelecidos neste parágrafo, exceto nos casos em que uma renúncia for autorizada pelo órgão apropriado.

4. Elegibilidade Para o Avanço

a. Um atleta terá preenchido os requisitos para avançar para a competição subsequente, se tiver:

1. Participado de um programa de treinamento organizado orientado por um treinador [*coach*] qualificado, consistente com as regras de treinamento e de competição da Special Olympics (por ex. Regras Esportivas, Guia de Habilidades Esportivas, etc.), e que cuja frequência seja suficiente para proporcionar a aquisição necessária de habilidades e preparo para competição na modalidade de esporte específica e nos eventos nos quais o atleta deseja competir. Os

atletas que desejarem competir nos Jogos Regionais, Jogos Interestaduais dos EUA ou Jogos Mundiais deverão ser treinados durante um mínimo de oito (8) semanas consecutivas na modalidade esportiva apropriada e deverão ter várias oportunidades para competir (inclusive jogos amistosos e aulas práticas) durante aquele período.

2. Participado na competição anterior (por ex., um atleta deverá participar dos Jogos Nacionais/dos EUA antes de avançar para competir nos Jogos Mundiais), exceto as duas exceções constantes abaixo:

- Quando os Jogos ou o Torneio forem a primeira oportunidade de competição para um atleta (por ex. em nível Local ou de Área), não se exigirá experiência prévia com relação à competição. Uma certa flexibilidade será concedida aos Programas Credenciados para determinar, em circunstâncias excepcionais, a eventual elegibilidade para participação antes que o atleta tenha concluído o prazo mínimo de tempo de treinamento recomendado (por ex., uma equipe de basquete poderia começar a jogar em ligas após cinco treinos práticos de uma hora cada).
- Uma equipe que não tiver tido a oportunidade de competir em um Torneio ou Jogo poderá preencher os requisitos para avançar para a competição subsequente.

b. O treinamento e a experiência prévia em competição deverão realizar-se na mesma modalidade esportiva, na qual o atleta participará na competição subsequente. Caso eventos adicionais em tal modalidade não estiverem disponíveis para a competição subsequente, os atletas receberão treinamento adequado antes de avançarem.

5. Procedimento para Seleção de Atletas e de Equipes

a. Determine o número de atletas ou de equipes que terá autorização para participar na competição subsequente, por modalidade esportiva/ou por evento. Esta será a quota a ser cumprida.

b. Identifique o número de atletas ou de equipes que preenchem os requisitos para avançar no âmbito da modalidade esportiva/do evento com base nas exigências para tanto.

c. Se o número de atletas ou de equipes elegíveis [que preencherem os requisitos] não exceder a quota, todos os atletas e equipes avançarão.

d. Se o número de atletas ou de equipes que preencherem os requisitos exceder a quota, os atletas ou equipes que deverão avançar serão escolhidos conforme segue:

1. Dar-se-á prioridade aos primeiros colocados de todas as categorias/divisões seja da modalidade esportiva ou do evento. Se o número de primeiros colocados exceder a quota, os atletas ou equipes que irão avançar serão escolhidos por meio de sorteio aleatório.

2. Caso não existam primeiros colocados em número suficiente para preencher a quota, todos os primeiros colocados deverão avançar e o restante da quota deverá ser preenchido pelos classificados em segundo lugar de todas as categorias/divisões da modalidade esportiva/do evento, também por meio de um sorteio aleatório.

3. Caso a quota for grande o suficiente e permitir que todos os atletas classificados em segundo lugar possam avançar, o restante da quota deverá ser preenchido pelos atletas classificados em terceiro lugar de todas as categorias/divisões da modalidade esportiva/do evento, através de um sorteio aleatório.

4. Repita este processo, acrescentando os atletas com as diferentes classificações finais conforme necessário, até preencher toda a quota.

e. Estes procedimentos aplicam-se tanto às modalidades esportivas individuais como às de equipe.

f. Um atleta não será impedido de avançar com base na sua experiência prévia de competição (por ex. não se proibirá a um atleta de avançar para participar dos Jogos Mundiais apenas pelo fato de ele já ter participado dos Jogos Mundiais no passado).

000-2003

6. Adesão

a. Como um componente essencial do Movimento da Special Olympics, os critérios para o avanço do atleta deverão ser cumpridos obrigatoriamente. Em circunstâncias extraordinárias, quando tais critérios não puderem ser cumpridos, poderá ser solicitada a autorização para a divergência dos procedimentos estabelecidos, desde que os procedimentos alternativos de seleção não sejam conflitantes com os Princípios Fundamentais referentes ao Avanço do Atleta.

b. Programas Credenciados poderão solicitar autorização para acrescentar critérios adicionais referentes ao avanço dos atletas, com base em considerações comportamentais, médicas ou judiciais e/ou para divergir dos referidos procedimentos de avanço em virtude da dimensão ou da natureza do seu Programa.

c. As solicitações referentes à divergência dos procedimentos estabelecidos deverão ser apresentadas por escrito conforme segue:

1. Com respeito ao avanço para os Jogos Multinacionais e para Jogos Mundiais: A SOI considerará e autorizará/não-autorizará toda e qualquer solicitação.

2. Com respeito ao avanço para Competições em Nível Nacional/dos EUA ou em nível inferior: O Programa Credenciado considerará e autorizará/não-autorizará toda e qualquer solicitação. A SOI terá o direito e a responsabilidade de rever os não-cumprimentos autorizados durante o processo de credenciamento.

Modalidades Esportivas Oficiais da Special Olympics

- | | | |
|-------------------------------|---------------------------|--|
| 1. Esqui Alpino | 11. Patinação Artística | 20. <i>Snowshoeing</i>
[Caminhada com Raquetes de Neve] |
| 2. Esportes Aquáticos | 12. Hockey sobre Piso | 21. Softball |
| 3. Atletismo | 13. Futebol | 22. Patinação de Velocidade no Gelo |
| 4. Badminton | 14. Golfe | 23. Tênis de Mesa |
| 5. Basquete | 15. Ginástica | 24. Handball em Equipe |
| 6. Bocha | 16. Halterofilismo | 25. Tênis |
| 7. Boliche | 17. Patinação sobre Rodas | 26. Voleibol |
| 8. Esqui <i>Cross Country</i> | 18. Iatismo | |
| 9. Ciclismo | 19. Snowboarding | |
| 10. Equitação | | |

A Special Olympics oferece oportunidades de Unified Sports que reúnem atletas portadores e não-portadores de deficiência mental para treinarem e competirem em conjunto.

O Programa de Treinamento de Atividades Motoras da Special Olympics (PTAM) foi elaborado para pessoas com limitações severas e que ainda não apresentam as habilidades físicas e/ou comportamentais necessárias para participarem dos esportes oficiais da Special Olympics.

O Juramento da Special Olympics:

*QUE EU VENÇA,
MAS, SE NÃO PUDEER VENCER,
QUE EU PELO MENOS SEJA CORAJOSO AO TENTAR VENCER*

O Que Torna a Special Olympics Especial:

- A participação dos atletas é gratuita
- Todos os atletas recebem prêmios
- Avanço para níveis de competição mais altos
- Para todos os níveis de aptidão/habilidade
- Alocação por categorias/grupos

Fatos sobre a Special Olympics:

- Para pessoas portadoras de deficiência [retardamento] mental
- Para atletas com 8 anos ou mais (a partir de 6 anos de idade para treinamento)
- Movimento Mundial - Programas em mais de 150 países
- Oferece 26 modalidades esportivas oficiais
- Durante o ano inteiro
- Treinamento esportivo **E** programa de competições
- Esportes de equipe **E** individuais

A missão da Special Olympics é oferecer treinamento esportivo e competições de atletismo ao longo do ano inteiro, abrangendo uma ampla gama de modalidades esportivas olímpicas para crianças e adultos portadores de deficiência mental, oferecendo-lhes oportunidades contínuas para que desenvolvam seu condicionamento físico, demonstrem coragem, vivenciem alegrias e participem do intercâmbio de talentos, de habilidades e de amizade com sua família, com outros atletas da Special Olympics e da comunidade.

Descreva em uma frase o que é mais importante para você na a missão da Special Olympics:

Papéis e Responsabilidades

Titulo do Cargo: Mensageiro Global

Finalidade: Promover, instruir e informar a missão, a filosofia, os benefícios e a orientação da Special Olympics através de discursos e apresentações em público em nome da Special Olympics.

Responsabilidades:

- Participar do workshop de treinamento de Mensageiro Global Formado
- Desenvolver um plano de ação para promover sua principal "plataforma" durante seu mandato
- Trabalhar com os escritórios do Programa da SO e seu treinador de oratória [de discurso] no preparo de cada apresentação
- Manter contato com a SO e com o seu treinador de oratória
- Cumprir o cronograma de discursos e apresentações
- Representar a Special Olympics de maneira profissional

Qualificações:

- Compromisso com a missão e com a filosofia da Special Olympics
- Participação na Special Olympics no momento
- Saber como falar em público
- Aptidão para viajar
- Capacidade de se expressar oralmente
- Entusiasmo pelo Programa de Liderança de Atletas da Special Olympics e já ter identificado um programa de "plataforma" específica para promover durante seu mandato
- Habilidade para fazer-se entender quando falar na sua língua materna
- Tempo para preparar e fazer apresentações

Título do Cargo: Treinador [*coach*] de Oratória do Mensageiro Global

Finalidade: Proporcionar suporte ao seu Mensageiro Global respectivo no preparo de uma apresentação e ajudá-lo a conseguir oportunidades para falar em público.

Responsabilidades:

- Participar de um seminário de Treinamento de Mensageiro Global
- Trabalhar com o Mensageiro Global no preparo de cada apresentação
- Obter um número mínimo de apresentações anuais para o Mensageiro Global
- Verificar para garantir o preenchimento dos formulários de relatório do Mensageiro Global
- Proporcionar ao Coordenador do Mensageiro Global sugestões para melhorias do programa.

Qualificações:

- Compromisso com a missão e com a filosofia da Special Olympics
- Capacidade/Aptidão para trabalhar com os atletas da Special Olympics
- Boas habilidades organizacionais
- Boas habilidades verbais e escritas
- Tempo para auxiliar o Mensageiro Global a se preparar para as apresentações

Sugestões para Situações Sociais

Asseio

- Nunca deixe de tomar banho, usar desodorante, escovar os dentes e usar fio dental.
- Não use perfume ou colônia em demasia.
- Se usar maquiagem, não aplique em excesso.
- Verifique sua aparência no espelho antes de fazer o seu discurso.
- Verifique se seu cabelo está limpo, cortado e bem penteado. Tenha sempre um pente ou uma escova disponível.
- Examine suas unhas para ver se não estão sujas e não se esqueça de lavar as mãos antes de comer e após ir ao toalete.
- Não masque chicletes ou coma balas em situações sociais, ou quanto estiver fazendo um discurso. Você poderá chupar uma bala de hortelã logo antes do evento.

Vestuário

- Suas roupas devem estar limpas e passadas, mesmo se for um evento informal.
- Seus sapatos devem combinar com o cinto, estar limpos e engraxados.
- Suas roupas devem estar combinando; peça o conselho de alguém, caso se sentir inseguro.

Vista-se adequadamente para a ocasião. Se estiver inseguro sobre o que usar não há o menor problema em perguntar. Em caso de dúvida, vista algo mais formal. É melhor estar com uma roupa mais formal do que com uma roupa inadequada. Muitas vezes, o convite informa o tipo de roupa.

Abaixo, seguem alguns termos que são utilizados:

Black Tie – Os homens deverão usar smoking. As mulheres, um vestido longo formal.

Traje Passeio Completo- Os homens deverão usar um terno ou smoking e as mulheres um vestido formal.

Traje Passeio- Os homens deverão usar um terno ou calça esporte com blazer. As mulheres deverão usar um vestido bonito ou um vestido curto para coquetel.

Negócios- Os homens deverão usar terno e gravata e as mulheres um “terninho”, um *tailleur* ou um vestido.

Negócios-Informal- Os homens deverão usar calça esporte e uma camisa social ou blazer informal. As mulheres deverão usar calça esporte e blusa ou um vestido ligeiramente mais esportivo.

Esporte- Os homens e as mulheres podem usar calça esporte, jeans ou shorts no verão. As mulheres também poderão usar um vestido ou uma roupa de verão informal. Talvez você queira usar algo um pouco mais bonito que uma camiseta, e não se esqueça de que suas roupas devem estar limpas e combinar entre si. Não pareça desleixado.

Comendo em Público

- Não se sente à mesa até que você seja convidado a sentar-se, exceto se for grande banquete ou um bufê.
- Não comece a comer até que todos tenham se sentado à mesa e estejam servidos.
- Não ponha seus braços ou cotovelos sobre a mesa, mantenha as mãos no colo quando não as estiver utilizando para comer ou para passar as travessas.
- Coloque pequenas porções na boca e mastigue com a boca fechada. Mastigue várias vezes cada uma das porções. Não fale de boca cheia, pois as pessoas acham isto desagradável.
- Não fume ou masque chiclete à mesa. Se por acaso estiver com um chiclete na boca, desculpe-se e vá ao toailete para jogá-lo fora.
- Fale em voz baixa, e mantenha uma conversa agradável e amigável. Não fale sobre coisas que tirem o apetite.
- Quando for se servir num bufê, não encha seu prato. Pegue apenas uma porção. Se quiser repetir, você poderá se servir outra vez depois.
- Passe as travessas pelo lado direito, ou na mesma direção em que o restante das travessas esteja sendo passado.
- Se for convidado à casa de alguém para o jantar, você deveria levar um presente – é algo educado. Algumas vezes, você pode perguntar se é para você levar algum prato para contribuir. Senão, flores, uma garrafa de vinho ou outros presentes delicados são apropriados.

Conversa em Eventos Sociais

Relaxe. Algumas pessoas são tímidas e se sentem embaraçadas em situações sociais. Isto é normal, por isso pense somente em coisas boas e procure conhecer algumas pessoas simpáticas que lhe auxiliarão, fazendo com que você se sinta mais confortável.

Apresente-se. Quando se dirigir a alguém, você pode estender sua mão direita para cumprimentar e dizer, "Olá, meu nome é _____" e, a seguir, contar à pessoa algo sobre você como, por exemplo, de que cidade você é, contar que você é um Mensageiro Global, ou qualquer outra coisa bem breve. Em geral, a(s) outra(s) pessoa (s) irá (irão) se apresentar. Aí, você poderá dizer: "Muito prazer em conhecê-lo" ou "Que bom ver você". A seguir, você pode fazer uma pergunta ou um comentário bem educado para iniciar uma conversa. Em algumas culturas, as pessoas se abraçam, ou dão um beijo no rosto, ou até mesmo se inclinam. Caso se sentir inseguro e não souber o que deve fazer, olhe ao seu redor para ver o que outras pessoas estão fazendo; em geral, um aperto de mão costuma ser sempre aceitável.

Seja bem educado. Lembre-se de usar palavras bem educadas e de dizer "por favor" e "obrigado". Quando não conhecemos as pessoas, é melhor ser respeitoso e chamá-las de Sr e Sra. Quando alguém lhe fizer uma pergunta, responda com um claro "Sim" ou com um "Não", mas não responda dizendo "É" ou "Hã-hã" ou usando outro termo informal. Se tiver de passar por alguém, diga "Desculpe" ou "Com licença".

Pense antes de falar. Procure falar sobre coisas em que as outras pessoas possam estar interessadas. Não fale sobre um único assunto durante muito tempo. Não fale sobre coisas que

possam ofender as pessoas, ou algo que seja impensado. Você não quer magoar nem ser grosseiro com ninguém.

Faça boas perguntas. A maior parte das pessoas gosta de falar sobre as coisas que elas conhecem ou sabem. Você poderá fazer perguntas sobre o trabalho delas, sobre seus *hobbies* ou outro assunto no qual você acha que elas possam estar interessadas. Cuidado para não fazer perguntas que possam ser muito pessoais ou íntimas.

Elogie as pessoas. Uma boa forma de conhecer alguém é fazer um elogio sincero. Talvez você goste do terno da pessoa ou do penteado dela. Faça um comentário sobre seu sorriso encantador ou sobre a personalidade. Mas, não fale nada em que você não acredite realmente, porque as pessoas perceberão que você não está sendo sincero. Se lhe fizerem um elogio, diga apenas "Obrigado" ou "Muito amável da sua parte". Não se deprecie.

Seja positivo. Não fale mal de alguém ou de alguma coisa. O velho conselho "se não tiver nada de bom para falar, não diga nada" é uma boa regra prática. Se alguém estiver falando mal de algo, procure mudar de assunto ou pense em algo positivo para dizer.

Não seja convencido. As pessoas não gostam de ouvir alguém se exibindo. Não há problema se você falar sobre coisas que você realizou, desde que tiver relação com a conversa e que você não o faça com muita frequência ou por muito tempo. Também não fique mencionando nomes de gente famosa como se fossem seus amigos íntimos”.

Não interrompa. Quando outra pessoa estiver falando, espere até ela terminar sua frase ou concluir a idéia antes de tentar falar. Quando você interromper uma conversa, diga sempre "Desculpe-me pela interrupção, mas...". Algumas vezes, você estará no meio de uma conversa e precisará sair, se o fizer, peça desculpas, peça licença e dê um motivo bem educado para sair.

Sugestões Não-Verbais

Mantenha uma boa postura. Lembre-se de ficar ereto quando estiver de pé ou sentado. Ande com a cabeça erguida e mantenha os braços ao lado do corpo. Isto fará com que você pareça mais confiante.

Contato visual. Quando falar com alguém, você deve olhar para a pessoa mas sem encarar a pessoa. Você poderá desviar seu olhar por curtos espaços de tempo, mas também não por muito tempo.

Não fique muito próximo das pessoas! Mantenha uma boa distância da pessoa com quem você estiver falando. Uma regra básica é ficar a uma distância correspondente ao comprimento de um braço.

Não fique irrequieto, nem se mexa constantemente. Antes de apresentar-se em público, verifique se sua camisa está bem presa na cintura e se suas roupas estão ajustadas adequadamente. Não brinque com suas jóias ou com objetos que tiver no bolso. Mantenha as

mãos ao lado do corpo, ou entrelaçadas na sua frente. Procure ficar tranquilo, pois se você ficar se movimentando, irá deixar as pessoas nervosas.

Sorria! Lembre-se sempre de sorrir e de manter expressões faciais positivas.

Abraços e Beijos. A não ser que a outra pessoa for de uma cultura na qual um beijo, ou um abraço for aceitável, se você não conhecer alguém muito bem, apenas estenda a mão, ao invés de dar um abraço ou um beijo no rosto dela. Muitas pessoas não se sentem à vontade quando outras pessoas as tocam, principalmente quando se trata de alguém que elas não conhecem direito.

Ferramentas para Palestras Coisas Que Você Pode Levar Com Você

Cartões de visita:

Lembre-se de assinar ou de carimbar seu nome no cartão e de levar consigo seu carimbo de Área da Special Olympics com seu endereço e telefone.

Fotografias/*Banners* da Special Olympics:

Leve pôsteres/*banners* ou fotos para colocar no local.

Folhetos/ Material Impresso:

Leve material para distribuir (podem ser folhetos, material, planilhas, programas de Jogos ou Anuários do Programa, da Área ou mesmo Internacionais).

Fichas de Inscrição:

Leve fichas ou formulários de inscrição para que a pessoa interessada possa assinar. Se disponíveis, utilize os Kits de Inscrição.

Vídeos:

Utilize vídeos de Programas dos Jogos Estaduais anteriores ou peça emprestado um vídeo produzido pela Special Olympics International.

Medalhas, Faixas ou Suéteres com uma Letra Impressa:

Mostre as medalhas, faixas ou cartas que você ganhou no passado.

Lista de Verificação [*Checklist*]:

Um lembrete das coisas que você deve levar e de coisas que você deve fazer.

Preparando a Checklist [Lista de Verificação] da Apresentação

Data: _____

Horário: _____

Local: _____

Quantas pessoas estarão presentes no evento: _____

O que este grupo fez com a SO? O que eu quero que eles façam como resultado do meu discurso?

Deram-me _____ minutos para minha apresentação.

Pessoa que vai comigo:

✓

_____ Minhas notas de apresentação

_____ Folhetos do programa e planilhas de dados da Área

_____ Vídeo (duração do vídeo)

_____ Cartões de visita

_____ Formulários de Inscrição e/ou Kits de Inscrição de Atleta

_____ *Banner* ou pôster da Special Olympics

_____ Prêmios de medalhas, faixas ou cartas da Special Olympics

_____ Roupas apropriada (roupas esportivas, uniformes, roupas formais e informais)

_____ Asseio

_____ cabelo limpo

_____ sapatos engraxados

_____ unhas limpas

_____ roupas passadas

_____ nenhum odor corporal _____ hálito refrescante

_____ dente limpos

Partes de um Discurso
Descrição da Apresentação

- **Abertura:** Agradecimento
Cumprimente seu público
Objetivo [do discurso]

- **Mensagem Central:** Fatos sobre a Special Olympics
Fatos sobre você
O que você gostaria que as
pessoas fizessem
Pontos para convencer as
pessoas, explicando porque as
pessoas deveriam fazer o que
você deseja que elas façam

- **Encerramento:** Peça alguma coisa
Agradeça
Sorria

Breve Descrição da Apresentação do Mensageiro Global

Agradecimento e objetivo:

Agradeça à pessoa que o apresentou e diga ao público que você se sente feliz por estar com eles.

(Exemplo: Obrigado, Sra. Smith, por sua simpática apresentação. Estou feliz e honrado por estar aqui para falar sobre um programa muito importante, o programa da Special Olympics, e sobre como vocês podem fazer a diferença).

Fatos Sobre a Special Olympics:

Conte-lhes sobre os fatos

Fatos Sobre Você:

Fale sobre seu envolvimento:

- Em que modalidade esportiva você compete.
- As medalhas que você já ganhou.
- Os lugares onde você esteve.
- Quem o ajuda.
- Com que frequência você treina.
- Por que você participa da Special Olympics.
- Do que você gosta da Special Olympics.
- O que da missão é o mais importante para você.

“Venda” para o seu público:

Diga-lhes como eles podem fazer realmente uma diferença se eles se envolverem.

Diga-lhes o que você gostaria que eles fizessem a partir daquilo que você lhes contou/disse.

Encerramento:

Diga ao público como as pessoas podem se envolver com a Special Olympics.

Distribua informações gerais sobre a Special Olympics e passe uma folha para que as pessoas assinem.

Agradecimentos:

Agradeça às pessoas e diga-lhes o quanto apreciou a oportunidade de poder falar a elas sobre a Special Olympics e o quanto você desejaria que elas se "Unissem ao Mundo dos Vencedores!"

Sorria!

Preparando-se para a Redação de um Discurso

a) **Abertura:** _____

b) **Mensagem Central:**

c) **Encerramento:**

2. AVALIAÇÃO

Releia o rascunho juntamente com seu Treinador de Oratória para determinar os pontos fortes e fracos do seu discurso; faça alterações para melhorá-lo.

3. FAÇA O DISCURSO [oralmente]

4. AVALIE SUA APRESENTAÇÃO

Avaliação da Apresentação do Discurso

(1 = Sofrível; 3 = Bom; 5 = Excelente)

Boa Postura ao dirigir-se ao pódio

1 2 3 4 5

Vestido de forma adequada

1 2 3 4 5

Limpo

1 2 3 4 5

Sorri

1 2 3 4 5

Fala claramente

1 2 3 4 5

Olha para o público

1 2 3 4 5

Movimenta as mãos de maneira adequada

1 2 3 4 5

Está preparado

1 2 3 4 5

Boa Postura durante o discurso

1 2 3 4 5

Mensageiro Global
Lista de Verificação da Apresentação

Meu coordenador de Relações Públicas é:

Nome: _____

Telefone: _____

* Telefone para seu Coordenador de Relações Públicas quando não tiver mais material.

Preciso de:

_____ cartões de visita

_____ pôsteres

_____ folhetos

_____ planilhas de dados

_____ boletins informativos

_____ formulários de inscrição de atletas

_____ formulários de inscrição de voluntários

_____ um vídeo/série de slides diferente

_____ um *banner*

_____ Programa dos Jogos

_____ Anuário como recordação

O Que Fazer Ao Voltar Para Casa

1. Telefone para seu Diretor de Área ou para o Coordenador de Países para informá-lo sobre o que aconteceu.
2. Solicite uma reunião com o Diretor de Área ou Coordenador de Relações Públicas da Área para discutir o seguinte:
 - A) O Plano Anual
 - Quantas apresentações você deve fazer?
 - Onde você deve fazê-las? Na sua área? Conferências estaduais? Ambas?
 - Você deve se concentrar em um mercado do terceiro setor, como escolas, casas de grupos, locais de trabalho?
 - Quem é seu contato em nível Local
 - Quais são as prioridades para seu programa local? O que é necessário fazer para fazer com que as coisas realmente aconteçam?
 - B) O Comitê de Aconselhamento
 - Onde e quando são as reuniões do Comitê de Aconselhamento da Área?
 - Quais são seus deveres como membro do Comitê?
 - C) Materiais de apresentação
 - Que materiais do Programa (tanto em vídeo como impressos) você deve utilizar na sua apresentação? Como poderá obtê-los?
 - A amostra do "Formulário de Inscrição de Atleta" fornecida para você no seminário AFO está boa de forma que possa ser utilizada? Para quem você deve enviar os formulários preenchidos?
 - D) A Meta

Qual é sua meta? O que é mais importante para você e sobre o quê você gostaria de falar mais?

- Resumo:
1. Conheça a pessoa de contato do Programa e Local.
 2. Informe-se quanto ao número de apresentações que você deverá fazer e onde e quando você deverá fazê-las.
 3. Conheça as metas locais do Programa para o ano e para sua apresentação.
 4. Saiba quais os recursos você deseja recrutar (dinheiro, voluntários, alimentos)

Lista de Verificação [Checklist] ao Voltar para Casa

Instruções: Preencha o maior número de dados possível desta lista de verificação *antes* do fim do seminário. Preencha o restante assim que chegar em casa.

Nome do Coordenador do Mensageiro Global:

Endereço do Coordenador:

Telefone do Coordenador: _____ Email do Coordenador: _____

Data da Reunião com Presidente de Aconselhamento da Área e Coordenador da Área:

Plano de Ação do Mensageiro Global:

Número de apresentações para os próximos 12 meses: _____

Comitê de Aconselhamento e outros comitês relacionados aos meus interesses Datas e Horários de Reuniões:

Data: _____ Horário: _____

Data: _____ Horário: _____

Data: _____ Horário: _____

Materiais do Mensageiro Global:

Meta de Recrutamento:

O Nome do meu Diretor de Área é:

O Telefone do Meu Diretor de Área é: _____ Email:

Enviar relatórios para meu escritório do Programa após cada apresentação: _____

Utilizar envelopes pré-endereçados para enviar relatórios: _____

Formulário de Relatório de Apresentação

1. Nome:

2. Área:

3. Onde você fez sua apresentação? _____

4. Quantas pessoas estiveram presentes à sua apresentação? _____

5. Você fez a apresentação juntamente com mais alguém?

_____ Sim _____ Não

a. Em caso de resposta afirmativa, com quem?

6. Que tipo de materiais você utilizou na apresentação? (Assinale todas as que se aplicarem.)

_____ vídeo _____ folhetos _____ pôsteres

_____ *banners* _____ cartões de visita _____ outros (favor descrever)

7. Quantos novos atletas ou voluntários você recrutou para a Special Olympics como resultado destas apresentações? _____ Atletas _____ Voluntários

8. O que acontecerá como resultados da sua apresentação?

9. Que outro tipo de recrutamento você utilizou para envolver novas pessoas na Special Olympics? (Assinale todas as que se aplicam).

_____ falei com amigos _____ dei entrevista em rádio/TV

_____ artigo em jornal _____ outro (favor descrever)

10. Você tem alguma pergunta ou dúvida sobre seu trabalho como Mensageiro Global?

Favor enviar o relatório após cada apresentação formal para:

Avaliação do Seminário de Mensageiro Global

Nome: _____

Programa: _____

Cite uma coisa que você aprendeu hoje

Você acha que consegue explicar o que queremos dizer com "PLAs"? O que significa?

Você tem algum plano de algo que VOCÊ poderia fazer no qual você tenha pensado durante este seminário?
O quê?

Houve alguma parte deste seminário que realmente esclareceu o conceito de PLAs ou o que é Falar em Público para você?
Qual?

Houve alguma parte (s) da sessão que não foi boa para você?
Qual (s)?

Você acha que ainda precisa de mais informações?
Quais?

As informações fornecidas antes do seminário foram úteis?

O local de treinamento foi adequado?

Como você melhoraria o seminário quando o oferecermos no futuro?