

## Спешиал Олимпикс Китай Программа для Высшего Учебного Заведения

Авторы: Глен М. Росвал, Джэксонвиллский Государственный Университет, Штат Алабама, США.  
Джинджин Яанг, Государственный Университет Южного Коннектикута, США.  
Джордж В. Смит, Спешиал Олимпикс Восточная Азия.  
Дикен Янг, Спешиал Олимпикс Восточная Азия.  
Томас Сонгстер, Спешиал Олимпикс Инк.

Вступление	Доктор Тимоти Шрайвер Спешиал Олимпикс Инк.
Урок 1 Спешиал Олимпикс	Глен М. Росвал Джэксонвиллский Государственный Университет, Штат Алабама, США.
Урок 2 Общий Обзор Термина «Отклонение в Умственном РазвитиИ»	Доктор Карен С. Кастагно Род-Айлендский Колледж, США
Урок 3 Вида Спорта Спешиал Олимпикс	Доктор Мариуш Даментко Спешиал Олимпикс Европа-Евразия, Варшава, Польша
Урок 4 Объединенный Спорт и Принцип Включения	Доктор Мартин Е. Блок, Университет Вирджинии, США
Урок 5 Программа Развития Двигательной Активности	Доктор Патрисия Кребс Спешиал Олимпикс Мэриленд, США
Урок 6 Программы Для Молодежи и Школьников	Доктор Рон Ведерман Спешиал Олимпикс Инк.
Урок 7 Обучение и Организация Тренировочного Процесса для Атлетов Спешиал Олимпикс	Аннетте К. Линч Спешиал Олимпикс Мэрилэнд, США.
Урок 8 Проведение Соревнования Спешиал Олимпикс	Доктор Джинджин Яанг Государственный Университет Южного Коннектикута, Штат Коннектикут, США
Урок 9 Организация Практического Мероприятия Спешиал Олимпикс	Доктор Джоди Брилински Западно-Мичиганский Университет, Штат Мичиган, США.
Урок 10 Ресурсы/Материалы Спешиал Олимпикс	

## **Урок # 1** **Спешиал Олимпикс**

### **Основная Цель Урока:**

- Дать общий обзор миссии, истории, философии и всемирной масштабности Спешиал Олимпикс.

### **Цели и Задачи:**

- Описать в общих чертах миссию и философию Спешиал Олимпикс.
- Кратко описать историю Спешиал Олимпикс.
- Изложить основную организационную структуру главного офиса Спешиал Олимпикс, Аккредитованных Программ Спешиал Олимпикс и их Подпрограмм.
- Изложить критерии соответствия для участия и принципы доступа в Спешиал Олимпикс.
- Описать способы и возможности участия в Спешиал Олимпикс для добровольцев.
- Указать уникальные аспекты в деятельности Спешиал Олимпикс, которые дифференцируют Спешиал Олимпикс от других спортивных организаций.

### **Темы для Обсуждения:**

- Миссия
- Философия
- История Участия Атлета в Движении
- Всемирная Структура Движения
- Добровольцы
- Всемирная Статистика
- Определение Критериев Соответствия
- Уникальность в Различии от Других Спортивных Организаций

### **Материалы:**

- Общая Информация: Что такое движение Спешиал Олимпикс?
- Общая Информация: Что такое движение Спешиал Олимпикс Китай?
- Спешиал Олимпикс: Общая Информация.
- Урок # 1 Спешиал Олимпикс. Презентация PowerPoint.
- Видео «Что такое движение Спешиал Олимпикс?»
- Видео для Ориентации «Что такое движение Спешиал Олимпикс?»

**Автор:** Гленн М. Росвал, Доктор Философии, Профессор, Джэксонвиллский Государственный Университет, Штат Алабама, США.  
(Glenn M. Roswal, Ph.D., Professor, Jacksonville State University, Alabama, USA)

## **Содержание:**

Данное информационное пособие относится к Уроку # 1 Специал Олимпикс. Презентация PowerPoint.

### ➤ **Миссия Специал Олимпикс (Слайд # 2)**

- Попросите учеников зачитать документ с миссией движения Специал Олимпикс.
- Попросите участников выделить основные компоненты миссии Специал Олимпикс. Постарайтесь вызвать дискуссию. Атлеты предлагают расширенный список компонентов, в котором дружба занимает более высокое место, чем многие другие компоненты (в большинстве случаев).
- Обратите внимание на наличие акцента и на тренировки, и на соревнования, а также на желаемые результаты.
- В различных странах используются различные термины: умственная заторможенность, умственная неспособность, умственная недостаточность и др.
- Понимание миссии Специал Олимпикс является основополагающим в процессе успешного привлечения всех добровольцев и тренеров в Специал Олимпикс.

### ➤ **Видео для Ориентации «Что такое движение Специал Олимпикс?»**

### ➤ **Философия Специал Олимпикс (Слайд #3)**

- Дайте общий обзор, а затем всесторонне рассмотрите следующие аспекты:
  - Философия сосредоточена на атлете.
  - Философия сконцентрирована на развитии атлета как результат тренировок, участия в соревнованиях и общения с окружающим миром.
  - Специал Олимпикс не подчеркивают необходимость победы любой ценой, а подчеркивают важность участия, приложенных усилий и личного развития.
  - Миссия, философия и принципы должны быть четко понятны всем ученикам. Принципы практически охватывают все аспекты движения Специал Олимпикс: от церемоний награждения до полной социальной интеграции атлетов Специал Олимпикс в общество.

### ➤ **История и Рост Специал Олимпикс (Слайд # 4)**

- Дайте ученикам возможность изучить историю Специал Олимпикс с помощью документа Общая Информация: Что такое движение Специал Олимпикс?
- Движение Специал Олимпикс было основано в начале 1960-х, когда Юнис Кеннеди Шрайвер организовала летний дневной лагерь для людей с умственной недостаточностью.
- Стало очевидно, что люди с умственной недостаточностью были гораздо более активны при проведении спортивных соревнований и общефизических упражнений, чем очень удивили многих экспертов.

- В 1968 году состоялись первые Международные Игры Специал Олимпикс, которые были проведены на Поле Солдата (Soldier Field) в Чикаго, Штат Иллинойс.
- В 1981 году Специал Олимпикс впервые провели тренировочный лагерь в Стоу (Stowe), Штат Вермонт. С тех пор более чем 165 тысяч добровольцев стали сертифицированными тренерами, директорами игр и официальными представителями.
- В настоящий момент Специал Олимпикс насчитывают приблизительно 1,200,000 атлетов в Национальных Программах в 150 странах мира на всех континентах. Такой быстрый рост участников стал возможен благодаря развитию Национальных Программ в 1990-х годах.

➤ **Общая Структура Специал Олимпикс (Слайд #5)**

- Основная Структура: Совет Директоров, главный офис в Вашингтоне, Континентальные/Региональные Офисы, Аккредитованные Программы в регионах и Подпрограммы, которые включают в себя местные Программы (атлетов, тренеров и членов их семей).
- Региональные Лидерские Советы избираются Аккредитованными Программами в каждом регионе. Эти Советы уведомляют главный офис Специал Олимпикс о положении дел в регионе. Каждый Региональный Лидерский Совет выбирает одного члена, который служит их представителем на Международном Консультативном Совете.

➤ **Образец Структуры Аккредитованной Программы (Слайд #6)**

- На данном слайде показан пример хорошо развитой программы.
- Каждая Аккредитованная Программа состоит из Совета Директоров и комитетов, которые определяют общую политику развития Программы. Штатные сотрудники Программы (работающие на полную ставку, неполную ставку или на волонтерской основе) занимаются решением каждодневных вопросов развития Программы. Они также работают в сотрудничестве с Директорами Подпрограмм и/или Местными Координаторам. Не у всех Программ есть Директора Подпрограмм или Управляющие.
- Если у Программы есть Директора Подпрограмм и/или Местные Координаторы, то они взаимодействуют с штатными работниками управления, которые работают на волонтерской основе, или комитетами для организации как тренировочного процесса, так и спортивных мероприятий Специал Олимпикс на местах.
- Структура Программы зависит от размера Программы и доступных ей ресурсов. Как правило, рекомендуется иметь восемь комитетов, однако, некоторые Программы могут также включить медицинский комитет и комитет по транспорту. Программы могут также объединять несколько сфер деятельности в один комитет в соответствии с размером Программы и доступных ей ресурсов.
- Участники Программы должны знать других участников программы в их местности и они должны быть осведомлены о контактных данных местного управления Программы.

➤ **Роль Добровольцев Специал Олимпикс (Слайд # 7)**

- Добровольцы – это основа Специал Олимпикс.
- В настоящий момент Специал Олимпикс насчитывают более 550 тысяч добровольцев по всему миру.
- Добровольцами выступают все: студенты высших учебных заведений, ученики средних школ, члены общественных групп и организаций, спортсмены любители и профессионалы, представители спорта и тренеры, родители и члены семей, пожарники, представители правоохранительных органов, военные, медицинский персонал, учителя, пенсионеры и бизнесмены.
- Все добровольцы выполняют важную роль: помощник на месте проведения соревнований, член местной Подпрограммы, член управления на национальном уровне или член Совета Директоров – все важны.
- Добровольцы выступают в роли тренеров, официальных представителей, директоров игр, местных координаторов, местных директоров по вопросам организации тренировочного процесса, членов Клуба Партнеров®, членов управления по вопросам спорта, членов комитетов по сбору средств, журналистов и офисных работников.
- Специал Олимпикс на национальном, подпрограммном и местном уровне проводят полное обучение добровольцев, чтобы они были полностью готовы к выполнению своей роли.

➤ **Кто участвует в движении Специал Олимпикс? (Слайд #8)**

- Ученики должны прочитать предоставленную им информацию о термине «отклонение в умственном развитии».
- Термин «отклонение в умственном развитии» был разработан и принят Американской Ассоциацией Умственного Развития (ААУР) (American Association on Mental Retardation (AAMR)).
- Для участников очень важно знать, что данный термин означает интеллект ниже среднего, который есть в наличии вместе с ограничениями в двух и более областях адаптивных навыков, и проявляется в возрасте от 0 до 18 лет.

➤ **Уровни Поддержки (Слайд #9)**

- Раньше люди с отклонениями в умственном развитии классифицировались как больные с малыми, умеренными и глубокими отклонениями. В настоящее время акцент ставится на классификацию уровней поддержки и индивидуальные потребности. Данные уровни классифицируются следующим образом: глубокий, обширный, ограниченный и неустойчивый. При работе с атлетами очень важно знать, что стоит за данной классификацией, так как помощники, учителя, члены семей могут использовать данные новые термины при описании способностей атлета.

- Факт наличия интеллекта ниже среднего уровня дает возможность атлету участвовать в мероприятиях Специал Олимпикс, однако, важно помнить, что уровень интеллекта не определяет, что данный атлет сможет добиться в данном виде спорта.
- Специал Олимпикс предоставляет людям с отклонениями в умственном развитии всех уровней способностей возможности заниматься спортом.
- Чтобы показать правильное понимание термина «отклонение в умственном развитии», необходимо помнить о том, как мы используем данный термин. Необходимо помнить, что человек с данным отклонением, является прежде всего человеком, а данное отклонение является лишь частью данного человека.

➤ **Всемирная Статистика (Слайд#10)**

- К 1995 году в рядах Специал Олимпикс были каждые три человека из ста с отклонениями в умственном развитии по всему миру.
- Совершенно ясно, что мы еще не смогли привлечь в свои ряды всех людей с отклонениями в умственном развитии, общее число которых по всему миру составляет более 300 миллионов. В данном месте имеет смысл использовать документ под названием «Специал Олимпикс Общие Данные по Отклонениям в Умственном Развитии».

➤ **Критерии Соответствия для Специал Олимпикс (Слайд #11)**

- Общее определение Критериев Соответствия: «В тренировках и соревнованиях Специал Олимпикс может принять участие любой человек с отклонениями в умственном развитии в возрасте от восьми лет и старше, зарегистрированный для участия в Специал Олимпикс».
- В целях определения соответствия критериям для участия в Специал Олимпикс считается, и это записано в Генеральных Правилах Специал Олимпикс, что человек имеет отклонения в умственном развитии, если данный человек соответствует одному из следующих критериев:
  - Специалист или уполномоченная организация установила, что, согласно критериям, применяемым на данной территории, данный человек имеет отклонения в умственном развитии, ИЛИ
  - Данный человек имеет задержку в развитии когнитивных функций, что может быть определено стандартизированными показателями, такими как коэффициент интеллектуальности "IQ" или иными показателями, которые в стране базирования Аккредитованной Программы воспринимаются специалистами в качестве убедительных свидетельств наличия задержки в развитии когнитивных функций, ИЛИ
  - Данный человек имеет близкое связанное отклонение в развитии. Термин «близкое связанное отклонение» означает наличие функциональных ограничений как в действии общих познавательных функций (например, IQ), так и в адаптивных навыках (таких как отдых, работа, независимая жизнь, самонаправленность или забота о себе).

- Однако, люди, чьи функциональные ограничения основаны исключительно на физических или эмоциональных отклонениях, отклонениях в поведении, развитии органов чувств или познавательных функций, не могут принимать участие в мероприятиях Специал Олимпикс в качестве спортсменов Специал Олимпикс, но могут выступать в качестве добровольцев Специал Олимпикс в качестве партнеров в программе Объединенный Спорт ®. При этом необходимо помнить, что они в данном случае должны соответствовать критериям отбора программы Объединенный Спорт ®, которые изложены в Спортивных Правилах СОИ.
- Другие используемые термины могут включать выражения: отклонения в когнитивном развитии, умственная недостаточность и др.

➤ **Таблица критериев соответствия (Слайд #12)**

- На данном этапе важно сразу же отвечать на вопросы участников при рассмотрении таблицы. Отвечая на вопросы, используйте определение критериев отбора из правил и таблицу.
- Специал Олимпикс не определяют имеет ли человек отклонения в умственном развитии. Специал Олимпикс определяют критерии отбора в соответствии с рекомендациями специалиста или уполномоченной организации. Если у человека имеются в наличии отклонения в развитии, которые приводят к функциональным ограничениям в общем обучении и в адаптивных навыках, тогда специалист или уполномоченная организация должны определить, связаны ли эти функциональные ограничения только с отклонениями в умственном развитии или же с близким отклонением в общем развитии. Если функциональные ограничения связаны только с физическим, поведенческим, эмоциональным отклонением или с определенным учебным отклонением, или с сенсорным отклонением, тогда этот человек не имеет право выступать в Специал Олимпикс как атлет. Однако, этот человек может выступать как волонтер в роли партнера в программе Объединенный Спорт ®.
- К общим учебным отклонениям относятся дефицит в концептуальном, практическом и социальном навыке, который приводит к последующим проблемам в академическом обучении и/или повседневной жизни. Учебные отклонения определяются тестами определенных стандартов (тест умственного развития, тест успешного обучения) или с помощью определенных методов критерий (общее наблюдение со стороны учителя/родителя или примеры действий ученика).
- К адаптивным отклонениям относятся продолжительный дефицит в жизненно важных навыках. Они включают в себя: общая коммуникация, уход за собой, уход за жильем, социальные навыки, общение, общая ориентировка, вопросы здоровья и безопасности, учебные навыки, навыки отдыха и труда. Адаптивные отклонения определяются тестами определенных стандартов (таблица адаптивного поведения) или с помощью определенных методов критерий (общее наблюдение со стороны учителя/родителя или примеры действий ученика).
- Аккредитованная Программа может запросить у СОИ разрешение на ограниченное отступление от критериев соответствия, если Аккредитованная Программа считает, что существуют исключительные условия, обуславливающие такое отступление, и информирует об этом СОИ в письменной форме. СОИ рассмотрит соответствующие запросы в максимально сжатые сроки, оставляя за собой право определить возможность отклонений или исключений.

➤ **Уникальность в Различии от Других Спортивных Организаций (Слайд #13)**

- Специал Олимпикс очень похожа на другие спортивные организации. Однако, очень важно выделить уникальные отличия Специал Олимпикс.
- Специал Олимпикс не берет денег с атлетов или их семей за организацию тренировочного процесса и участия в соревнованиях.
- Многие виды спорта представлены на всех уровнях способностей.
- Группирование атлетов происходит путем дивизионирования с целью дать возможность атлетам соревноваться с другими атлетами с таким же уровнем способностей в данной группе (дивизионе).
- Все участники получают награды.
- Существует определенная структура продвижения атлета на более высокий уровень соревнований. Она основана на занятом месте в каждом дивизионе или на результатах слепого жребия (лотереи).



## Урок #2 Общий Обзор Термина «Отклонение в Умственном Развитии»

### **Основная Цель Урока:**

- Дать общий обзор термину «отклонение в умственном развитии», включая его значение/определение, сферу действия и степень распространенности.

### **Цели и Задачи:**

- Идентифицировать четыре критерия для диагноза отклонения в умственном развитии.
- Обобщить причины отклонения в умственном развитии.
- Обсудить значения программы, основанные на моторной способности и моторной деятельности людей с отклонениями в умственном развитии.
- Идентифицировать отличие людей с синдромом Дауна.

### **Темы для Обсуждения:**

- Определение
- Частота
- Распространенность
- Причины
- Моторная Способность и Моторная Деятельность
- Разновидности Программы
- Отличие людей с синдромом Дауна.

### **Материалы:**

- Урок #2 Общий обзор термина «отклонение в умственном развитии». Презентация PowerPoint
- Шерил С. (1998). *Адаптированная физическая деятельность, отдых и спорт: Междисциплинарный и продолжительный (5-ая редакция)*. Дубьюк, IA: WCB/McGraw-Hill. (Текст есть в наличии на китайском языке.) (Sherrill, C. (1998). *Adapted physical activity, recreation and sport: Cross-disciplinary and lifespan (5th ed.)*. Dubuque, IA: WCB/McGraw-Hill).
- Американская Ассоциация Умственного Развития (ААУР) - общие данные: часто задаваемые вопросы об отклонениях в умственном развитии (2002).  
Ссылка: [http://161.58.153.187/Policies/faq\\_mental-retardation.shtml](http://161.58.153.187/Policies/faq_mental-retardation.shtml)  
(American Association on Mental Retardation Fact Sheet: Frequently asked questions about mental retardation (2002).

**Автор:** Карен С. Кастагно, Доктор Философии, Адъюнкт Профессор, Род-Айлендский Колледж, США  
(Karen S. Castagno, Ph.D., Associate Professor, Rhode Island College USA)

## **Содержание:**

Нижеследующие записи относятся к Уроку #2 Общий обзор термина «отклонение в умственном развитии». Презентация PowerPoint.

### ➤ **Определение (Слайд #1)**

- Американская Ассоциация Умственного Развития (ААУР) (American Association on Mental Retardation (AAMR) дала глобальное определение Отклонения в Умственном Развитии (последние поправки от 2002 года).
- Отклонение в умственном развитии характеризуются значительными ограничениями в умственной деятельности и в адаптивном поведении, которые выражаются в концептуальных, социальных и практических адаптивных навыках.
- Данное отклонение развивается в возрасте до 18 лет.

### ➤ **Что такое умственная деятельность? (Слайд #2)**

- Умственная деятельность является общим термином для определения умственной способности.
- Она включает способность рассуждать, решать вопросы, думать на абстрактные темы, понимать идеи, учиться быстро и на предыдущем опыте.
- Умственную деятельность можно измерить. Результат представлен в виде IQ (Кэффициента Умственного Развития), который выдается после прохождения стандартизированных тестов.
- При измерении умственного развития с целью определения отклонений в умственном развитии принято считать, что у человека есть отклонения в умственном развитии при уровне IQ 70 или ниже. Это в соответствии с Тестом Умственного Развития Стенфорд-Бинет, Вечслер Шкала Умственного Развития Детей – Обновленный Вариант, Китайский Комбинированный Тест Равена (Stanford-Binet Intelligence Test, Wechsler Intelligence Scale for Children - Revised and the Chinese Combined Raven's Test, Copyright 2 (CTR-C<sub>2</sub>)).

### ➤ **Что такое Адаптивное Поведение? (Слайд #3)**

- Адаптивное Поведение – это собрание концептуальных, социальных и практических навыков, приобретенных человеком в процессе его жизни (нормального каждодневного функционирования).
- Значительные ограничения в адаптивном поведении негативно влияют на жизнь человека и ограничивают его способность реагировать на ситуацию или окружение в целом.

➤ **Примеры Навыков Адаптивного Поведения (Слайд #4)**

- Концептуальные навыки
  - Понимание и Выражение
  - Чтение и Письмо
  - Понимание значения термина «деньги»
  - Самоориентация
- Социальные Навыки
  - Межличностные
  - Ответственность
  - Чувство собственного достоинства
  - Следование установленным правилам
  - Избежание конфликтов
- Практические Навыки
  - Нормы личной гигиены: питание, одежда, передвижение, личная гигиена.
  - Навыки определенной профессии.
  - Собственная безопасность.

➤ **5 Характеристик Применения Данного Определения.**

- Ограничения в умственной деятельности должны быть рассмотрены в контексте социальной среды данного индивидуума с учетом возраста, характеристик сверстников и культуры. (Слайд #5)
- Правильная оценка отклонения должна принимать во внимание культурное и лингвистическое разнообразие, а также различия в коммуникационных, сенсорных, двигательных и поведенческих характеристиках. (Слайд #6)
- В индивидууме наряду с отклонением очень часто присутствует какая-то положительная характеристика. (Слайд #7)
- Самая важная задача при описании отклонения – создать программу поддержки. (Слайд #8)
- Благодаря правильной программе поддержки в течение продолжительного периода времени жизненноважные функции человека с отклонениями как правило значительно улучшаются. (Слайд #9)

➤ **Уровни Поддержки (Слайд #10)**

- Существуют различные уровни поддержки.
  - *Неустойчивый*: поддержка на непостоянной основе. Поддержка может быть всесторонней или ограниченной (например, смерть одного из родителей или финансовый месячный отчет).
  - *Ограниченный*: поддержка необходима на постоянной основе на протяжении определенного периода времени (например, обучение на рабочем месте, период перехода из школы к отдельному проживанию).

- *Глубокий*: поддержка осуществляется на постоянной основе в определенной сфере жизни (например, распорядок дня, приготовление и прием пищи).
- *Обширный*: поддержка постоянная, всесторонняя и охватывающая. Возможно потребуется круглосуточная поддержка.

#### ➤ Частота (Слайд #11)

- Частота – это показатель количества новых случаев заболевания или состояния в определенной местности в течение одного года.
- Результаты данного показателя могут быть использованы как индикатор необходимости принятия превентивных мер.
- Частота появления состояния отклонения в умственном развитии в течение последних десяти лет стабильна.

#### ➤ Распространенность (Слайд #12)

- Распространенность – это показатель количества людей, которые имеют данное отклонение в умственном развитии на определенный момент.
- Этот показатель можно использовать как индикатор необходимого уровня медицинской и социальной поддержки для данных случаев.
- Распространенность состояния отклонения в умственном развитии в течение последних десяти лет стабильна.
- Распространенность отклонения в умственном развитии составляет 3% от общего числа населения. Данная цифра получена как среднестатистическая оценка населения в результате стандартизированных тестов Коэффициента Умственного Развития (IQ).

#### ➤ Причины (Слайд #13)

- *Внутриутробная* (до рождения)
  - Нарушение на хромосомном уровне (синдром Дауна, синдром неустойчивой X )
  - Иные синдромные нарушения (Синдром Prader-Willi, Синдром Apert)
  - Влияние окружающей среды (синдром влияния алкоголя на зародыш, употребление медицинских и наркотических средств, иные болезни)
- *Природовая* (период с 28-й недели беременности до 28-го дня после родов)
  - Нарушение во время схваток и родов
  - Преждевременные роды
  - Нарушения на метаболическом уровне
  - Нарушения функций мозга
- *Послеродовая* (в возрасте до 18 лет)
  - Отравление свинцом и ртутью
  - Вирусная инфекция
  - Плохое питание
  - Недостаток окружения

➤ **Моторные Навыки и Моторная Деятельность (Слайд #14)**

- *Нарушение Развития Координации:* Считается, что дети с начальными и средними отклонениями в умственном развитии как правило отстают в развитии от своих сверстников без отклонений в умственном развитии на 2-4 года. Однако, предыдущий опыт не показывал, было ли наличие такой разницы следствием нехватки опыта или проблем с пониманием. Нехватка понимания и/или Нарушение Развития Координации проявляются все отчетливее по мере того, как занятия спортом в поздней стадии детства и ранней стадии юности требуют большего понимания к правилам, стратегиям и развитых моторных навыков.
- *Отношения между моторной активностью и IQ:* прямой связи между моторной активностью и IQ у детей с начальными и средними отклонениями в умственном развитии нет. Однако, опыт показывает, что в случае с детьми с тяжелыми отклонениями в умственном развитии такая прямая связь есть. По мере того, как уменьшается IQ, уменьшается и моторная активность.
- *Ожирение и лишний вес:* В настоящий момент в США около 59% женщин и 28% мужчин с отклонениями в умственном развитии имеют лишний вес. Эти процентные показатели намного выше показателей среди общего населения в США. Лишний вес оказывает негативное влияние на выносливость сердца, силу и выносливость мышц.

➤ **Разновидности Программы (Слайд #15)**

- Программы Специал Олимпик разработаны таким образом, чтобы дать возможность заниматься спортом людям с отклонениями в умственном развитии всех уровней способностей.
- Индивидуумы, которым оказывается неустойчивый уровень поддержки (начальные отклонения в умственном развитии) могут реализовать себя в Объединенном Спорте® (Слайд #16).
- Индивидуумы, которым оказывается ограниченный уровень поддержки (средние отклонения в умственном развитии) могут реализовать себя в традиционных соревнованиях Специал Олимпикс.
- Индивидуумы, которым оказывается глубокий и обширный уровень поддержки (тяжелые отклонения в умственном развитии) могут реализовать себя в Программе Развития Двигательной Активности (МАТР), которая проводится в несоревновательной атмосфере и соответствует возрасту участников.

➤ **Отличие Людей с Синдромом Дауна (Слайд #17)**

- *Хитопомия:* Многие новорожденные имеют обширную мышечную хипотонию. Слабая структура связок негативно влияет на функции ноги на протяжении всей жизни человека. Многие дети с синдромом Дауна страдают плоскостопием и хромают.
- *Нарушение баланса:* Люди с синдромом Дауна как правило отстают от своих сверстников в данном компоненте на 1-3 года. Нарушение баланса может нарушить обучение основных двигательных навыков (например, ходьба, бег, прыжки, подпрыгивание). Упор в данном случае следует делать на развитие и практику навыков статического и динамического баланса в течение всей жизни данного человека.

- *Заболевания сердца и легких:* Около 40-60% младенцев с синдромом Дауна страдают заболеваниями сердца. Структурные нарушения проявляются также в легких, носовых проходах, дыхательных путях и грудной клетке. Вследствии малой полости рта многие люди с синдромом Дауна с трудом дышат ртом, что приводит к респираторным заболеваниям.

*Атланта-осевая нестабильность:* Это нестабильность в первых двух шейных позвонках как следствие слабых мышц и связок в данном месте организма. Около 15% всех людей с синдромом Дауна страдают ортопедическими заболеваниями.

➤ **Участие атлетов с Синдромом Дауна, которые имеют Атланта-Осевую Нестабильность (Слайд #18)**

(Генеральные Правила Специал Олимпикс)

- С учетом данных медицинских исследований, утверждающих, что 15% людей с синдромом Дауна имеют неправильное соединение шейных позвонков C-1 и C-2, определяемое как атланта-осевая нестабильность, которая может привести к травмам в случае излишнего растяжения или вращения шеи или верхней части позвоночника, все Аккредитованные Программы должны предпринимать следующие меры предосторожности при участии спортсменов с синдромом Дауна в определенных видах деятельности.
- Спортсмены с синдромом Дауна могут участвовать в большинстве соревнований и тренировочных программ Специал Олимпикс, но они не могут участвовать в видах программы, приводящих к излишнему растяжению, вращению или давлению на шею или верхнюю часть позвоночника. Решение принимает доктор, который определяет, имеет ли человек атланта-осевую нестабильность.
- Противопоказанные виды соревнований и тренировочных программ включают в себя: плавание в стиле баттерфляй, прыжковый старт в плавании, прыжки в воду, пятиборье, прыжки в высоту, конный спорт, художественную гимнастику, футбол, горнолыжный спорт, а также любые разминочные упражнения, приводящие к излишнему давлению на шею или голову.
- Спортсмен с синдромом Дауна может принимать участие в противопоказанных ему видах программы, если этот спортсмен прошел медицинский осмотр (включая рентгенографию полного растяжения и вращения шеи) с участием специалиста, знающего о состоянии атланта-осевой нестабильности и считающего, что, по результатам проведенного осмотра, у данного спортсмена состояние атланта-осевой нестабильности не обнаружено.
- Спортсмен с синдромом Дауна, у которого была обнаружена атланта-осевая нестабильность, может, тем не менее, принимать участие в противопоказанных ему видах программы, если спортсмен или родитель/опекун несовершеннолетнего спортсмена подтвердят в письменной форме свое решение участвовать в данных видах программы, не смотря на риски, связанные с атланта-осевой нестабильностью, а два специалиста-медика подтвердят в письменной форме, что они объяснили спортсмену и родителю/опекуну сущность данных рисков и, что, по их мнению, состояние спортсмена допускает его участие в программах Специал Олимпикс.

## Урок #3 Виды Спорта Специал Олимпикс

### **Основная Цель Урока:**

- Дать общий обзор спортивным аспектам Специал Олимпикс, включая правила, соревнования и систему дивизионирования.

### **Цели и Задачи:**

- Дать информацию об Официальных Спортивных Правилах Специал Олимпикс.
- Перечислить все летние, зимние и местного значения игры, представленные Программами Специал Олимпикс.
- Описать возможности занятия спортом для всех атлетов всех уровней способностей.
- Описать структуру уровней игр и соревнований Специал Олимпикс.
- Описать систему дивизионирования в Специал Олимпикс.
- Описать Правила Честной Борьбы (Honest Effort Rules).
- Дать информацию о критериях Продвижения Атлета (выбора) на более высокий уровень соревнований.

### **Темы для Обсуждения:**

- Свод Правил Специал Олимпикс для Летних и Зимних Видов Спорта и Статья 1 Генеральных Правил.
- Почему Правила так важны?
- Международный Комитет по Спортивным Правилам/ Комитет Правил Игр
- Процедуры Принятия Новых Правил и Внесения Изменений в Правила
- Виды Спорта Специал Олимпикс
- Запрещенные Виды Спорта и Соревнования
- Другие Ограничения при Проведении Игр и Соревнований
- Возможности Спорта для Всех Уровней Способностей в Специал Олимпикс
- Игры и Соревнования Специал Олимпикс: Уровни/Прогрессия/Терминология
- Процедуры Санкций в Специал Олимпикс
- Система Дивизионирования в Специал Олимпикс
- Пример Дивизионирования
- Правила Честной Борьбы
- Продвижение на Более Высокий Уровень Соревнования

### **Материалы:**

- Свод Правил Специал Олимпикс для Летних и Зимних Видов Спорта
- Урок #3 Виды Спорта. Презентация PowerPoint
- Специал Олимпикс Руководство по Спортивному Менеджменту
- Специал Олимпикс Руководство по Спортивным Навыкам

**Автор:** Мариуш Даментко, Профессор (Физическое Образование), Доктор, Спортивный Директор Специал Олимпикс Европа-Евразия, Варшава, Польша  
(Mariusz B. Damentko, Ph.Ed., Dr. Special Olympics Europe-Eurasia Sports Director, Warsaw, Poland)

## **Содержание:**

Нижеследующие записи относятся Уроку #3 Виды Спорта. Презентация PowerPoint.

### ➤ **Официальные Правила Специал Олимпикс для Летних и Зимних Видов Спорта и Генеральные Правила. (Слайды #2 и #3)**

- Объясните ученикам, что существуют три различных Свода Правил Специал Олимпикс.
- В официальных Сводах Правил для Летних и Зимних Видов Спорта одинаковая Статья 1. Они основаны на правилах, выработанных Международным Управляющим Органом (МУО) и Национальным Управляющим Органом (НУО) каждого вида спорта. При необходимости вносятся изменения.
- Отметьте, что для того, чтобы понять программу тренировок и соревнований Специал Олимпикс, очень важно знать Правила Специал Олимпикс и правила, выработанные МУО/НУО.
- Сообщите ученикам, что Официальные Своды Правил для Летних и Зимних Видов Спорта обновляются и публикуются в течение года после проведения Всемирных Игр и действуют в течение 4 последующих лет.
- Правила Специал Олимпикс предоставляют возможность соревнования всем уровням способностей.
- Правила Специал Олимпикс действуют на всех соревнованиях Специал Олимпикс

### ➤ **Почему Правила так важны? (Слайд #4)**

- Спросите учеников, почему важно следовать установленным правилам в повседневной жизни.
- Спросите учеников, как уважение по отношению к правилам в спорте помогает уважать правила в повседневной жизни.
- Отметьте, что БЕЗОПАСНОСТЬ атлетов является приоритетом в Специал Олимпикс и следование правилам помогает обеспечению безопасности.
- Сообщите ученикам, что правила защищают права всех атлетов.
- Правила помогают обеспечить единые критерии при проведении соревнований Специал Олимпикс и обеспечить доступ к виду спорта уже вне Специал Олимпикс.

### ➤ **Специал Олимпикс Международный Комитет по Спортивным Правилам/ Комитет Правил Игр (Слайд #5)**

- Сообщите ученикам, что Международный Комитет по Спортивным Правилам Специал Олимпикс состоит из членов-представителей всех регионов мира (от Региональных Комитетов Спорта и Соревнований). Его задача состоит в том, чтобы просмотреть предложения новых правил, изменений и удалений в спортивных правилах Специал



Олимпикс. У каждого вида спорта есть Подкомитет по Спортивным Правилам Специал Олимпикс.

- Каждое предложение изменения, исходящее от национальной(местной) Программы Специал Олимпикс, должно быть направлено члену Международного Комитета по Спортивным Правилам из данного региона.
- Сообщите ученикам, что каждый Организационный Комитет соревнования Специал Олимпикс выбирает Комитет Игр/Спортивных Правил из 3-5 человек с целью контроля над соблюдением правил Специал Олимпикс, а также для принятия решений по таким спорным вопросам, как дисквалификации, протесты и др. Объясните разницу между Комитетом Игр и Комитетом Спортивных Правил.

➤ **Процедуры Принятия Новых Правил и Внесения Изменений в Правила (Слайд #6)**

- Сообщите ученикам, что любой человек из Специал Олимпикс (тренер, атлет, доброволец, члены семей и др.) может внести предложение по вопросам изменения правил, поправок или удалений на рассмотрение Международного Комитета по Спортивным Правилам.
- Необходимо заполнить Форму Изменения Правил (она приложена к Своду Спортивных Правил Специал Олимпикс). Это может сделать один из вышеперечисленных людей, и форма должна быть подписана Спортивным Директором Программы Специал Олимпикс, а затем послана представителю данного региона в Международном Комитете по Спортивным Правилам.
- Рекомендация по вопросу изменения правил будет рассмотрена членами Международного Комитета по Спортивным Правилам на их ежегодном заседании.
- Национальная Программа Специал Олимпикс будет извещена о решении Международного Комитета по Спортивным Правилам его Председателем.

➤ **Виды Спорта Специал Олимпикс (Слайды #7, #8 and #9)**

- Официальные Летние Виды Спорта.
- Официальные Зимние Виды Спорта.
- Популярные виды спорта на национальном уровне.
- Демонстрационные виды спорта: дзюдо, гребля на байдарках, сноушунг, сноуборд, мини гольф.
- Другие виды спорта Специал Олимпикс (аэробика, гребля, айсток, нетбол и др.).

➤ **Запрещенные виды спорта (Слайд #10)**

- Сообщите ученикам, что Медицинский Комитет Специал Олимпикс Инк. определил некоторые виды спорта, которые опасны для здоровья атлетов, и такие виды в настоящее время запрещены в Специал Олимпикс.
  1. Легкая атлетика – копье, диск, молот, прыжки в высоту, тройной прыжок
  2. Водные виды спорта – Прыжки с платформы
  3. Гимнастика - Батут
  4. Лыжный Спорт – биатлон, акробатика
  5. Все восточные единоборства кроме дзюдо

6. Др.: рэгби, стрельба, фехтование, стрельба из лука

- Сообщите ученикам, что некоторые атлеты с синдромом Дауна также имеют Атланто-Осевую Нестабильность. Они не должны участвовать в следующих дисциплинах: гимнастика, прыжки в высоту, верховая езда, футбол, велосипедный спорт, прыжки в воду.
- Атланто-Осевая Нестабильность – это неправильное соединение двух верхних шейных позвонков С-1 и С-2. Сдвигание позвонка С-1 по отношению к позвонку С-2 приводит к атланто-осевому смещению. Это смещение, которое достаточно редко встречается у людей с синдромом Дауна, происходит спонтанно и может быть вызвано незначительной травмой. В результате происходит чрезмерное наружное смещение верхней части позвоночника и является опасным с медицинской точки зрения.

➤ **Другие Ограничения при Проведении Игр и Соревнований (Слайд #11)**

- Подчеркните, что все Программы Специал Олимпикс (от местной до национальной и до международной) должны обеспечить каждому участнику возможность участия в программе вне зависимости от его/ее финансового положения. Ни одна Программа Специал Олимпикс не берет плату за участие с атлетов или их семей.
- Сообщите ученикам, что ни одна Программа Специал Олимпикс не имеет право разрешить производителю или дистрибьютеру табачных или алкогольных изделий каким-либо образом ассоциировать название или торговую марку таких изделий с соревнованием Специал Олимпикс.
- Курение и распитие спиртных напитков атлетами и тренерами во время соревнований строго запрещены.
- Наличие национальных флагов у официальных представителей делегаций (атлетов, тренеров, официальных лиц) во время церемоний и соревнований Специал Олимпикс запрещено.
- Наличие коммерческой рекламы, кроме небольшого размера торговой марки производителя спортивного оборудования и формы, на атлетах и тренерах во время официальных церемоний Специал Олимпикс (открытия, закрытия, награждения) запрещено.

➤ **Специал Олимпикс Игры и Возможности для всех уровней способностей (Слайды #12 и #13)**

- Подчеркните уникальность Специал Олимпикс по отношению к другим спортивным организациям, которая заключается в том, что Специал Олимпикс дает доступ к спортивным тренировкам и соревнованиям атлетам ВСЕХ уровней способностей путем организации официальных соревнований разной степени сложности и трудности.
- В наличии есть модифицированные индивидуальные виды спорта. Например, ходьба (с поддержкой), плавание (с поддержкой), 10-метровый слалом в горнолыжном спорте.
- Индивидуальные соревнования по отдельным элементам командного вида спорта. В футболе – ведение мяча, удар, бег, бег и удар.
- Модифицированные командные виды спорта. Например, баскетбол 3-на-3, футбол 5-на-5.
- Соревнования проходят в соответствии с правилами Национального Управляющего Органа (НУО) данного вида спорта.

- Сообщите ученикам, что на уроке #4 будет рассмотрена программа Объединенный Спорт® (Unified Sports®), а Программа Развития Двигательной Активности (Motor Activity Training Program (МАТР)) будет рассмотрена на уроке #5 данного курса Специал Олимпикс.
- **Специал Олимпикс Игры и Соревнования: Уровни/Прогрессия/Терминология (Слайды #14 and #15)**
- Сообщите ученикам, что одной из главных задач Специал Олимпикс является предоставление атлетам возможности прогрессии с самого низкого уровня местного масштаба до крупных соревнований высокого уровня (соревнования местного, подпрограммного, национального и международного уровня).
  - Сообщите ученикам, что Программы Специал Олимпикс должны стараться организовывать несколько соревнований в год, а не только проводить национальные и государственные соревнования раз в год.
  - Программы Специал Олимпикс во всех странах должны использовать одинаковую терминологию для названия различных видов соревнований. Сообщите ученикам, что не рекомендуется использовать такие названия как Чемпионат или Региональный Кубок. Для отдельных видов спорта используются термины Встреча (для индивидуального вида спорта) и Турнир (для командного вида спорта). Специал Олимпикс не ведет подсчет медалей для командной классификации и не публикует статистики (национальной, региональной, международной).
- **Процедуры Санкций Специал Олимпикс**
- Сообщите ученикам, что Специал Олимпикс Инк. требует, чтобы все соревнования, проводимые под эгидой «Специал Олимпикс», были заранее санкционированы и проводились в соответствии с правилами Специал Олимпикс.
  - Все Всемирные Игры Специал Олимпикс должны быть санкционированы и одобрены Советом Директоров Специал Олимпикс Инк. после выполнения всех процедур санкций и анализа представления проекта от страны, подающей заявку.
  - Все Региональные Игры Специал Олимпикс должны быть одобрены Региональным Лидерским Советом Специал Олимпикс (например, Программы Восточной Азии-Китая) и утверждены Специал Олимпикс Инк.
  - Все Региональные многонациональные соревнования Специал Олимпикс, например, Турнир по футболу Программ Специал Олимпикс Восточной Азии-Китая, должен быть одобрен Комитетом по Спорту и Соревнованиям Специал Олимпикс Восточной Азии-Китая и утвержден (санкционирован) Лидерским Советом Специал Олимпикс Восточной Азии-Китая. Если Программа Специал Олимпикс хочет пригласить на соревнование до четырех иностранных делегаций, Программа Специал Олимпикс должна проинформировать своего Регионального Спортивного Директора о том, какие страны она хочет пригласить.
- **Система Дивизионирования Специал Олимпикс (Слайды #16 and #17)**
- Отметьте, что ИДЕЕЙ Специал Олимпикс является СИСТЕМА ДИВИЗИОНИРОВАНИЯ, которая подчеркивает уникальность Специал Олимпикс и отличие от других спортивных организаций.



- Атлеты должны быть отобраны на основе слепого жребия из числа занявших 1, 2, и 3 места в соответствии с установленной квотой Программы Специал Олимпикс.
- Отбор атлета для участия на более высоком уровне должен проходить в соответствии со Сводом Правил Специал Олимпикс, Статья I, Раздел AA.

## **Урок #4**

### **Объединенный Спорт® и Принцип Вовлечения**

#### **Цель Урока:**

- Обеспечить краткий обзор цели, истории, и структуры Специал Олимпикс Объединенный Спорт®

#### **Цели и Задачи:**

- Описать цель программы Объединенный Спорт® .
- Описать историю программы Объединенный Спорт® .
- Описать основную структуру программы Объединенный Спорт® .
- Обсудить способы формирования сбалансированных команд и предотвращения “доминирования”.
- Понять пути создания программы Объединенный Спорт® в обществе.
- Понять пути организации соревнования Объединенный Спорт® на местном уровне.

#### **Темы для Обсуждения:**

- Миссия Специал Олимпикс
- История программы Объединенный Спорт®
- Философия программы Объединенный Спорт®
- Структура программы Объединенный Спорт®
- Создание Баланса в Команде
- Организация программы Объединенный Спорт®
- Предоставление возможностей для участия в соревнованиях Объединенного Спорта®

#### **Материалы:**

- Объединенный Спорт® Общие Данные
- Руководство Объединенный Спорт®
- PowerPoint Презентация: Урок #4 Объединенный Спорт®

**Автор:** Мартин Е. Блок, Доктор Философии, Адъюнкт-профессор, Университет Вирджинии, США.

## Содержание:

Примечания относятся к PowerPoint Презентации: Урок #4 Объединенный Спорт®

### ➤ Миссия Специал Олимпикс (Слайд #2)

- Проводить в течение круглого года спортивные тренировки и соревнования по различным олимпийским видам спорта для детей и взрослых с отклонениями в умственном развитии, предоставляя им на постоянной основе возможность развивать свою физическую форму, проявлять мужество, испытывать радость и делиться достижениями, навыками и дружескими чувствами со своими семьями, другими спортсменами Специал Олимпикс и обществом в целом.

### ➤ Определение Специал Олимпикс Объединенный Спорт® (Слайд #3)

- Специал Олимпикс Объединенный Спорт® - это программа, которая объединяет приблизительно равное количество атлетов Специал Олимпикс и атлетов без отклонений в умственном развитии (партнеры) в спортивные команды для тренировок и соревнований.
- Подбор по критериям возраста и способностей атлетов и партнеров сформулирован в зависимости от вида спорта.
- Для простоты обращения в данной презентации используются следующие термины: «атлет» - это член команды Объединенный Спорт® с отклонениями в умственном развитии, «партнер» - это член команды без отклонений в развитии.

### ➤ Критерии Отбора Партнера (Слайд #4)

- Несмотря на то, что вышеупомянутое определение разрешает партнеров с отклонениями в развитии отличным от отклонений в умственном развитии, программа Объединенный Спорт® была разработана, чтобы обеспечить атлетов выбором спортивной программы, которая осуществляет полноценное присоединение к их сверстникам без отклонений в развитии.
- Цели программы Объединенный Спорт® достижимы, когда люди без отклонений в умственном развитии являются партнерами в команде. Несмотря на то, что человек с отклонениями в развитии может стать подходящим партнером. "Команды Специал Олимпикс Объединенный Спорт® ни в коем случае не должны состоять исключительно из людей с отклонениями в развитии, - заявил Тим Шрайвер, Президент и Главный Исполнительный Директор, Специал Олимпикс Инк. на Специал Олимпикс Конференции на высшем уровне в Рали, Северная Каролина, 1998.

### ➤ Правила (Слайд #5)

- Как правило, в Специал Олимпикс действуют правила, принятые Национальным Органом Управления (НОУ) данного вида спорта, если только они не находятся в конфликте с поправками Специал Олимпикс. Обратитесь, пожалуйста, к Официальным Спортивным Правилам Специал Олимпикс за последней информацией. Требования правил Объединенный Спорт®:

- 1) **Состав команды, содержащий пропорциональное число атлетов и партнеров.** Не смотря на то, что точное распределение мест в составе не

определено, общепринято, что, например, состав баскетбольной команды, содержащий восемь атлетов и двух партнеров, не соответствует цели программы.

- 2) **Стартовый состав во время соревнования, состоящий 50/50 из атлетов и партнеров.** Команды, состоящие из нечетного числа игроков (например, футбол с 5-ью игроками в команде), всегда включают на одного атлета больше, чем партнера.
- 3) **Дивизионирование команд для соревнований основывается прежде всего на уровне способностей.** В командных состязаниях разделение по дивизионам основано на лучших игроках в составе команды, а не на среднем уровне способностей всех игроков.
- 4) **Все члены команды получают награды Специал Олимпикс.** Официальный поставщик наград Специал Олимпикс предоставляет медали и ленты специально для Объединенный Спорт®. Каждая программа имеет выбор использования этих наград или "обычных" наград Специал Олимпикс.
- 5) **В командных видах спорта должен быть взрослый, не играющий тренер.** Играющие тренеры не разрешаются в командных видах спорта.

➤ **История Специал Олимпикс Объединенный Спорт® (Слайд #6)**

- **Программа «Интеграции» по Софтболу в Штате Массачусетс, 1983**  
Концепция Объединенный Спорт®, первоначально называемая "интегрированный спорт", была представлена вниманию основательницы Специал Олимпикс Юнис Кеннеди Шрайвер в 1983 году во время Национальной Конференции Специал Олимпикс в Парк Сити, Штате Юта. Идея возникла в Специал Олимпикс Массачусетс-США в связи с изменениями, происходившими в области отклонений в умственном развитии. Многие люди с отклонениями в умственном развитии покидали учреждения, в то время как Министерство Штата Массачусетс по Вопросам Отклонения в Умственном Развитии и другие организации пытались повлиять на общество принять этих людей. Большинство директоров организаций и власти были заинтересованы в программах, которые соединили бы людей с отклонениями в умственном развитии с людьми без таковых.
- **Гранты, предоставляемые Специал Олимпикс Инк. для финансирования Экспериментальных Проектов, 1988 год.**  
Главное управление Специал Олимпикс обеспечивает начальный грант нескольким штатам для организации местных лиг программы Объединенный Спорт® по софтболу, волейболу, баскетболу и футболу.
- **Всемирное внедрение в командные виды спорта, 1989 год.**  
Во время конференции в Чарлстоне, Штате Южная Каролина, США Специал Олимпикс объявляют признание программы Объединенный Спорт® официальной программой Специал Олимпикс в командных видах спорта.



- **Соревнования Объединенный Спорт® во время Всемирных Летних Игр Специал Олимпикс, 1991 год.**  
Первое международное соревнование Объединенный Спорт® проводится по софтболу, волейболу, футболу и боулингу во время Всемирных Летних Игр Специал Олимпикс в Штате Миннесота, США.
- **Официальные Спортивные Правила Специал Олимпикс включают правила программы Объединенный Спорт® для всех видов спорта, 1996 год.**  
Комитет Спортивных Правил Специал Олимпикс принимает правила Объединенного Спорта® для каждого официального вида спорта.
- **Польза программы Специал Олимпикс Объединенный Спорт® (Слайд #7)**
- Специал Олимпикс Объединенный Спорт® является дополнительным средством для внедрения и выполнения миссии Специал Олимпикс. Команды построены таким образом, чтобы обеспечить возможности тренировок и соревнований, которые бросают вызов атлету и вовлекают всех атлетов. Эти возможности часто приводят к улучшенным спортивным навыкам, более высокому чувству собственного достоинства, равному статусу среди сверстников и новой дружбе.
- **Повышение Спортивного Мастерства:** Участники имеют возможность под руководством квалифицированных тренеров повышать свое мастерство в конкретных видах спорта
- **Опыт Участия в Соревнованиях:** Атлеты, которые участвуют в программе Объединенный Спорт® получают новые физические и умственные вызовы со стороны спорта и становятся лучше подготовленными, чтобы участвовать в школьных или районных спортивных командах вне Специал Олимпикс.
- **Содержательная роль:** Правила и руководства программы Объединенный Спорт® по разделению участников на группы в соответствии с их возрастом и способностями способствует тому, что все члены команды играют ценную и содержательную роль в команде.
- **Участие в жизни общества:** Программы Объединенного Спорта® получают ценную помощь от оздоровительных центров, школ, юношеских спортивных клубов и многих других общественных спортивных организаций. Такое партнерство дает людям с отклонениями в умственном развитии еще одну возможность участия в жизни общества.
- **Просвещение общественности:** Объединенный спорт способствует просвещению общественности относительно индивидуальности, навыков и способностей людей, имеющих отклонения в умственном развитии.
- **Участие Семьи:** Семьи атлетов Специал Олимпикс получают ценную возможность участвовать как партнеры или тренеры. Необходимо осторожно подходить к отбору родителей для участия в команде Объединенный Спорт® в роли партнера. В некоторых видах спорта (например, гольф, теннис, боулинг) быть в команде с родителем - это вполне нормально. Однако, в других видах спорта присутствие родителей в команде может быть неприемлемо по критерию возраста и может противоречить директивам о равенстве членов команды.
- **Развитие личности:** Участие в спортивных занятиях одной командой благодаря духу равенства и командной общности способствует повышению чувства

собственного достоинства у членов команды, развивает дружеские отношения между ними и помогает им оценить способности друг друга.

- **Переход и Выбор:** Через Объединенный Спорт® атлеты Специал Олимпикс получают возможности участвовать в спортивных соревнованиях вне Специал Олимпикс и делах общества. Программы Объединенный Спорт® предоставляют помощь школам в процессе перехода и выбора и обеспечивают альтернативные варианты для как уже зарегистрированных со Специал Олимпикс атлетов, так и для новых.

➤ **Исследования (Слайд #8)**

- Благодаря финансовой поддержке Специал Олимпикс Инк. и Фондов Рождественских Грантов были начаты два отдельных исследовательских проекта, целью которых было лучше понять успех, эффективность, и потенциальные барьеры на пути Специал Олимпикс Объединенный Спорт®. Специал Олимпикс Объединенный Спорт® Проект, проводимый Университетом Западного Мичигана, США (1996-2000) представляет собой четырехлетнее всеохватывающее исследование, сфокусированное на работе лиг Объединенный Спорт®, имеющих место в учебной структуре Университета. Был проведен анализ отношения партнера, поведения тренера и успеха атлета-участника.
- Центр Социального Развития и Образования при Университете Штата Массачусетс в Бостоне, США и Отдел Специального Образования при Университете Штата Юта, США провели объединенный проект под названием «Национальная Оценка Программы Специал Олимпикс Объединенный Спорт®» (2000-2001). Целью оценки на национальном уровне явился анализ понимания ключевыми спонсорами (члены правления штата, атлеты, члены семей, партнеры и тренеры) их обязательств по отношению к концепции Объединенный Спорт® и общий уровень удовлетворения программами Объединенный Спорт®.

➤ **Выводы на основании проведенных Исследовательских Проектов**

- Во-первых, можно заявить со всей определенностью, что Объединенный Спорт® оказывает положительное воздействие на всех участников. Атлеты и партнеры программы Объединенный Спорт® способны значительно улучшить свои спортивные навыки, в то время как структура программы и подбор участников обеспечивают содержательное участие и обучение.
- Партнеры отмечают, что они лучше понимают термин «отклонения в умственном развитии» и им нравится принимать участие в программе Объединенный Спорт® вместе с членами команды, особенно с атлетами с отклонениями в умственном развитии. Специал Олимпикс требует от участников прохождения начальной ориентации и обязательной подготовки тренеров для того, чтобы предотвратить отрицательный опыт как побочный продукт, вызванный неопытностью, недостатком знаний или сложностями программы.
- Атлетам, принимающим участие в программе Объединенный Спорт®, очень нравится программа, и они вероятнее всего будут продолжать в ней участвовать. Первичными причинами преданности программе являются следующие факторы: общение и личный вклад. Источники приверженности спорту атлетов Объединенный Спорт® подобны другим юным атлетам спорта, а именно радость и веселье, дух соревнования и гордость личным выступлением.

- Значительное влияние на рост и успех программ Объединенный Спорт® имеют преданность и отношение руководства организации. Когда штатные сотрудники национальной программы Специал Олимпикс считают, что существующие ресурсы данной программы иссякают, что существует угроза традиционным программам, что это не способствует выполнению миссии движения, тогда отношение к программе Объединенный Спорт® очень холодное. С другой стороны, когда программа Объединенный Спорт® воспринимается как важное новое направление, способное достигать до новых атлетов, тогда программа процветает.
- Все данные указывают на факт, что концепцию "партнер" очень трудно осуществить. В то время как отношения между атлетом и партнером считаются основополагающими в обучающих материалах программы Объединенный Спорт®, уровень удовлетворения атлетов, партнеров и членов семей не привязан к тому, "кто является партнером". Как таковые, эти примеры указывают, что удовлетворение участников на местном уровне может быть больше связано с гибкостью определения партнера, чем со строгой приверженностью критериям соответствия.

#### ➤ Критерии Успеха (Слайд #9)

- Специал Олимпикс приняли программу Объединенный Спорт® в 1989, чтобы расширить спортивные возможности для атлетов, ищущих новые вызовы и в тоже время существенно увеличить их включения в общество. Обширные практические опыты продемонстрировали, что вероятность того, что команды Объединенного Спорта® выполняют цели программы, увеличивается, когда следующие критерии выполнены.
  - **Правильный выбор спорта:** Различные факторы влияют на решение о выборе вида спорта для тренировок и соревнований Объединенный Спорт®. Эти факторы включают: наличие квалифицированных тренеров, уровни способности потенциальных атлетов и партнеров, финансы, условия и возможности для соревнования.
  - **Квалифицированные тренеры возглавляют программу:** Команды Объединенный Спорт® должны быть организованы под руководством обученных тренеров, которые понимают принципы и правила программы Объединенный Спорт®, методы, стратегии и тренировочный режим избранных видов спорта.
  - **Выбор подходящих членов команды:** Способность и возможность каждого участника внести вклад в успех команды является фундаментальным в Специал Олимпикс. Члены команды должны обладать необходимыми навыками для того, чтобы участвовать в команде Объединенный Спорт® и не подвергать чрезмерному риску себя или других. Кроме того, члены команды должны быть подобраны по критерию возраста и способности в соответствии с требованиями вида спорта.
  - **От качества тренировок к соревнованию:** Все члены команды Объединенный Спорт® должны закончить как минимум восемь недель тренировок (практика, тренировочные игры и соревнования на уровне лиг) перед кульминационным моментом - чемпионатом.

- **Следование правилам Объединенного Спорта®:** Все соревнования Объединенного Спорта® должны проводиться согласно Официальным Спортивным Правилам Объединенный Спорт®, включая распределение команд Объединенный Спорт® в соответствующие дивизионы по критериям возраста и способности.

➤ **Факторы при Выборе Вида Спорта (Слайд #10)**

- Первый шаг в развитии программы Объединенный Спорт® - это выбор вида спорта. Существует большое количество факторов, которые могут влиять на решение о том, какой вид спорта может быть предложен на выбор в программе Объединенный Спорт®. Они включают:
  - Готовность и интерес атлета
  - Условия, расписание и финансы
  - Наличие квалифицированных тренеров
  - Уровни способностей потенциальных атлетов и партнеров
  - Возможности для соревнования
- Важно признать, что выбор вида спорта зависит от атлетов и партнеров, которые необходимы для успешного проведения программы.

➤ **Выбор Вида Спорта (Слайд #11)**

- Используйте этот слайд, чтобы обсудить переменные, обсуждаемые в предыдущем слайде с примерами видов спорта.
  - Обсудите переменные в отношении командных видов спорта.
  - Обсудите переменные в отношении индивидуальных видов спорта.
  - Обсудите вопросы возраста и способностей более подробно
- В то время, как наибольшая польза от участия в Специал Олимпикс достигается, когда атлеты и партнеры имеют одинаковые возраст и способности, существует некоторая гибкость в зависимости от выбранного вида спорта. На основании сущности, характеристик и командной динамики, виды спорта были выделены в две группы, каждая с уникальным стандартом соответствия по критериям способности и возраста.
- **Баскетбол, Бадминтон, Хоккей на Полу, Футбол, Софтбол, Настольный Теннис, Гандбол (Команда), Теннис, Волейбол**

Отбор атлетов и партнеров по критериям одинакового возраста и способности является **существенным** для тренировок и соревнований Объединенный Спорт® по этим видам спорта. Хотя модификации правил были осуществлены, чтобы снизить различия между атлетами и партнерами, отрицательный опыт соревнований и более высокий риск травмы могут стать следствием неадекватного подбора атлетов и партнеров в командах.

- **Горнолыжный спорт, Водные виды спорта, Лёгкая Атлетика, Боулинг, Бочче, Лыжный спорт, Велосипедный спорт, Конный Спорт, Фигурное катание, Гольф, Гимнастика, Тяжелая Атлетика, Катание на Роликах, Плавание, Конькобежный Спорт, Сноушунг**

Отбор атлетов и партнеров по критериям одинакового возраста и способности **предпочтителен**, но не является самым главным для тренировок и соревнований Объединенный Спорт® по этим видам спорта. Хотя подбор по критериям способностей не является самым главным в этих видах спорта, это может улучшить качество тренировок и соревнований. В связи с элементом соперничества, присущим данным видам спорта, существует минимальный дополнительный риск травмы, в случае неадекватного подбора атлетов и партнеров в командах по критерию способностей.

Команды Объединенный Спорт® должны быть построены таким способом, чтобы обеспечить такие условия для тренировок и соревнований, какие позволят бросить значимый вызов атлетам и вовлекут всех участников (атлетов и партнеров). Возможности часто приводят к улучшенным спортивным навыкам, более высокому чувству собственного достоинства, равному статусу с ровесниками и новой дружбе.

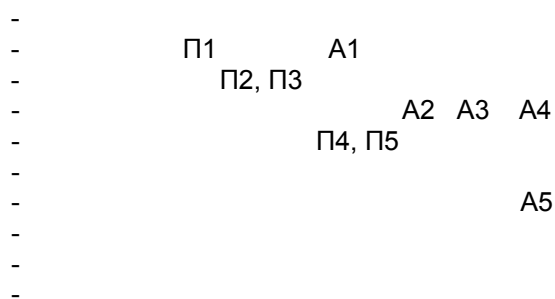
➤ **Структура Графика Командных Видов Спорта (Слайды #12, #13 и #14)**

- При наборе команды Специал Олимпикс желательно, чтобы атлеты и партнеры были схожи по уровням способности, как сказано в программе Объединенный Спорт®. Но это не всегда достижимо. Вниманию предлагаются три различных модели для состава команды Объединенный Спорт®.

**МОДЕЛЬ ОДНОРОДНОГО СОСТАВА (Слайд #12)**

*Уровень Способностей*

Высокий



Низкий

ПАРТНЕРЫ

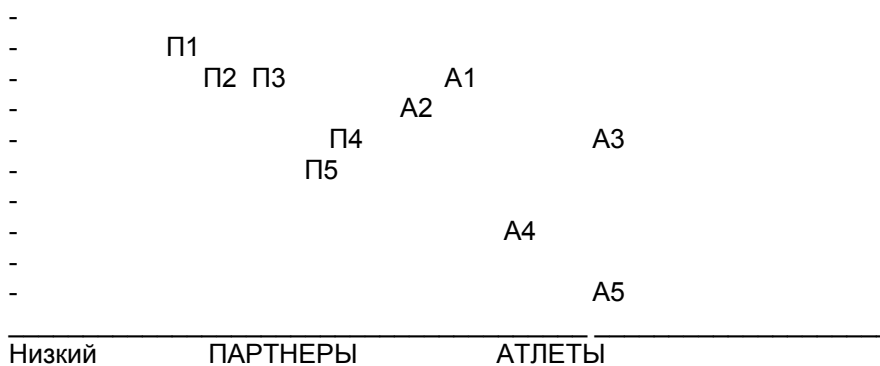
АТЛЕТЫ

Примечание: Это - образцовый состав команды Объединенного спорта®. Все участники (партнеры и спортсмены Специал Олимпикс) имеют одинаковые или взаимодополняющие навыки. Если посмотреть на выступление такой команды на соревнованиях, отличить партнеров от спортсменов Специал Олимпикс будет трудно.

### МОДЕЛЬ СМЕШАННОГО СОСТАВА (Слайд #13)

Уровень Способностей

Высокий

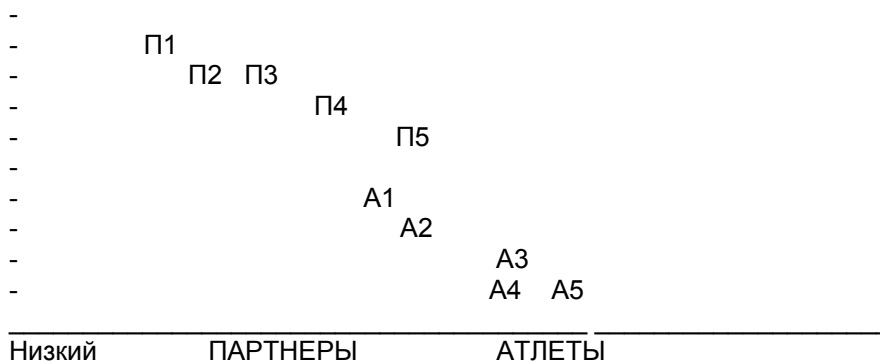


Примечание: Это - приемлемый состав команды Объединенного спорта®. Несколько спортсменов Специал Олимпикс имеют способности, соразмерные со способностями партнеров, и могут вносить свой вклад в выступление команды. Все члены команды с низким уровнем способностей должны принимать участие в соревнованиях в соответствии с правилами и условиями соревнований по данному виду спорта. Безопасность является важным обстоятельством для атлетов без необходимых навыков для участия.

### ТРЕНИРОВОЧНАЯ МОДЕЛЬ (Слайд #14)

Уровень Способности

Высокий



Примечание: Такой состав команды не подходит для соревнований по программе Объединенный спорт. Все партнеры имеют гораздо более высокий уровень спортивного мастерства по сравнению со спортсменами Специал Олимпикс. Они должны существенно образом адаптировать свой уровень для того, чтобы принимать участие в соревнованиях. Эта модель может использоваться для подгрупп на тренировочных занятиях, что принесет спортсменам Специал Олимпикс пользу, позволив лучше подготовить их к традиционным Специал Олимпикс соревнованиям. Официальные медали и ленты Специал Олимпикс за участие в соревнованиях среди подобных подгрупп не вручаются. Специал Олимпикс Инк. признают, что программам необходимо развивать несоревновательные возможности для команд, которые не выполняют подбор по критериям соответствия способности и возраста. Эти возможности должны быть созданы, чтобы увеличить развитие спортивных навыков и популяризировать будущее участие в традиционной программе Объединенный Спорт®.

➤ **Национальные Стандарты для Тренеров (Слайд #15)**

- При содействии Национальной Ассоциации Спорта и Физической Культуры (NASPE), члена Американского Союза Здоровья, Физической Культуры, Отдыха и Танцев (AANPERD) в США эти стандарты были разработаны в результате национального проекта, который задействовал спортивные организации. Спортивные организации включали в себя Национальные Управляющие Органы и молодежные организации. Эти стандарты разделены на восемь областей и включают то, что тренеры должны знать и демонстрировать.
  - **Философия и Этика:** демонстрировать соответствующее достойное спортивное поведение, знание миссии Специал Олимпикс.
  - **Рост и Развитие:** определить и соответствующим образом составить планы для атлетов с индивидуальными различиями в физических, познавательных и эмоциональных стадиях развития.
  - **Обучение и Общение:** использовать такие методы взаимодействий с атлетами, которые помогут более полному развитию атлетов.
  - **Навыки и Знание Тактики:** знать спорт, индивидуальные способности, командную тактику, правила, традиции.
  - **Организация и Администрация:** знать и выполнять все обязанности тренера с юридической точки зрения, особенно первую медицинскую и скорую помощь.
  - **Безопасность и Предотвращение Травм:** установить, требовать и контролировать безопасное поведение, условия, оборудование и профилактические проверки.
  - **Физическая Подготовка:** использовать соответствующие условия для поддержания формы и спортивного мастерства.
  - **Оценка:** оцените игрока, тренера, команду, а также силы и слабости противника.

➤ **Тренеры высшего класса Объединенный Спорт® и Директивы для Тренеров (Слайд #16)**

- Тренер – это самый важный человек в команде для достижения успеха в программе Объединенный Спорт®. Эффективный и успешный тренер - это не просто тот, кто помогает команде выиграть. Одинаково важен его или ее вклад в обучение, улучшение и применение спортивных навыков, создания духа товарищества, проявление достойного спортивного поведения в спортивной жизни и в повседневной, а также помощь в развитии положительных характеристик во всех членах команды. Тренер также играет критическую роль в тщательном отборе атлетов, которые подбираются по соответствующим критериям возраста и способности, как определено видом спорта. Хорошие тренеры:
  - Обеспечивают вклад в команду всеми атлетами
  - Позволяют атлетам строить связи через другие занятия
  - Строят тренировки таким образом, чтобы подзадорить каждого члена команды
  - Соотносят способности игрока с его ролью в команде

- Управляют доминированием игрока путем максимизации силы атлетов низкого уровня способности с тактикой команды

➤ **Руководство для Тренеров (Слайд #17)**

- **Получить знания:** Тренеры должны обладать глубокими знаниями спорта и правил. Кроме того, тренеры должны быть способны применить эти знания на практике и в условиях соревнований. Тренеры должны получить сертифицированное образование, чтобы повысить уровень знания спорта, новых практических занятий, игровых стратегий и делиться идеями с другими тренерами.
- Партнеры должны быть отобраны на основании способностей и возраста, сходных со способностями и возрастом других членов команды. Кроме того, партнеры должны понимать свою роль в качестве членов команды, принимать участие в программе с максимальной отдачей и вести себя по-спортивному.
- **Тренеры не должны играть:** Командные виды спорта (баскетбол, софтбол, футбол) требуют неиграющего главного тренера. В этих видах спорта преимущество отдается тому, чтобы тренер управлял взаимодействием между членами команды. Наличие неиграющего тренера помогает предотвратить потерю тренером своей существенной роли.
- **Постоянный Тренировочный Процесс:** Каждый тренер должен поощрять всех членов команды за регулярную посещаемость тренировок. Это ведет к улучшенным спортивным навыкам, увеличенному командному взаимодействию и усовершенствованному выступлению в время тренировок и игр. Тренер должен разработать план тренировки, который включает разминку, растяжку, развитие спортивных навыков, стратегии, участие в соревновании и восстановление. Каждый атлет должен получить минимум полтора часа командной практики в неделю под руководством квалифицированного тренера. Лучше, конечно, тренироваться чаще чем один раз в неделю. Также необходимо развить минимальные стандарты для количества тренировок, которые каждый член команды должен посетить, чтобы участвовать в соревнованиях.
- **Тренировать каждого в команде:** Каждый член команды (атлеты и партнеры) извлечет выгоду из указаний квалифицированного тренера. Найдите способы вовлечь каждого члена команды в создание условий, развитие навыков и командного взаимодействия.
- **Требования выработки командного духа:** Для вовлечения всех членов команды, никто не должен доминировать в соревновании, это нарушает философию программы Объединенный Спорт®. Твердый подход к вопросу командного взаимодействия должен присутствовать от первой тренировки до финального соревнования.
- **Демонстрировать спортивное поведение и ожидать того же от атлетов:** Способствуйте развитию дружеских отношений в команде за пределами арены соревнования. Девиз программы Объединенный Спорт®: “Во время игры мы - члены команды, после игр мы - друзья.”



➤ **Отбор Игроков (Слайд #18)**

- Ключ к успешному развитию команды Объединенный Спорт® - правильный выбор членов команды (пропорциональное количество атлетов и партнеров). Главные аспекты:
  - Команды Объединенного спорта® выступают лучше всего тогда, когда все члены команды имеют **одинаковый уровень спортивного мастерства**. Партнеры, которые по своим способностям превосходят других членов команды, будут либо контролировать соревнование, либо приспосабливаться к другим, не выступая в полную меру своих сил. В обоих случаях цели взаимодействия и работы в команде не будут достигнуты, а опыт участия в настоящем соревновании не будет получен. Большую помощь в определении уровня способностей участников оказывает Система оценки спортивного мастерства, применяемая Специал Олимпикс, особенно для недавно сформированных команд. Однако оценка спортивного мастерства должна осуществляться в сочетании с оценкой игроков в условиях соревнования.
  - **Разделение по возрасту:** Все члены команды должны иметь приблизительно одинаковый возраст с разницей в пределах от трех до пяти лет для участников в возрасте от 21 года и младше, и в пределах десяти-пятнадцати лет для спортсменов от 22 лет и старше. Например, в футболе 8-летний не должен играть против 30-летнего атлета. Однако, в индивидуальном виде спорта, например, в гольфе, большая разница в возрасте может быть приемлема.
  - **Подготовленность:** Все члены команды должны обладать навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по данному виду спорта. Не каждый спортсмен готов принимать участие в программе Объединенный спорт®. Участие в командных видах спорта требует понимания принципов выступления в команде, стратегии команды и правил, а также обладания мастерством, необходимым для успешного выступления в данном виде спорта. Помимо программы Объединенный спорт® Специал Олимпикс предлагает ряд других программ, которые обеспечивают тренировку функциональных спортивных навыков и полезный опыт участия в соревнованиях.
  - **Outreach:** Участниками могут быть новые или уже существующие атлеты Специал Олимпикс. Программа Объединенный Спорт® особенно привлекательна для школ и организаций социальной поддержки, которые уделяют особое внимание принципу включения. Кроме того, программа Объединенный Спорт® подходит для атлетов с более высоким уровнем способностей.

➤ **Принципы Значимого Участия (Слайд #19)**

- Объединенный Спорт® охватывает философию и принципы Специал Олимпикс. Следовательно, команды Объединенный Спорт® организованы, чтобы обеспечить значимое вовлечение всех участников. Каждый член команды должен играть существенную роль и иметь возможность внести вклад в дело команды.
- Значимое участие также относится к качеству взаимодействия и соревнования в рамках команды Объединенный Спорт®. Достижение значимого участия всеми участниками команды гарантирует положительный и полезный опыт для каждого.

### **Показатели Значимого Участия**

- Члены команды соревнуются без чрезмерного риска получения травм для себя или другим.
- Члены команды не нарушают правила соревнования.
- Члены команды вносят свою лепту в выступление команды.
- Члены команды знают пути сочетания своих навыков с навыками других атлетов для улучшения результатов атлетов с низким уровнем способностей.

### **Значимое участие не достигнуто, когда определенные члены команды (обычно партнеры):**

- Обладают спортивными навыками превосходящими навыки их товарищей по команде.
- Выступают на поле скорее в роли тренеров, чем товарищей по команде.
- Контролируют большинство аспектов соревнования в критические моменты игры.
- Не посещают тренировки регулярно, а только появляются в день соревнования.
- Занижают свой уровень способности, чтобы не нанести травму другим атлетам или полностью контролировать игру.

### ➤ **Рекрутирование Партнеров (Слайд #20)**

- При рекрутирование людей, знакомых со Специал Олимпикс или нет, важно планировать подход так, чтобы партнеры вносили вклад в успех программы.
- Самый легкий подход - это общий подход «*варм боди*» («заинтересовать большое количество людей»). Этот подход используется, когда вы даете объявление о наборе партнеров в рекламном проспекте, листовке или иным способом. Хотя такой подход может дать вам наибольшее количество кандидатов, вы должны тщательным образом проверить заинтересованных кандидатов и сообщить некоторым из них, что они не соответствуют профилю вашей команды (возраст, способности, отношение).
- Наиболее подходящий подход – это *целенаправленный* подход. При таком подходе необходимо тщательно определить "типы" партнеров, соответствующих команде и пригласить наиболее подходящих. При использовании целенаправленного подхода, необходимо ответить на следующие вопросы, прежде чем вы пригласите на встречу кандидатов:
  - Какие навыки и отношение необходимы, чтобы быть партнером в этой команде? Если бы мы нарисовали картину партнера, какой подошел бы для нашей команды, как бы он выглядел? (Возраст, пол, способности, хобби, занятия, интересы и др.)
  - Основываясь на данное описание, определите, где мы можем найти таких людей? (Подумайте о местах работы, уровне образования, досуге, любимых газетах и журналах, местах проживания таких людей).
  - Как мы можем мотивировать таких людей? (Улучшение физической формы, общение, помощь обществу, возможность встретить новых людей, путешествие, и т.д.)

- Где рекрутировать партнеров
  - **Семья и друзья:** Определить группы атлетов Специал Олимпикс соответствующего уровня и попросить их семьи, друзей и знакомых участвовать.
  - **Школы:** Определить школьные программы, возглавляемые преподавателем или тренером, которые рекрутировали бы учеников в пределах школы для участия.
  - **Университеты и институты:** Определить учебные программы по физкультуре, спорту или специальном образовании и предложить участие в Объединенном Спорте® как один из путей прохождения практики или возможности стать добровольцем.
  - **Места проживания:** Определите людей, которые занимаются спортом в данной местности и попросите их принять участие в работе команды Объединенный Спорт®.

#### ➤ **С Чего Начать? (Слайд #21)**

- **Существующие Команды Специал Олимпикс**

- Если у вас есть группа спортсменов Специал Олимпикс и вы хотите сформировать команду по программе Объединенный спорт®, одним из первых источников, где следует искать партнеров, является личная жизнь этих спортсменов, их семьи и друзья. Попросите спортсменов Специал Олимпикс и их родителей назвать потенциальных партнеров. Подчеркните необходимость того, чтобы партнеры имели те же способности, что и спортсмены Специал Олимпикс. Это - традиционно наиболее легкий способ начального привлечения партнеров. Если вы даете объявление о наборе партнеров, пользуйтесь такими выражениями, как «начинающий», «опыт не требуется» или «для овладения новым видом спорта», чтобы избежать привлечения людей с высоким уровнем спортивного мастерства.
- Наметьте день, когда все партнеры и спортсмены Специал Олимпикс смогут пройти тесты Оценки спортивного мастерства и принять участие в минисоревновании для того, чтобы определить какие партнеры являются наилучшими кандидатами в вашу команду. Помните, вы окажете своей команде плохую услугу, если наберете партнеров с более высоким уровнем способностей, чем у спортсменов Специал Олимпикс. Тех партнеров, которые не будут соответствовать определенному уровню спортивного мастерства, важно переориентировать.
- Если вам требуются дополнительные партнеры, следующим местом поиска является ваша местная сеть добровольных помощников Специал Олимпикс. Попросите этих добровольных помощников стать партнерами или узнайте у них имена потенциальных кандидатов в члены команды. Обращаясь с этой целью к добровольным помощникам, предоставьте им описание общего уровня способностей членов вашей команды, чтобы они смогли понять, какого типа люди вам нужны. Хорошими источниками партнеров могут быть, например, церковные группы, клубы по интересам, организации скаутов.

- После набора новых потенциальных членов команды, наметьте тренировочное занятие и определите их уровень через тесты Оценки спортивного мастерства и проведение мини-соревнования. И снова, важно установить тех партнеров, которые имеют способности, сходные со способностями остальных членов команды. Получение содержательного опыта для всех участников обеспечит в дальнейшем работа тренера или руководителя программы.

- **Программы на базе школы**

- Создавая команду Объединенного спорта в школе, чрезвычайно важно привлечь к участию преподавателя физкультуры и/или другого преподавателя, который знает уровень спортивного мастерства и физической подготовки учащихся. Эти преподаватели дадут ценную информацию о тех учащихся, которые смогут стать отличными партнерами и сами получить пользу от участия в программе.
- Как правило, наиболее хорошими партнерами могут стать те учащиеся, которые имеют заинтересованность в занятиях спортом, но не имели возможности участвовать в соревнованиях между школами в данном виде спорта или спорте, требующем подобных навыков. Основными кандидатами в партнеры будут учащиеся, которые принимали участие в соревнованиях внутри школы и оздоровительных спортивных программах и ищут дополнительные возможности занятий спортом.
- При наборе учащихся важно подчеркнуть пользу от участия в команде Объединенного спорта® и закрепить за программой в школе почетный статус. Кроме того, важно, чтобы эти учащиеся понимали, что они такие же члены команды, как и спортсмены Специальной Олимпиады, и не действовали на спортивной площадке в качестве тренеров.
- Другим источником партнеров могут быть те учащиеся, которые хотят в будущем работать в области специального образования, лечебной физкультуры или общественных программ. Эти учащиеся могут и не быть высококвалифицированными спортсменами, однако из них, как правило, получают отличные партнеры.
- После того как партнеры будут набраны, наметьте первое занятие, на котором спортсмены и партнеры пройдут тесты Оценки спортивного мастерства. Дополнительно проведите мини-соревнование. И снова, те партнеры, способности которых будут выходить за уровень способностей команды, не должны принимать участия в программе, им, однако, следует предложить работу в качестве помощников тренеров. Продолжайте набор до тех пор, пока не добьетесь желаемого состава команды, члены которой будут иметь одинаковый уровень способностей.
- Школьная обстановка требует определенных усилий для того, чтобы программа Объединенный спорт® были принята школьной общественностью. Опыт участия в программе будет новым как для учащихся, так и для школы. Таким образом, потребуются предпринять определенные меры к тому, чтобы продемонстрировать значение команды Объединенного спорта® и вызвать у школы чувство гордости за нее. Одним из способов содействия тому, чтобы программа была принята, является демонстрация поддержки извне - со стороны тренеров и членов межшкольных спортивных команд путем организации соревнований по программе Объединенный спорт с другой школой

до проведения школьных соревнований. Все члены команды Объединенного спорта® должны почувствовать, что являются важной частью спортивной программы школы.

#### • **Программы на местах**

- При создании команды Объединенный Спорт® как части существующих местных спортивных лиг, выявите, кто из местных игроков заинтересован в участии в соревнованиях в данной лиге, но в данный момент не является членом никакой команды. С помощью руководителя лиги определите тех людей, которые уже спрашивали о возможности участия в соревнованиях. Это ваш первый шаг.
- Ваш второй шаг – сотрудничество с тренерами и членами уже существующих команд лиги по вопросу привлечения в вашу команду их друзей и коллег по работе. Это будут люди, уровень способностей которых не позволяет им заниматься спортом на таком же высоком уровне, как и их друзья и коллеги по работе. Однако, у них есть интерес участвовать в соревнованиях.
- На основе полученных результатов свяжитесь с потенциальными партнерами и опишите им смысл и философию программы Объединенный Спорт, и дайте характеристики партнеров, которых вы ищете. Организуйте тренировку партнеров и атлетов и проведите тест оценки спортивных навыков. После получения результатов вы можете официально пригласить новых партнеров, уровень которых оказался практически одинаковым с атлетами, стать членами команды. Всегда очень тяжело отвергать кандидатуры партнеров с более высоким уровнем способностей, однако, следует помнить, что основная задача – это обеспечение значимого полноценного участия для всех участников, что в данном случае не происходит. Вы можете спросить таких кандидатов об их желании принимать участие в деятельности команды в роли помощников тренера.

#### ➤ **Руководство для Членов Команды (Слайд #22)**

Лучшей командой является та команда, все члены которой играют в ней содержательную роль и вносят свой вклад в успех команды. Ниже приводятся некоторые ключевые элементы успеха команды Объединенного спорта:

- **Верность команде:** Быть членом команды – значит не только радость и веселье, а и ответственность. Каждая команда Специал Олимпикс Объединенный Спорт® должна тренироваться вместе на протяжении как минимум четырех недель до участия в соревнованиях. Тренировки играют важную роль в физическом развитии, развитии спортивных навыков, стратегий, командных взаимодействий и командного духа. Каждый член команды должен присутствовать на тренировках.
- **Знать Правила:** Все соревнования по программе Объединенный спорт® Специальной Олимпиады проводятся в соответствии с конкретными правилами. Изучение этих правил и их соблюдение во время соревнований обеспечивает получение положительного опыта.
- **Делать все от себя зависящее:** Каждый член команды Объединенного спорта® должен принимать участие в соревнованиях в составе команды с максимальной отдачей. Партнер, который доминирует в соревновании, выступая с максимальной

отдачей, должен переводиться в команду, более подходящую для его уровня способностей. Вместо него тренер должен взять другого партнера, уровень способностей которого совпадает с уровнем других членов команды.

- **Быть другом:** Тренировочные занятия и соревнования - лишь часть спортивного опыта. Используйте время до и после спортивных занятий для того, чтобы узнать новых членов команды и установить с ними дружеские отношения.
- **Быть членом команды, а не тренером:** Большинству команд Объединенного спорта® требуется неиграющий взрослый тренер, ответственный за состав команды и ее выступление во время соревнований. Обязанностью партнера является установление равных отношений с другими членами команды и выступление на соревнованиях в рамках, установленных тренером.
- **Отправляться в поездки и останавливаться вместе с командой:** Когда команда Специал Олимпикс Объединенного спорта® отправляется на игру, турнир или соревнование, все члены команды должны ехать вместе и вместе посещать различные мероприятия. Например, Церемонии Открытия, Олимпийский Городок, Дискотеки и Семинары (Клиники). Если команда останавливается на ночь, все члены команды должны быть размещены в одной гостинице. Разделение по комнатам делает тренер с учетом пожеланий членов команды.
- **Вести себя достойно**

➤ **Достойное спортивное поведение (Слайд #23)**

- Достойное спортивное поведение характеризуется приверженностью к честной спортивной борьбе и искренней заинтересованностью в успехах других игроков. Примеры достойного спортивного поведения на соревнованиях всегда должны быть отмечены. Все члены команды должны понимать, что вне зависимости от их роли в команде, они каким-либо образом влияют на других членов команды. Поэтому очень важно, чтобы все члены команды достойно себя вели.

**Требования к Тренерам:**

- Обучить членов команды принципам достойного спортивного поведения и сделать данный аспект приоритетным.
- Уважать решения судей, следовать правилам проведения соревнования и вести себя спокойно.
- С уважением относиться к другим тренерам, руководителям, участникам соревнований и зрителям.
- Всегда быть готовым пожать руку официальным представителям и тренеру-противнику.
- Выработать процедуру наказаний атлетов, которые не следуют установленным правилам достойного поведения.

**Требования к атлетам и партнерам:**

- С уважением относиться к другим членам команды.
- Поддержите члена команды при совершении ошибки.
- С уважением относиться к противникам, пожать друг другу руку до и после соревнования.

- Уважать решения судей, следовать правилам проведения соревнования и вести себя спокойно.
- Сотрудничать с официальными представителями, тренерами, руководителями и другими участниками с целью проведения соревнования в честной борьбе.
- Не мстить (в устной или физической форме) соперникам в случае проявления ими неуважения.
- Понимать важность и возложенную на себя ответственность как представителя движения Специал Олимпикс.
- Определить победу как «достижение наилучшего личного результата».
- Соответствовать высокому уровню требований достойного спортивного поведения, установленных вашим тренером.

#### ➤ **Создание команды Объединенного спорта® (Слайд #24)**

С чего начать.

- Выберите вид спорта
- Найдите и подготовьте старшего тренера и его помощников.
- Найдите место для тренировок
- Установите целевую группу (группы) набора членов команды
- Проведите отборочные соревнования
- Установите минимальные нормы участия в команде
- Подготовьте и распространите расписание тренировок и соревнований
- Достаньте спортивную форму и оборудование для членов команды.

#### ➤ **Тренировки (Слайд #25)**

- До выступления в соревнованиях все члены команды Объединенного спорта® должны проходить как минимум восьминедельный курс тренировок (разминки, тренировки, соревнования в своей категории). Участие в соревнованиях в движении Специал Олимпикс и вне такового играет важную роль, так как это дает команде возможность подготовиться к соревнованию более высокого уровня.

#### ➤ **Соревнования Местного Уровня (Слайд #26)**

- Возможность участия в соревнованиях на местном уровне является решающей в успехе команды Объединенного спорта®. Участие в местной программе должно вести к переходу к соревнованиям на более высоком уровне - местном, секционном, региональном, национальном или международном. Ниже приводятся несколько моделей создания условий для соревнований на местном уровне:
  - **Лига Объединенный спорт® Специал Олимпикс:** Лига создается местной программой или отделением Специал Олимпикс в том случае, когда три или более команды Объединенного спорта® принимали участие в соревнованиях как минимум пять раз. Рекомендуется проводить соревнования раз в неделю, и по окончании соревнования вручать награды Специал Олимпикс.
  - **Местный турнир по программе Объединенный спорт:** Если невозможны еженедельные соревнования лиги, можно провести одно- или двухдневный турнир. Специал Олимпикс могут одобрить проведение такого турнира. Они являются хорошей альтернативой для команд из сельской местности

- **Спортивная лига в районах:** Команда Объединенного спорта® может участвовать в соревнованиях спортивной лиги района с командами, не выступающими по программе Объединенный спорт®. В этом случае команда Объединенного спорта® будет выступать в соответствии с правилами и руководствами спортивной лиги и получать награды согласно ее правилам. Команды Объединенного Спорта®, участвующие в обычных соревнованиях, должны проверить уровень таких соревнований до записи, чтобы убедиться в том, что команда сможет достойно выступать в данном соревновании с другими командами. Тренер должен просмотреть тренировки и соревнования будущих соперников до регистрации своей команды Объединенного Спорта®.

➤ **Соревнования на уровне Программы (Слайд #27)**

- **Соревнования Специальной Олимпиады:** Соревнования по программе Объединенный спорт® могут проводиться в качестве части соревнований Специал Олимпикс на уровне программы, с использованием тех же сроков, мест проведения, добровольных помощников.
- **Соревнования Специал Олимпикс по программе Объединенный спорт®:** Соревнования по программе Объединенный спорт® могут проводиться отдельно, с участием только команд Объединенного спорта®.
- **Соревнования района** - Соревнования по программе Объединенный спорт® могут проводиться в качестве части соревнований района. Например, группа команд Объединенного спорта® может принимать участие в гонках по шоссе на длинную дистанцию. Спортсмены Объединенного спорта® выступают вместе со всеми другими спортсменами, однако подсчет очков и награждение производятся в соответствии с правилами Объединенного спорта®. В некоторых случаях спортсмены Объединенного спорта® также имеют право на обычные награды за гонки по шоссе.

➤ **Руководство по успешному проведению соревнования Объединенный Спорт (Слайд #28)**

- **До того, как тренеры начнут работу со своими командами Объединенного спорта®, проведите учебное занятие по программе для всех тренеров.** Осветите на этом занятии на наиболее важные вопросы - «Содержательное участие» и «Набор команды». Обеспечьте понимание участниками команды философии и принципов программы Объединенный спорт®. Для этого следует провести курс ориентации для всех членов команды до начала их участия в делах команды. На этом занятии подчеркните роль каждого атлета в качестве члена команды и необходимость участия с полной отдачей как в тренировках, так и на соревнованиях.
- **Проведите обучение тренеров по их виду спорта.** Тренеры должны понимать основные принципы и навыки данного вида спорта. Все тренеры должны постараться получить тренерские сертификаты Специал Олимпикс в их виде спорта. Правильные методики тренировок атлетов и партнеров способствуют их полноценному развитию и содержательному участию каждого из них.
- **Убедитесь в том, что все атлеты зарегистрированы в Специал Олимпикс.** Все правила Специал Олимпикс одинаковы для всех атлетов и партнеров с единственным исключением. Партнеры должны заполнить Регистрационную Форму Партнера Объединенного Спорта, в которой находится контактная информация партнера, подписанная форма освобождения от ответственности, а также общая



информация о партнере. Партнерам не нужно предоставлять медицинскую справку, однако, некоторые программы делают данный пункт обязательным.

- **Потребуйте у тренеров предоставить информацию об уровне способностей их команд Объединенного спорта.** Эта информация включает результаты тестов Оценки спортивного мастерства Специальной Олимпиады для всех занимающихся командными видами спорта и показатели выступлений для всех занимающихся индивидуальными видами спорта. Сюда также входят результаты предыдущих выступлений команды (если команда выступала в данном составе более одного года). Подобная информация вносится в общий список команды и анкету по оценке способностей и представляется вместе с заявкой команды Объединенного спорта® на участие в соревновании.
- **До начала соревнований проведите полную подготовку членов Комитета по спортивным правилам и судей.** Это позволит членам комитета эффективно реагировать на критические ситуации в соревновании и случаи нарушения правил. Метод реагирования Комитета по спортивным правилам на подобные ситуации и протесты должен быть, в свою очередь, тщательно разъяснен старшим тренерам на первом собрании тренеров.
- Проведите на месте распределение команд по подгруппам. В целях распределения (должным образом) команд по соответствующим уровню их способностей подгруппам важно до начала любых соревнований провести на месте мини-выступления. Судьи, которые будут наблюдать за этими выступлениями, смогут точно оценить уровень способностей команды и поместить ее в подгруппу вместе с другими командами, имеющими тот же уровень.

➤ **Дополнительные Тренировки (Слайд #29)**

- Тренировки Объединенного Спорта могут проходить в форме отдельной тренировки и как часть семинара по обучению тренеров. Вместе со штатными сотрудниками местной программы Специал Олимпикс выявите пути дальнейшего развития Объединенного Спорта.

➤ **Итоги (Слайд # 30)**

Задайте ниже следующие вопросы группе участников с целью проверки их знаний Объединенного Спорта®.

- Могут ли люди с отклонениями быть партнерами в команде Объединенного Спорта®?
- В чем заключается залог успеха команды Объединенного Спорта®?
- В каких видах спорта атлеты и партнеры должны быть одного уровня способностей? Почему?
- Какие характеристики хорошего тренера?
- Основные правила для членов команды Объединенного Спорта®?
- Какой способ рекрутирования партнеров самый эффективный?



## Урок # 5 Программа Развития Двигательной Активности

### **Основная Цель Урока:**

- Обучение необходимым навыкам для организации и проведения Программы Развития Двигательной Активности для людей с отклонениями тяжелой степени.

### **Цели и Задачи:**

- Обучить учеников основной терминологии для работы с людьми с отклонениями тяжелой степени.
- Оценить уровень развития навыков атлета с отклонениями тяжелой степени и установить достижимые цели для данного атлета.
- Планирование, обучение, адаптирование определенных упражнений МАТР для людей с отклонениями тяжелой степени.
- Организация и проведение тренировочного дня МАТР для участников с отклонениями тяжелой степени.
- Оценка прогресса участника и определение возможного будущего включения атлета в соревнования по данному виду спорта в рамках Официальных Видов Спорта Специал Олимпикс.

### **Темы для Обсуждения:**

- Семь Основных Направлений
- Философия Программы (6 ступеней)
- Опыт Тренировки
- Перенос и Расположение
- Учет Различий Индивидуумов
- Организация Тренировочного Дня

### **Материалы:**

- Руководство по Программе Развития Двигательной Активности
- Урок #5 МАТР Презентация PowerPoint
- Видео Программа Развития Двигательной Активности
- Оборудование для Специал Олимпикс МАТР

**Автор:** Патрисия Кребс, Доктор Философии, Президент и Главный Исполнительный Директор Специал Олимпикс Мэриленд, США  
(Patricia Krebs, Ph.D., President and CEO, Special Olympics Maryland, USA)

## **Содержание:**

Примечания относятся к уроку # 5 Презентации PowerPoint МАТР Специал Олимпикс.

### ➤ **Программа Развития Двигательной Активности (Слайд #2)**

- МАТР предназначена для людей с отклонениями тяжелой степени, которые которые не могут принимать участие в официальных видах спорта Специал Олимпикс потому, что:
  - Они физически не могут выполнить движение и/или
  - Они не могут соблюдать правила из-за проблем в когнитивном или поведенческом развитии

### ➤ **Основа МАТР (Слайд # 3)**

- МАТР ставит во главу угла тренировочный процесс и участие, а не соревновательный аспект. В данной программе отсутствуют соревнования, проходящие по строгим правилам. Особое внимание уделяется организации условий, в которых каждый атлет показывает «свой лучший результат».
- Объясните, что в программе есть возможность проводить развлекательные соревнования, где правила и оборудование адаптированы под каждого участника.
- МАТР – это программа тренировок, которая включает в себя:
  - Долгосрочные и краткосрочные цели и задачи
  - Анализ
  - Стратегии и способы оценки
  - Предложения по разработке и внедрению индивидуальных инструкций.
- МАТР может проводится под руководством:
  - Учителей Специального Образования
  - Учителей Физической Культуры
  - Специалистов по Организации Отдыха
  - Терапевтов
  - Помощников
  - Медсестер
  - Родителей
  - Добровольцев (под наблюдением)
- МАТР была придумана командой специалистов в области образования, терапии и отдыха. Проверка программы была успешно проведена в школах и специальных учреждениях для людей с тяжелыми отклонениями в США и Европе.
- МАТР является официальной спортивной тренировочной программой. Мероприятия программы связаны с Официальными Видами Спорта Специал Олимпикс. Тренировочные дни могут быть проведены совместно с местными, региональными или национальными играми.

### ➤ **МАТР состоит из семи основных направлений, связанных с Видами Спорта Специал Олимпикс. (Слайд #4)**

- Попросите учеников посмотреть на страницу 5 в Руководства МАТР и найти, как каждый из вид связан с Видом Спорта Специал Олимпикс.
- Объясните, что каждая моторная активность описана терминами поведения с целью разработать индивидуальный план для каждого атлета. Каждая активность была проанализирована и разбита на малые, легко обучаемые компоненты.
- Отметьте, что все семь видов моторной активности должны изучаться в контексте вида спорта и *никогда* в отдельности. Например, нельзя учить атлета только ловить и бросать. Необходимо проводить обучение в контексте спорта. Например, ловить и отпускать софтбольный или баскетбольный мяч. Помните, что в зависимости от того, как ученик выполняет навык, будет зависеть, как ученик играет в данный вид спорта.
- Некоторым атлетам понадобится физическая помощь и/или адаптированное оборудование для выполнения семи видов.

➤ **Покажите МАТР видео**

➤ **Философия МАТР (Слайд #5)**

- Попросите учеников перейти на страницу 8 Руководства МАТР.
- МАТР – это несоревновательная программа. Нет строгих правил, нет системы наград за первое, второе, третье место и т.д.
  - Задача программы состоит в том, чтобы дать всем участникам возможность принять участие в спортивном мероприятии без необходимости следовать строгим правилам и выявления победителей.
  - Соревновательный аспект совершенно не важен, поэтому есть возможность использования адаптированного оборудования, возможность оказания помощи участнику, а также возможность изменения правил с целью обеспечить успешное участие атлета.
  - Возможна организация так называемых веселых соревнований. Например, модифицированные эстафеты, турниры по боулингу, или командные соревнования. Однако, необходимо помнить, что упор делается на веселье, а не на победу и поражение.
- Обучение навыков, которые нацелены на возраст атлетов, а не на уровень развития умственных и функциональных навыков. Делая акцент на упражнениях, соответствующих возрасту атлетов, помогает атлетам сохранить чувство достоинства и развить навыки, которые помогут им интегрироваться в общество и быть принятыми их сверстниками.
  - Упражнения должны быть основаны на возрасте атлетов.
  - Способ представления данных упражнений зависит от способностей участника.
  - По возможности следует подбирать оборудование в соответствии с возрастом участника (не следует давать детские игрушки взрослым).

- Разговаривайте с атлетами в соответствии с их возрастом, а не уровнем умственного развития ( не следует разговаривать с взрослыми как с маленькими детьми).
- Обучение навыкам, которые участники будут использовать в настоящее время и в будущем. Наиболее важными являются навыки, которые можно использовать в различных ситуациях.
  - Обучение 16-летнего участника подбрасывать мешок не совсем разумно с функциональной точки зрения. А вот обучение участника отталкивать мешок будет более правильно с функциональной точки зрения, так как он сможет потом играть в софтбол.
  - Лучше всего заранее выяснить к какому виду спорта у участника есть доступ в настоящем и будущем и постараться развивать соответствующие навыки. Например, если у участника есть возможность заниматься боулингом или плаванием, тогда эти виды спорта являются наиболее функциональными для обучения. Если участник вероятнее всего дома будет заниматься командным видом спорта (баскетболом или крикетом), тогда эти виды спорта (с изменениями) являются наиболее функциональными для обучения.
- Для определения функциональности упражнения следует:
  - Определить место проживания атлетов и доступные им виды спорта.
  - Спросить родителей или помощников участников об интересах и увлечениях участников.
  - Если возможно, спросите самих участников.
  - На основании полученной информации составьте список упражнений.
  - Определите уровни доступности и адаптации данных видов спорта и вероятность того, что участник будет ими активно заниматься.
- Главная задача состоит в обучении участников функциональным, соответствующим возрасту навыкам, которые позволят им использовать приобретенные навыки в обществе.
  - Если вы обучаете участника плаванию, вы естественно хотели бы чтобы участник плавал в местном бассейне (с надувным кругом и под присмотром при необходимости). Также если вы обучаете участника боулингу, вы естественно хотели бы чтобы участник играл в местном боулинг клубе (с рампами и под присмотром при необходимости).
  - Главная задача состоит в применении навыков в обществе, поэтому при возможности обучение должно проходить в соответствующем общественном месте, которое знакомо участнику.
  - Спросите учеников о спортивных объектах в данной местности и потенциальные виды спорта для развития.
- Попросите учеников посмотреть на страницу 9 Руководства МАТР. Частичное участие означает помощь участникам в достижении успеха.
  - Помощь может быть проявлена в виде физической помощи (поднять руку, поддержать голову, помочь двигаться в коляске и др.) или как использование

адаптированного оборудования (мячи разных размеров, использование рампов и ограждений, надувных приспособлений).

- Частичное участие отличает МАТР от Официальных Видов Спорта Специал Олимпикс. В Официальных Видах Спорта атлет должен следовать правилам и выполнять движение самостоятельно. В программе МАТР таких ограничений нет.
- Попросите учеников вернуться на страницу 8 Руководства МАТР. Очень часто участникам с отклонениями тяжелой степени предлагаются только терапевтические упражнения, которые скучны и однообразны.
  - Очень важно представить упражнения МАТР как веселое, захватывающее и стимулирующее мероприятие.
  - Элемент радости и веселья можно привнести с помощью музыки и проведения веселых соревнований.

➤ **Опыт Тренировки (Слайд # 7)**

- Попросите учеников посмотреть на страницу 20 Руководства МАТР. На странице 20 перечислены 12 Основных Подсказок.
- Попросите учеников посмотреть на страницы 21-23 Руководства МАТР. Объясните 6 Основных Наборов Опыта Тренировок на данных страницах и их применение.

➤ **Адаптированное Оборудование (Слайд # 8)**

- Попросите учеников посмотреть на страницу 26 Руководства МАТР. Объясните принципы использования адаптированного оборудования, когда и как его использовать в отношении участников с отклонениями тяжелой степени.
  - Подчеркните, что адаптированное оборудование применяется только в случае, когда это необходимо для атлета. Когда атлет может использовать общее оборудование, тогда в рампах, ограждениях и подержках необходимости нет.
  - Продемонстрируйте различное адаптированное оборудование. Спросите учеников видели ли или использовали ли они такое оборудование.

➤ **Оценка Навыков (Слайд # 9)**

- Попросите учеников посмотреть на страницы 29-30 Руководства МАТР. Объясните, что оценка навыков используется для определения уровня способностей атлета в данный момент. Знание уровня способностей атлета в данный момент помогает в определении начала процесса обучения навыкам и определении соответствия атлета требованиям Официальных Видов Спорта Специал Олимпикс.
- Следующий этап – просмотреть оценки навыков на странице 30 по вопросам мобильности, ловкости, силы удара ногой и рукой.
- Попросите учеников посмотреть на страницы 99-102 Руководства МАТР. Объясните, что функциональная оценка (в отличие от оценки навыков) используется для определения наиболее функциональных частей тела и наиболее удобных позиций для каждого атлета.

- Просмотрите функциональную оценку на страницах 99-102 Руководства МАТР.

➤ **Перенос и Расположение** (Слайд # 10)

- При введении терминов перенос и расположение отметьте, что данные методы были разработаны физиотерапевтами. Рассматриваются основные положения. Каждый участник своеобразен по своему, поэтому методы переноса и расположения будут разными.
- Попросите учеников посмотреть на страницу 31 Руководства МАТР. Просмотрите характеристики атлетов, которые определяют методы подъема атлетов и расположение.

➤ **Перенос и Расположение** (Слайд # 11)

- Рассмотрите 6 основных видов подъема атлетов на слайде # 11.
- Продемонстрируйте три основных вида подъема ( с коляски на пол, с пола в коляску, один человек – подъем и перенос).
  - После демонстрации подъема разделите учеников в группы по три и попросите их выполнять упражнение три раза, чтобы каждый ученик сам поднял и был поднят.
  - Спросите учеников об их особых способах подъема участников и участниках, нуждающихся в специальных методах подъема.
  - Подчеркните, что каждый атлет отличается от других в вопросе подъема. Ученики должны проконсультироваться с физиотерапевтом и родителями атлетов по подъема.

➤ **Общие Правила Переноса и Расположения** (Слайд # 12)

- Просмотрите основные правила переноса и расположения на слайде # 12.
- Попросите учеников посмотреть на страницы 33-34 Руководства МАТР.
- Просмотрите общие правила расположения на полу и на адаптированном оборудовании.
- После демонстрации каждой позиции разделите учеников в группы по три и попросите их выполнять упражнение три раза, чтобы каждый ученик был в роли атлета.
- Спросите учеников об их особых методах расположения атлетов и и участниках, нуждающихся в специальных методах расположения.
- Подчеркните, что каждый атлет отличается от других в вопросе расположения. Ученики должны проконсультироваться с физиотерапевтом и родителями атлетов по начала расположения.

➤ **Цель Разминки** (Слайд # 14)



- Попросите учеников посмотреть на страницу 37 Руководства МАТР. Просмотрите вопросы значимости разминки, когда необходимо проводить разминку и как долго она должна длиться.

➤ **Виды Разминки (Слайд # 15)**

- Попросите учеников посмотреть на страницы 38-50 Руководства МАТР. Просмотрите виды упражнений, которые используются для достижения четырех основных целей разминки на слайде # 15.
- Разделите учеников в пары и попробуйте провести разминки в соответствии с указаниями на страницах 38-50 Руководства МАТР.

➤ **Двигательная Активность и Спортивные Навыки (Слайд # 16)**

- Попросите учеников посмотреть на страницу 51 Руководства МАТР. Просмотрите семь навыков двигательной активности и каким Официальным Видам Спорта Специал Олимпикс они соответствуют.
- Объясните, что каждый вид двигательной активности имеет в наличии три уровня способностей и эти уровни соответствуют уровням оценки навыков. Каждый уровень способностей разбивается для анализа на малые компоненты для обучения и представлен в виде четкой структуры для обучения.
  - Информация по каждому навыку находится в конце Руководства МАТР.
  - Каждый навык сопровождается серией картинок, что помогает лучше понять движение. Каждый участник выполняет определенные движения в зависимости от его способностей.

➤ **Обучение Индивидуальной Двигательной Активности (Слайд # 17)**

- Отметьте, что все атлеты выполняют движения по разному.
- Некоторые участники в связи с их состоянием могут быть неспособны выполнить все движения.

➤ **Обучение Индивидуальной Двигательной Активности (Слайд # 18)**

- Упражнения должны выполняться в контексте функциональной активности.
  - Никогда не старайтесь развить только ловкость или мобильность. Всегда работайте над этими аспектами в контексте индивидуального или командного спорта. Например, ловкость и удар в софтболе.
  - Введите модифицированную игру, в которой атлету могут применить их новые навыки в атмосфере веселости. При возможности можно привлечь сверстников без отклонений в развитии.
- Используйте различные вспомогательные принадлежности в случае, когда участники не могут выполнить двигательную активность как предписано в Руководстве МАТР.
- Используйте рампы в боулинге

- Используйте автомат, который автоматически подбрасывает в воздух мяч для последующего броска.

➤ **Заседания по Планированию** (Слайд # 19)

- Обсудите девять общих подсказок по организации тренировочного дня МАТР представленных на слайде 19.
- Попросите учеников посмотреть на страницы 14-17 Руководства МАТР. Объясните все аспекты предложенного 45-минутного плана и причину, по которой урок построен именно таким образом.
- Попросите учеников посмотреть на страницы 18-19 Руководства МАТР. Здесь представлен 8-недельная МАТР. В план также включены постоянная оценка и мини-соревнования.
  - Проведите как минимум 8-недельную программу тренировок на основе какой-либо темы или спорта. Постарайтесь организовать программу таким образом, чтобы она стала частью общей программы в школе, университете, профессиональных и любительских клубах. Например, проводите мероприятия по баскетболу с января по март, а по софтболю – весной и летом, когда эти виды спорта очень популярны.
  - При проведении повторных 8-недельных программ сделайте перерыв на одну неделю для рассмотрения результатов постоянной оценки, определения продуктивности работы добровольцев и помощников и решения о необходимости что-либо изменить в работе с атлетами и др.
  - Подчеркните важность последнего дня МАТР. В последний день МАТР проводится Тренировочный День.

➤ **Индивидуальные Отличия** (Слайд # 20)

- Отметьте, что навыки могут быть модифицированы по разному.
- Навыки должны быть модифицированы только когда атлет не может выполнить один или более требований данного навыка.
- Рассмотрите с учениками примеры модификации навыков, когда атлет не в состоянии выполнить навык по следующим причинам:
  - Выносливость
    - Сократить дистанцию.
    - Позволить передохнуть.
    - Периодически оказывать физическую поддержку.
    - Сократить длительность упражнения для большего отдыха.
  - Сила
    - Использование более легкой оборудование (шары, пластиковые биты, мячи-губки).
    - Оказание физической помощи
    - Использование рампов для толкания мячей.

- Расположение оборудования на платформах на колесах для более удобного передвижения.
- Скорость
  - Подвесить мячи на палках или прикрепить на потолке, чтобы уменьшить скорость.
  - Помощник задерживает быстро движущиеся объекты для атлета.
  - Использовать более медленное оборудование (шары вместо мячей).
  - Попросить других атлетов в команде снизить скорость полета мяча при передаче его такому атлету.
- Координация
  - Оказать физическую помощь атлету.
  - Снизить скорость оборудования, чтобы дать атлету время на реакцию.
  - Сфокусировать внимание на одной части движения (удар сидя, а не стоя).

➤ **Индивидуальные Отличия (Слайд # 21)**

- Рассмотрите с учениками пути модификации оборудования
  - Увеличить или уменьшить размер оборудования.
  - Увеличить или уменьшить вес оборудования.
  - Увеличить или уменьшить ширину и высоту оборудования.
  - Изменить цвет оборудования для лучшей видимости.
  - Изменить покрытие/материала оборудования.
- Рассмотрите с учениками вопросы опасного оборудования для атлетов МАТР. Пути по обеспечению наличия безопасного оборудования:
  - Использовать губковые принадлежности.
  - Использовать шары.
  - Использовать бумажные мячи.
  - Помощник рядом для защиты и поддержки.

➤ **Индивидуальные Отличия (Слайд # 22)**

- Попросите учеников посмотреть на страницы 70-79 Руководства МАТР.
- Объясните, что большинство учеников могут принять участие в Групповых Играх по принципу частичного участия.
- Обсудите пять других путей модификации групповых игр, чтобы привлечь в полное участие атлетов с отклонениями тяжелой степени.
- Попросите учеников выбрать спорт. Разделите учеников на четыре группы и попросите каждую группу установить свое оборудование в каждом из четырех углах зала.
  - Баскетбол: ведение, передача, бросок, защита.
  - Софтбол: удар, бросок, расположение, бег на базу.
  - Футбол: ведение, передача, удар, защита.
- Позвольте группам использовать как можно больше оборудования с целью вовлечения всех атлетов:
  - Мячи разных размеров и веса.
  - Биты разной длины, толщины, веса.

- Баскетбольные кольца разного диаметра и высоты
- Разные способы бросков, ударов. Все основано на способностях и ограничениях атлетов.
- Дайте каждой группе примерно 15 минут подготовить свой угол. Затем перемещайте группы из одного угла в другой и попросите их попробовать использовать приготовленное для них оборудование. Один человек в группе должен объяснить модификации.
- При наличии возможностей пригласите атлетов с отклонениями тяжелой степени попробовать приготовленное оборудование.

➤ **Обзор МАТР (Слайд # 23)**

- МАТР предназначена для участников, которые в следствие тяжелой степени отклонения не могут принимать участие в соревнованиях по Официальным Видам Спорта Специал Олимпикс.
- МАТР делает акцент не на соревновательной части, а на тренировочном процессе и участии.
  - Жестких правил нет. Соревнование построено на стремлении добиться «своего лучшего результата».
  - МАТР позволяет использование адаптированного оборудования и физическую помощь.
- МАТР основана на 6 ступенях философии.
  - Несоревновательность
  - Соответствие возрасту
  - Функциональность
  - Обучение в общественных местах
  - Частичное участие
  - Радость и веселье
- МАТР состоит из семи основных направлений двигательной активности, которые напрямую связаны с Официальными Видами Спорта Специал Олимпикс.
- МАТР может проводиться в различных условиях при наличии профессионалов данной программы и добровольцев.

➤ **Внедрение Программы (Слайд # 24)**

- Использование оценки навыков, определение атлетов, которые не могут принимать участие в Официальных Видах Спорта Специал Олимпикс.
- Наличие медицинского подтверждения и письменного разрешения от родителей или помощников.
- Наличие места и оборудования для тренировочного процесса.
- Рекрутирование и обучение других людей для помощи атлетам.
- Определение времени и дат тренировок.
- Планирование как минимум 8-недельной тренировочной программы. Внесение модификаций в программу в соответствии с нуждами атлетов.
- Организация и проведение Тренировочного Дня.

- Оценка программы, внесение изменений, проведение тренировочных программ в будущем.

➤ **Организация Тренировочного Дня** (Слайд # 25)

- Попросите учеников посмотреть на страницы 80-81 Руководства МАТР.
- Рассмотрите цели и задачи Тренировочного Дня МАТР.
- Определите место проведения и формат Тренировочного Дня. Подчеркните, что все Тренировочные Дни должны включать в себя следующие компоненты.
  - Представление участников (парад атлетов или что-либо еще).
  - Демонстрация атлетами их «лучшего личного результата» в одной или более несоревновательных дисциплинах.
  - Вручение медалей за Смелость и лент участникам за участие.
  - Заключительная групповая игра, проводимая в форме веселой игры или соревнования при участии всех присутствующих, включая родителей, добровольцев и тренеров.
- Демонстрация атлетами их «лучшего личного результата» является самым уникальным аспектом программы.
  - Атлет представлен тренером.
  - Тренер рассказывает зрителям о навыках, над которыми работал атлет в течение их 8-месячной программы, как атлет выполнял навык в начале данной 8-месячной программы и прогресс на текущий момент.
  - Атлет затем демонстрирует навыки с помощью адаптированного оборудования и при необходимости физической помощи со стороны.
- Спешиал Олимпикс Инк. также вручают медали за Смелость.
  - Медаль за Смелость или ленты вручаются всем участникам вне зависимости от их способностей или показанного «личного достижения».

➤ **Следующий Шаг: Официальные Виды Спорта Спешиал Олимпикс** (Слайд # 26)

- Попросите учеников посмотреть на страницу 82 Руководства МАТР.
- Определите когда атлеты готовы перейти из программы МАТР в Официальные Виды Спорта Спешиал Олимпикс.
  - 1) Есть соревнования для низкого уровня способностей для обеспечения участия атлетов с отклонениями тяжелой степени. Рассмотрите примеры некоторых соревнований для низкого уровня способностей в водных видах спорта, легкой атлетике, баскетболе, боулинге и др.
  - 2) Официальные Виды Спорта Спешиал Олимпикс проходят как спортивные соревнования, поэтому атлеты должны быть способны следовать правилам и выполнять действия без посторонней помощи.

- 3) Атлеты в Официальных Видах Спорта Спешиал Олимпикс получают медали Спешиал Олимпикс и ленты за занятые места, а не медали за Смелость.
- 4) Правила для каждого Официального Вида Спорта Спешиал Олимпикс собраны в Сводах Правил Официальных Летних/Зимних Видах Спорта Спешиал Олимпикс.

## Урок #6 Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

### **Цель Урока:**

- Обеспечить общий обзор программы Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь" (SOGII) в учебном плане начальной и средней школы.

### **Цели и Задачи:**

- Описать учебный план SOGII на всех уровнях – от начальной до средней школ.
- Определить в каких академических условиях может быть использован учебный план SOGII.
- Описать ожидаемые результаты для студентов, использующих SOGII.
- Объяснить какую роль играет общество в программе SOGII.
- Определить, что говорят о программе SOGII люди, кто уже прежде ее использовали.

### **Темы для Обсуждения:**

- Уровни Классов
- Цели Программы
- Темы Учебного плана
- Практические занятия
- Фокусирование внимания на определенный школьный уровень
- Содержание каждого из четырех уроков
- Рекомендации пользователей
- Поддержка учебных организаций
- Контактная информация

### **Материалы:**

- SOGII Общая Информация
- PowerPoint Презентация Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

**Автор:** Рон Ведерман, Доктор Педагогических Наук, Директор программы Outreach для Школы и Молодежи, Спешиал Олимпикс (Ron Vederman, Ed. D. Director of School and Youth Outreach, Special Olympics)

## **Содержание:**

Примечания относятся к PowerPoint Презентации: Урок #6 Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

- **"ПриСОединяйтесь" (Слайд #1)**
  - Титульный лист с эмблемами поддерживающих организаций
  
- **"ПриСОединяйтесь" (Слайд #2)**
  - Уровни Классов
  
- **Цели Программы (Слайд #3)**
  - Набор методов для привлечения детей и молодежи с и без отклонений в умственном развитии во Спешиал Олимпикс
  - Учебный план, разработанный с целью помочь школам и преподавателям удовлетворить разнообразие требований и потребностей
  
- **Цели включают (Слайд #4)**
  - Стандарты академических успехов/ достижений
  - Развитие осознания индивидуальных черт сходства и различий в людях
  - Всестороннее развитие молодежи
  
- **Учебное Движение (Слайд #5)**
  - Проекты в школе и обществе
  - Популяризация и поддержка физической активности, физической формы и участия в спортивных состязаниях
  - Удовлетворение требованиям Закона об Образовании Лиц с Отклонениями в Умственном РазвитиИ (Individuals with Disabilities Education Act, IDEA)
  
- **Темы Четырех Уроков (Слайд #6)**
  - Ознакомление
  - Понимание
  - Вдохновение
  - Действие
  
- **Использование Терминологии «Отклонения в умственном развитии» (Слайд #7)**



- **Практические Занятия (Слайд #8)**
  - Практические занятия проводились в следующих местах Китая
- **Центр внимания на Школьный Уровень (Слайд #9)**
  - Начальные школы
  - Средние школы
- **Уроки в старших классах средней общеобразовательной школы (Слайд #10)**
  - Уроки в старших классах могут стать частью изучения общественных наук, языков, истории, здоровья и физической культуры).
  - Физкультура в старших классах
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 1: Ознакомление (Слайд #11)**
  - Кто такие люди с отклонениями в умственном развитии.
  - Какие трудности встречают они на своём пути и как Специал Олимпикс помогает им?
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 1: Ознакомление (Слайд #12)**
  - Что вы знаете об отклонениях в умственном развитии, нуждах людей с отклонениями, стереотипах, др. видах отклонений в Специал Олимпикс?
  - Информация о Специал Олимпикс
  - Внедрение различных учебных проектов.
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 2: Понимание (Слайд #13)**
  - *Что значит иметь отклонение в когнитивном развитии?*
  - Послушайте рассказы атлетов о несправедливом и неуважительном отношении к ним со стороны других людей
  - Определите пути, как такие люди могут преодолеть трудности и дискриминацию
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 3: Вдохновение (Слайд #14)**

- *Почему атлеты Специал Олимпикс достигают успехов в спорте?*
  - Постановка и достижение цели: обсудите как ученики могут поставить и достичь свои собственные цели, как принять участие в таких программах как Специал Олимпикс и как помочь другим людям достичь их целей
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 3: Вдохновение (Слайд #15)**
- Прочитать и узнать по опыту о настоящей жизни атлетов Специал Олимпикс, которые служат источником вдохновения для нас всех
  - Создать возможность встретиться с Глобальными Посланцами Специал Олимпикс
- **Изменение отношения и поведения (Слайд #16)**
- Как результат после уроков 1 и 3 отношение учеников к людям с отклонениями в умственном развитии изменяется.
  - После урока #4 изменяется и поведение
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #17)**
- Что мы по одиночке или вместе классом можем сделать, чтобы поддержать атлетов Специал Олимпикс в нашей школе или местности?
  - Учебные проекты
  - Общественная деятельность
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #18)**
- Степени участия разнятся от простого краткосрочного до комплексного и долгосрочного.
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #19)**
- Раздаточный материал для студентов и пособие по планированию проекта
- **"ПриСОединяйтесь": Свидетельства/ Рекомендации (Слайды #20, #21, #22, #23, #24)**
- **"ПриСОединяйтесь": Утверждения/ Одобрения (Слайд #25)**
- **Контактная информация (Слайд #26)**

## Урок #6 Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

### **Цель Урока:**

- Обеспечить общий обзор программы Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь" (SOGII) в учебном плане начальной и средней школы.

### **Цели и Задачи:**

- Описать учебный план SOGII на всех уровнях – от начальной до средней школ.
- Определить в каких академических условиях может быть использован учебный план SOGII.
- Описать ожидаемые результаты для студентов, использующих SOGII.
- Объяснить какую роль играет общество в программе SOGII.
- Определить, что говорят о программе SOGII люди, кто уже прежде ее использовали.

### **Темы для Обсуждения:**

- Уровни Классов
- Цели Программы
- Темы Учебного плана
- Практические занятия
- Фокусирование внимания на определенный школьный уровень
- Содержание каждого из четырех уроков
- Рекомендации пользователей
- Поддержка учебных организаций
- Контактная информация

### **Материалы:**

- SOGII Общая Информация
- PowerPoint Презентация Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

**Автор:** Рон Ведерман, Доктор Педагогических Наук, Директор программы Outreach для Школы и Молодежи, Спешиал Олимпикс (Ron Vederman, Ed. D. Director of School and Youth Outreach, Special Olympics)

## **Содержание:**

Примечания относятся к PowerPoint Презентации: Урок #6 Спешиал Олимпикс "ПриСОединяйтесь"

- **"ПриСОединяйтесь" (Слайд #1)**
  - Титульный лист с эмблемами поддерживающих организаций
  
- **"ПриСОединяйтесь" (Слайд #2)**
  - Уровни Классов
  
- **Цели Программы (Слайд #3)**
  - Набор методов для привлечения детей и молодежи с и без отклонений в умственном развитии во Спешиал Олимпикс
  - Учебный план, разработанный с целью помочь школам и преподавателям удовлетворить разнообразие требований и потребностей
  
- **Цели включают (Слайд #4)**
  - Стандарты академических успехов/ достижений
  - Развитие осознания индивидуальных черт сходства и различий в людях
  - Всестороннее развитие молодежи
  
- **Учебное Движение (Слайд #5)**
  - Проекты в школе и обществе
  - Популяризация и поддержка физической активности, физической формы и участия в спортивных состязаниях
  - Удовлетворение требованиям Закона об Образовании Лиц с Отклонениями в Умственном РазвитиИ (Individuals with Disabilities Education Act, IDEA)
  
- **Темы Четырех Уроков (Слайд #6)**
  - Ознакомление
  - Понимание
  - Вдохновение
  - Действие
  
- **Использование Терминологии «Отклонения в умственном развитии» (Слайд #7)**

- **Практические Занятия (Слайд #8)**
  - Практические занятия проводились в следующих местах Китая
- **Центр внимания на Школьный Уровень (Слайд #9)**
  - Начальные школы
  - Средние школы
- **Уроки в старших классах средней общеобразовательной школы (Слайд #10)**
  - Уроки в старших классах могут стать частью изучения общественных наук, языков, истории, здоровья и физической культуры).
  - Физкультура в старших классах
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 1: Ознакомление (Слайд #11)**
  - Кто такие люди с отклонениями в умственном развитии.
  - Какие трудности встречают они на своём пути и как Специал Олимпикс помогает им?
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 1: Ознакомление (Слайд #12)**
  - Что вы знаете об отклонениях в умственном развитии, нуждах людей с отклонениями, стереотипах, др. видах отклонений в Специал Олимпикс?
  - Информация о Специал Олимпикс
  - Внедрение различных учебных проектов.
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 2: Понимание (Слайд #13)**
  - *Что значит иметь отклонение в когнитивном развитии?*
  - Послушайте рассказы атлетов о несправедливом и неуважительном отношении к ним со стороны других людей
  - Определите пути, как такие люди могут преодолеть трудности и дискриминацию
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 3: Вдохновение (Слайд #14)**

- Почему атлеты Специал Олимпикс достигают успехов в спорте?
  - Постановка и достижение цели: обсудите как ученики могут поставить и достичь свои собственные цели, как принять участие в таких программах как Специал Олимпикс и как помочь другим людям достичь их целей
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 3: Вдохновение (Слайд #15)**
- Прочитать и узнать по опыту о настоящей жизни атлетов Специал Олимпикс, которые служат источником вдохновения для нас всех
  - Создать возможность встретиться с Глобальными Посланцами Специал Олимпикс
- **Изменение отношения и поведения (Слайд #16)**
- Как результат после уроков 1 и 3 отношение учеников к людям с отклонениями в умственном развитии изменяется.
  - После урока #4 изменяется и поведение
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #17)**
- Что мы по одиночке или вместе классом можем сделать, чтобы поддержать атлетов Специал Олимпикс в нашей школе или местности?
  - Учебные проекты
  - Общественная деятельность
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #18)**
- Степени участия разнятся от простого краткосрочного до комплексного и долгосрочного.
- **Старшие классы средней общеобразовательной школы. Урок 4: Действие (Слайд #19)**
- Раздаточный материал для студентов и пособие по планированию проекта
- **"ПриСОединяйтесь": Свидетельства/ Рекомендации (Слайды #20, #21, #22, #23, #24)**
- **"ПриСОединяйтесь": Утверждения/ Одобрения (Слайд #25)**
- **Контактная информация (Слайд #26)**

**Урок #7**  
**Обучение и Организация Тренировочного Процесса**  
**для Атлетов Специал Олимпикс**

**Основная Цель Урока:**

- Дать общий обзор методам эффективного обучения и организации тренировочного процесса для атлетов Специал Олимпикс.

**Цели и Задачи:**

- Определить основные составляющие профиля атлета.
- Описать спортивную философию и стиль проведения тренировок тренера.
- Определить основные элементы тренировочного процесса.
- Описать последовательность тренировочного процесса.
- Выявить основные навыки коммуникации.
- Описать четыре уровня поддержки и их использование.
- Описать стратегии для эффективного управления трудного поведения атлетов.
- Создать план тренировки.

**Темы для Обсуждения:**

- Профиль Атлета
- Профиль тренера – Спортивная Философия и Методы Проведения Тренировок
- Организация тренировочного процесса – Составляющие
- Разминка и Растяжка
- Обучение Навыкам
- Последовательность Тренировочного Процесса
- Эффективные Методы Коммуникации
- Уровни Поддержки
- Управление Трудным Поведением Атлетов и Стратегии Улучшения Процесса Обучения
- Опыт Участия в Соревнованиях
- Восстановление и Поощрение Приложенных Усилий
- План Тренировки

**Материалы:**

- Специал Олимпикс Руководство по Участию Атлета
- Презентация PowerPoint Проведение Тренировочного Процесса
- Специал Олимпикс Руководства по Спортивным Навыкам

**Автор:** Аннетте К. Линч, Магистр Наук (Образование), Вице Президент Развития Видов Спорта и Обучения, Специал Олимпикс Мэрилэнд, США.  
(Annette K. Lynch, M.S. In Education, Vice President Sports Development and Education, Special Olympics Maryland USA)

## **Содержание:**

Примечания относятся к уроку # 7 Презентации PowerPoint Организация Тренировок для Атлетов Специал Олимпикс

### ➤ **Обучение и Организация Тренировочного Процесса для Атлетов Специал Олимпикс (Слайд #1)**

- При сравнении процесса обучения и организации тренировочного процесса для атлетов Специал Олимпикс и для атлетов без отклонений выявляется больше сходств чем отличий. И те и другие – люди, и те и другие – атлеты, навыки – одинаковые. Отличия заключаются в своеобразном процессе обучения для атлетов Специал Олимпикс.
- Ниже приведены практические советы по развитию навыков тренера.

### ➤ **Цели и Задачи (Слайд #2)**

- Развить Роль Атлета
- Развить Роль Тренера
- Организация Тренировочного Процесса
- Методы эффективного обучения и организации тренировочного процесса для атлетов Специал Олимпикс.
- Эффективное Управление Трудным Поведением Атлетов

### ➤ **Роль Атлета (Слайд #3)**

- До начала тренировочного процесса создайте профиль атлета.
  - Контактная информация
  - Выясните, принимает ли атлет какие-либо лекарственные препараты. Медицинские препараты могут вызвать гиперактивность, сонливость, чувствительность к свету, обезвоживание и др.
  - Ознакомьтесь с информацией по таким медицинским вопросам, как припадки и др.
  - Определите способности атлета.

### ➤ **Профиль Тренера (Слайды #4, #5, and #6)**

- Тренеру также очень важно оценить самого себя. Знать свои способности.
- **Спортивная Философия:** У каждого участника есть своя спортивная философия. Есть четыре основных вида спортивной философии. К ним относятся: свободный стиль игры, обучение спортивным навыкам, опыт участия в соревнованиях и победа (первое место). В чем заключается Спортивная философия Специал Олимпикс? Какая ваша спортивная



философия как тренера? Какие спортивные философии у других тренеров? Приводит ли .то к конфликту?

- **Тренерский Стиль:** Тренеры проводят тренировочный процесс в соответствии с их спортивной философией и индивидуальностью. В упражнении #1 (Слайд #4), в части 1 есть 15 горизонтальных строчек по четыре слова в каждой. В каждой строчке ученики выбирают два слова из четырех, которые вам наиболее характерны. В части 2 сложите число обведенных слов в соответствующей колонке и отметьте цифры на соответствующих линиях графика. Например, если в колонке А обведены 6 слов, то надо отметить цифру 6 на линии А на графике. То же самое необходимо повторить с колонками В, С и D. А затем проведите линии, чтобы нарисовать фигуру. Обсудите вместе с учениками, что присуще каждому стилю тренировок. Какие качества вы ищите в тренерском составе при подборе помощников тренеров? Вы добавляете друг друга?

➤ **Организация Тренировочного Процесса (Слайд #7)**

- Существует много различных способов организации тренировочного процесса для атлетов Специал Олимпикс. Из-за наличия у атлетов трудностей в понимании и запоминании следует уделить особое внимание развитию тренировочной программы, которая понятна атлету, стабильна и комфортна.
- Стандартная тренировка состоит из четырех основных компонентов: разминка и растяжка, обучение навыкам, опыт участия в соревнованиях, последующее расслабление и растяжка. Нижеследующие примеры помогут вам создать наиболее благоприятную атмосферу для обучения.

➤ **Разминка и Растяжка (Слайд #8)**

- Время проведения упражнения и повторение очень важны. Разминка должна соответствовать данному виду спорта. Например, в футболе следует использовать ведение мяча вместе с бегом, а не только бег.
- При наличии у атлетов нарушения баланса следует проводить такие упражнения на растяжку, которые можно выполнить сидя, лежа или ослонившись о стену или партнера.
- Назначьте одного из атлетов проводить растяжку. Тогда у тренера есть возможность подойти ко всем и оказать поддержку нуждающимся. Тренеры должны убедиться, что все атлеты правильно выполняют разминку и растяжку для избежания травм.
- Самый простой набор упражнений включает в себя использование основных групп мышц и с легкостью может быть повторен в домашних условиях и перед началом соревнования. Разминка посредством ходьбы или медленного бега в течение 5 минут. А затем следующие задержки: 1) растяжка икр ног о стену, 2) сухожилие и кончик ноги, 3) повороты в сторону (четыре раза) с опором о стену для баланса, 4) растяжка мышц паха сидя или наклоняясь в стороны, 5) растяжка плеч (руки за спиной и наклоны вперед) и 6) растяжка трицепса (одна рука поднята вверх, согнута в локте, а вторая рука тянет локоть вниз).

- Упражнения по растяжке.

<b>Да</b>	<b>Нет</b>
Продолжительность 5 минут (медленная ходьба или бег)	Не начинайте тренировку игрой. Это может привести к разрыву мышечной ткани.
Выполнение растяжек по 10-30 секунд	Не подпрыгивайте при растяжке. Это может привести к разрыву мышечной ткани.
Начинать с больших групп мышц (ноги), а щатим переход на плечи и т.д.	Не начинайте с малых групп мышц. Идите от больших к маленьким.
Выполнение каждой растяжки до мочки напряжения мышц.	Не напрягайте суставы, спину и шею.
Правильное дыхание при растяжке.	Не задерживайте дыхание.
Выполнение растяжки в «безопасной» позиции и с помощью нескольких упражнений.	Избегайте чрезмерных растяжек, глубоких наклонов в коленях, приседаний на прямых ногах, приседаний с грузом на плечах, лежа на спине делать движения велосипедные движения ногами.

#### ➤ **Обучение Навыкам (Слайд #9)**

- Последовательность Тренировочного Процесса (задачи → навыки → применение в игре → внедрение в соревнование)
- Основная задача – разбить навыки на малые компоненты или шаги. Компоненты затем складываются вместе и образуют навыки. (Это помогает решить сложности обучения многоступенчатых навыков.)
- Упражнения разработаны таким образом, чтобы навыки были применены в игре и в контексте мероприятия. Как результат – наличие навыка, который правильно применяется и выполняется во время проведения соревнования.

#### ➤ **Коммуникация (Передача Информации) (Слайд #10)**

- Ясная: Используйте слова, которые атлеты ясно понимают. Например, используйте фразу «найди мяч», а не «найди цель». (Это помогает атлету понять, что ему необходимо выполнить).
- Конкретная: Используйте слова, которые каким-то образом связаны с чем-то физическим и/или естественным, что очень помогает атлетам с когнитивной задержкой понимания информации (особенно слова). Например, при обучении правила трехсекундной зоны в баскетболе можно использовать слова «холодно» и «горячо». Это будет способствовать запоминанию данного аспекта правила атлетом. При атака, трехсекундная зона «горячая», и атлет «обожжется», если остановится надолго в зоне. На своей половине эта зона «холодная» и является дружелюбной по отношению к атлету. (Это помогает атлету понять концепцию правила и требуемые от него действия).
- Четкая: Используйте «ключевые слова» и подсказки. Не используйте длинные предложения и многоступенчатые инструкции. Например, «тянитесь к небу». (Это помогает атлету понять усные инструкции и требуемые от него действия)
- Постоянная: используйте одни и те же слова для определения одинаковых действий. (Это помогает атлету понять повторения и закрепления материала).

- На основе устного одобрения: Устно одобрите выполненное участником действие сразу же после его завершения. Свяжите одобрения с видом спорта и узицаемым навыком. (Это помогает атлету понять мотивацию и требуемые от него действия).
- Убедитесь в том, что атлет смотрит на вас, когда вы что-либо преподаете. При необходимости физически дотроньтесь до атлета, чтобы привлечь его внимание. (Это помогает атлету научиться поддерживать внимание).
- Задавайте атлетам вопросы, а не только давайте указания. Научите их самих думать. Проверяйте правильность их ответов. (Это помогает атлету развить независимость, так как их не всегда просят подумать над чем-нибудь).

➤ **Управление Трудным Поведением Атлетов (Слайд # 11)**

- Цель, стоящая перед тренерами - это эффективное обучение и организации тренировочного процесса для атлетов Специал Олимпикс. Однако, тренер может ожидать какого-то уровня от атлета, а данная цель не достижима. И не потому, что тренеру все равно, а топоту, что тренер возможно не понимает существующей разницы.
- Когда атлет проявляет так называемое трудное поведение, причиной тому не всегда являются вызов, игра на публику или баловство. Данное поведение может просто быть полным или частичным отражением человека.
- Упражнение #2: Управление Трудным Поведением Атлетов
  - Пользуйтесь информацией в приложении Характеристики Поведения Атлетов и Пути Улучшения Процесса Обучения. Выявите причину, которая ограничивает атлета в обучении данного навыка. А затем определите пути к позитивному обучению.
  - Попросите группу учеников или при наличии времени несколько групп учеников представить их пути к позитивному обучению соотальным присутствующим.

➤ **Обеспечение Необходимого Уровня Поддержки (Слайд #12)**

- Выявите, что атлет в состоянии выполнить на данный момент и возьмите это за основу.
- Используйте соответствующие уровни поддержки для каждого атлета: усная, визуальная (демонстрация), физическая подсказка или помощь. Постепенно заменяйте физическую помощь простыми подсказками, а затем и вовсе без подсказок. (Это помогает атлету научиться преодолевать трудности и преуспеть в обучении).
  - Чем ниже уровень способностей атлета, тем больше помощи ему требуется.
  - Устные подсказки всегда должны сопровождаться демонстрацией.
  - Физические подсказки потребуются для правильного расположения атлета.
  - В крайнем случае физически помогите атлету выполнить упражнение.

- Проводите обучение упражнения, которое относится в данному виду спорта. (Это помогает атлету научиться обобщать навыки в новых ситуациях).
- Используйте упражнения, в которых участвовали бы все атлеты одновременно. (Это помогает атлету научиться понимать мотивацию и важность повторения).
- Определите, какой порядок упражнений для данного вида спорта наиболее подходит данной группе. Например, в командных видах спорта проводите обучение навыков от навыков нападения к навыкам защиты.
  - Оцените сильные стороны атлета.
  - Используйте их как основу.
  - Поставьте атлета на позицию, где он наиболее продуктивен.
  - Определите самые лучшие связки в команде.
  - Проводите замены таким образом, чтобы все получили возможность участия и структура команды во время игры была сохранена.

➤ **Опыт Участия в Соревнованиях (Слайд #13)**

- Во время каждой тренировки создайте реальную ситуацию с соревновательным аспектом с целью научить атлетов быть уверенными в своих силах в стрессовых ситуациях соревнований.
- В командных видах спорта старайтесь сразу же оказать необходимую помощь атлетам, чтобы помочь им лучше понять концепцию игры. Остановите тренировку и разъясните атлетам сложившуюся ситуацию, чтобы помочь появлению правильной положительной реакции.
- Подчеркните важность соблюдения правил во время тренировок. Соблюдение правил помогает атлетам в их подготовке к участию в спортивных мероприятиях в обществе.

➤ **Восстановление и Растяжка (Слайд #14)**

- Необходимо проводить упражнения на восстановление и растяжку. Это поможет предотвратить судороги, боль в мышцах и придаст мышцам больше эластичности.
- Проанализируйте основные аспекты тренировки, похвалите действия атлетов, обсудите следующее соревнование или тренировку.

➤ **План Тренировки (Слайд #15)**

- Упражнение #3: План Тренировки.
  - Основываясь на опыте, полученном на уроке #7, студенты составляют в письменном виде план тренировки. В конце данного урока есть форма, на которой следует отметить вид спорта, дату, количество атлетов, количество тренеров и цели тренировки. Также заполните список проверки. Убедитесь, что все компоненты тренировки выполнены
    - Разминка и Растяжка
    - Обучение Навыкам
    - Опыт Участия в Соревнованиях

- Восстановление и Командное Обсуждение
- Также убедитесь, что время, цели, упражнения, структура и диаграмма каждого компонента заполнены соответствующим образом.



## Упражнение #1 Тренерский Стиль

### Часть 1

Здесь есть 15 горизонтальных строчек по четыре слова в каждой. В каждой строчке выберите два слова из четырех, которые вам наиболее характерны. Если все четыре слова вам характерны, тогда выберите только два наиболее подходящих. Если ни одно из слов не подходит, тогда выберите два самых близких.

<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
Деловой	Смелый	Личный подход	Неторопливый
Организованный	Решительный	Учтивый	Слушающий
Трудолюбивый	Независимый	Общительный	Кооперирующий
Сугубо Деловой	Отважный	Болтливый	Рефлексивный
Серьезный	Знающий цель	Теплый	Осторожный
Краткий	Любящий риск	Любезный	Умеренный
Практичный	Агрессивный	Чуткий	Неутвердительный
Самоконтролируемый	Авторитетный	Эмоциональный	Тщательный
Нацеленный	Утвердительный	Дружелюбный	Терпеливый
Методичный подход	Решительный	Искренний	Благоразумный
Деловой	Определенный	Общительный	Точный
Прилежный	Твердый	Демонстративный	Специфический
Систематический	Непоколебимый	Чувство юмора	Размышляющий
Формальный	Уверенный	Выразительный	Нерешительный
Упорный (Настойчивый)	Упорный	Верный	Сдержанный
_____	_____	_____	_____

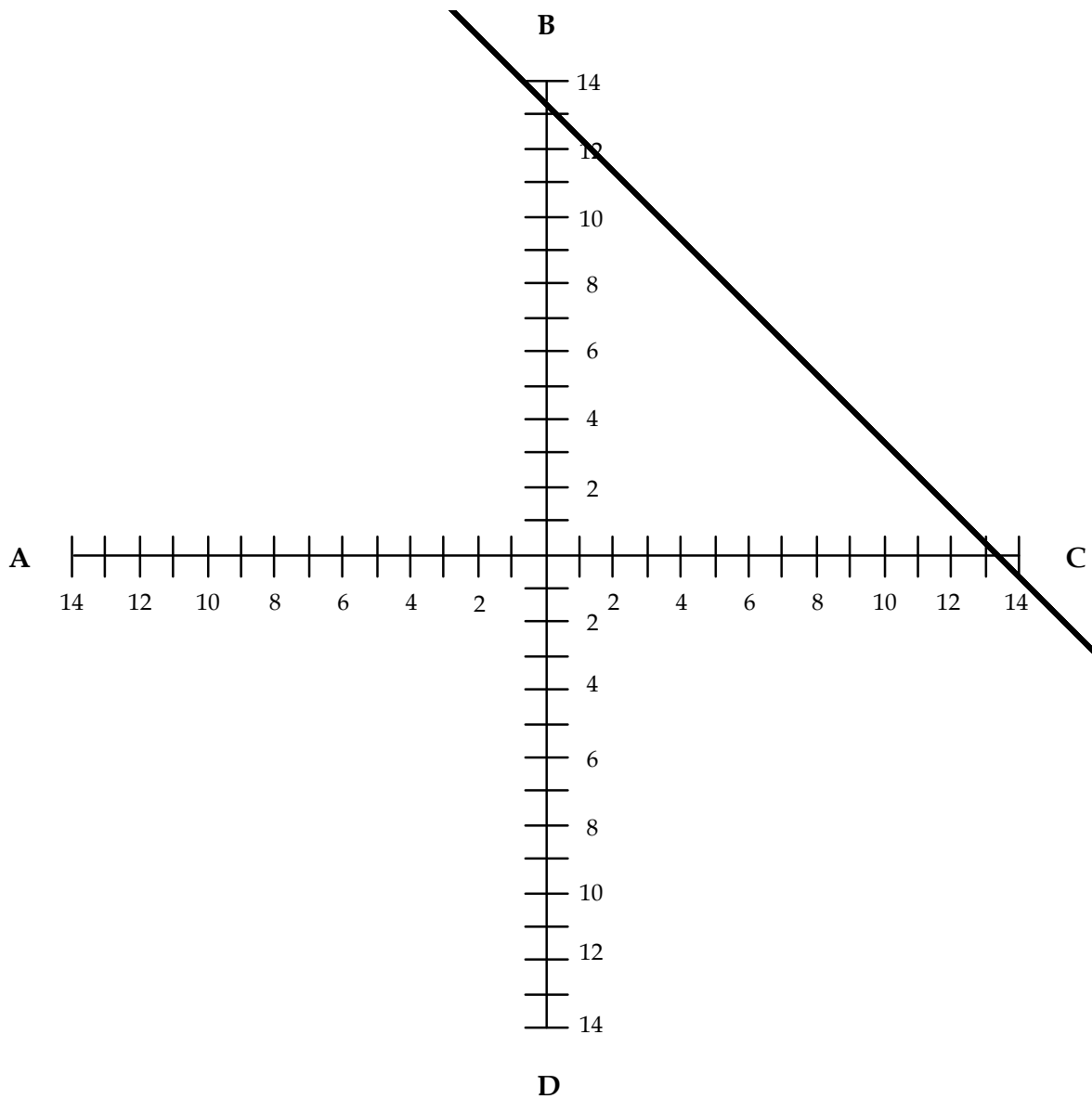


**Special Olympics**

**Упражнение #1  
Тренерский Стиль**

**Часть 2**

На предыдущей странице сложите число обведенных слов в соответствующей колонке и отметьте цифры на соответствующих линиях графика. Например, если в колонке А обведены 6 слов, то надо отметить цифру 6 на линии А на графике. То же самое необходимо повторить с колонками В, С и D. А затем проведите линии, чтобы нарисовать фигуру.





**Special Olympics**

## Упражнение #2 Характеристики Поведения Атлетов и Пути Улучшения Процесса Обучения

Цель предоставленной ниже таблицы состоит в том, чтобы дать тренерам полную и правильную информацию о различных функциональных и поведенческих характеристиках атлетов. Перед тренерами же стоит задача как можно более эффективно проводить обучение и тренировочный процесс для атлетов Специал Олимпикс. Однако, тренер может иметь уже сложившееся мнение о возможностях атлета, которое может быть ошибочным... не потому, что тренеру все равно, а потому, что тренер возможно полностью не осознает разницу в ожидании и реальностью.

Когда атлет проявляет так называемое трудное поведение, причиной тому не всегда являются вызов, игра на публику или баловство. Данное поведение может просто быть полным или частичным отражением человека в данный момент.

При наличии возможности обязательно обсудите характеристики атлета с его родителями, учителями, бывшими тренерами. Это поможет разработать успешные пути эффективного обучения. Используйте полученные данные по характеристикам как отправную точку. Убедитесь в том, что вы используете несколько различных путей при работе над характеристиками атлетов в процессе тренировки.

	<b>Поведение Атлета</b>	<b>Пути Успешного Обучения</b>
<input type="checkbox"/>	Медленное Обучение	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Структура.</li><li>2. Повторение и Закрепление.</li><li>3. Разделение навыков на малые части.</li></ol>
<input type="checkbox"/>	Неустойчивое Внимание	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Сокращение длительности тренировки.</li><li>4. Повторение и Закрепление (важен при обучении нового навыка).</li><li>2. Работа один на один (наличие полного внимания).</li></ol>
<input type="checkbox"/>	Настырность, Нежелание Измениться	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Постепенный, последовательный переход (подготовка к изменению).</li><li>2. Правила (но есть наличие гибкости правил).</li><li>3. Факторы мотивации. Использование предыдущего успешного опыта.</li></ol>
<input type="checkbox"/>	Проблемы в Поведении	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Четкие правила, ограничения и т.д.</li><li>2. Следование установленным правилам, но наличия возможности вернуться.</li><li>3. Закрепление правильного поведения.</li></ol>
<input type="checkbox"/>	Трудности в Устной Коммуникации или Ее Полное Отсутствие	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Дополнительное время для выражения мысли.</li><li>2. Использование картинок, стендов и других вспомогательных материалов.</li><li>3. Попросить атлета показать, что он/она имеет в виду.</li></ol>
<input type="checkbox"/>	Припадки	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Знание сигналов и симптомов.</li><li>2. Поддержание установленных параметров в отношении температуры воздуха, времени нахождения на открытом воздухе в солнечную погоду, уровня сахара.</li><li>3. Сохранение спокойствия в команде в случае припадка.</li></ol>



<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>	Плохое Состояние Мышечной Массы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специальные упражнения и программы укрепления мышц.</li> <li>2. Растяжка – медленно и осторожно. Запрет на слишком интенсивную растяжку.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Высокая Чувствительность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Установление визуального контакта с атлетом при разговоре.</li> <li>2. Использование мягкого/адаптивного оборудования.</li> <li>3. Физическая поддержка при необходимости, уважение желаний атлета.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Отсутствие Навыков Социального Общения	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Работа в малых группах.</li> <li>2. Работа в парах (сохранение пары на несколько недель).</li> <li>3. Обеспечение атмосферы тренировок без отвлечений.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Легко Утомляется	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отсутствие или уменьшение раздражителей ( притушить свет, снизить громкость, убрать ненужные предметы).</li> <li>2. Тренировка в отдельной комнате или малой группе, постепенно добавляйте участников.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Нарушение Баланса и Устойчивости	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказание дополнительной помощи.</li> <li>2. При растяжке сесть на пол, облокотиться о стену или держаться за партнера.</li> <li>3. Дополнительное время для выполнения упражнения.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Наличие Компульсивного Стремления к Пище	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отсутствие еды с тест тренировок и соревнований. Обеспечение наличия программы питания. (Люди с болезнью Prader Willi)</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Нарушения Координации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разделение упражнений на более простые движения.</li> <li>2. Дополнительное время с поддержкой один на один.</li> <li>3. Прогрессия в зависимости от успехов атлета.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Изменения Настроения (Частота и Интенсивность)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие четкой структуры.</li> <li>2. Ясные цели, ограничения и условия.</li> <li>3. Отделение от группы при необходимости, но наличие возможности вернуться.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Физические Ограгичения	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие адаптивного оборудования или его модификаций.</li> <li>2. Наличие упражнений на укрпление и растяжение мышц.</li> <li>3. Развитие навыков движения и устойчивости.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Слепота	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использование различных устных подсказок.</li> <li>2. Обзор/анализ проделанных действий.</li> <li>3. Демонстрация действий.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>	Глухота	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Установление визуального контакта при разговоре.</li> <li>2. Использование знаков, картинок или сурдоперевода.</li> <li>3. Демонстрация желаемых действий.</li> </ol>
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		



### Урок #3 План Тренировки

Вид Спорта: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_ # атлетов: \_\_ # тренеров: \_\_

Цели Тренировки:

\_\_\_\_\_

Список Проверки:  Оборудование  Покрытие для Тренировки  Расположение  
 Наблюдение

Время	Вид Задания	Цели	Упражнения	Расположение
	Разминка  Растяжка			
	Обучение Навыкам			
	Опыт Участия в Соревнованиях  Тренировки с Атмосфере Спортивного Соревнования			
	Восстановление  Командное Обсуждение			

## Урок #8 Проведение Соревнования Специал Олимпикс

### **Цель Урока:**

- Обеспечить основные шаги, необходимые для координирования местной, областной, региональной и международной программы Специал Олимпикс и основных организационных моментов.

### **Цели и Задачи:**

- Описать оргкомитеты Специал Олимпикс
- Кратко описать обязанности директора каждого комитета.
- Кратко описать обязанности каждого подкомитета.
- Описать для каждого комитета процедуры, которых необходимо придерживаться.
- Составить для каждого комитета проверочный список, чтобы обеспечить качество соревнования.
- Описать необходимые материалы для каждого комитета.

### **Темы для Обсуждения:**

- Команда Менеджмента Игр
- Обязанности Директора Игр и Директоров Комитета
- Комитет Игр и Подкомитеты
- Обязанности, Процедуры, Проверочный Список и Материалы каждого Подкомитета
- Директивы для проведения Спортивных Мероприятий

### **Материалы:**

- Специал Олимпикс Руководство для Директора Игр
- Специал Олимпикс Свод Правил для каждого вида спорта
- Специал Олимпикс Руководство для Команды Менеджмента Спортивных Соревнований для каждого спортивного мероприятия
- Специал Олимпикс Учебное Руководство Спортивных Навыков
- PowerPoint Презентация: Урок #8 «Проведение Мероприятия Специал Олимпикс»

**Автор:** Джинджин Яанг, Доктор Философии, Адъюнкт-профессор, Государственный Университет Южного Коннектикута, Штат Коннектикут, США (Jinjin Yang, Ph. D., Associate Professor, Southern Connecticut State University, Connecticut, USA)

## **Содержание:**

Примечания относятся к PowerPoint Презентации: Урок #8 «Проведение Мероприятия Специал Олимпикс»

- **Команда Менеджмента Игр (Слайд #2)**
  - Начало мероприятия
  - Диаграмма Команды Менеджмента Игр (Слайд #2)
  
- **Обязанности Директора Игр (Слайд #3)**
  
- **Обязанности Административного Директора и Подкомитетов (Слайды #4 и #5)**
  - Комитет Регистрации и его обязанности
    - Содержание сумки участника
    - Книга для Тренера
    - Подготовка регистрационных форм
  
  - Комитет Компьютерного Обеспечения и его обязанности
    - Использование компьютерных программ для сбора, обработки и использования информации
  
  - Комитет по Финансам и его обязанности
    - Определить финансовые потребности всех комитетов
    - Подготовка бюджета
    - Контроль бюджета
  
- **Обязанности Административного Директора и Подкомитетов (Слайд #6)**
  - Комитет по Связям с Обществом и его обязанности
    - Важность связи с общественностью
    - Комитет по выпуску сообщений в средства массовой информации и его обязанности
    - Комитет по подготовке Официальной Программки
    - Комитет по популяризации Игр
  
  - Комитет Расписания Игр и его обязанности
    - Планирование
    - Общее Расписание
    - Спортивное Расписание
    - Расписание Специальных Мероприятий
    - Образец расписания одного дня игр
    - Образец расписания спец. мероприятия
  
- **Обязанности Директора по Снабжению и Подкомитетов (Слайды #7 и #8)**
  - Комитет по Размещению и его обязанности
    - Выбор подходящего места для размещения
    - Координация действий с другими комитетами
  
  - Комитет по Снабжению Питания и его обязанности
    - Оценка расходов на питание и напитки (предусмотрение различных меню)
    - Обеспечение и распределение питания

- **Обязанности Директора по Снабжению и Подкомитетов (Слайд #9)**
  - Комитет по Снабжению и его обязанности
    - Значимость обязанностей председателя комитета
    - Определить необходимые условия и оборудование
    - Обеспечить условия, доставку и установку оборудования
    - Координировать процедуры уборки
  - Медицинский Комитет и его обязанности
    - Основные задачи комитета
    - Обязанности медицинского штата по работе с документацией
    - Обязанности координатора службы экстренной помощи
    - Обязанности координатора профессиональной медицинской службы
- **Обязанности Директора Специальных Мероприятий и Подкомитетов (Слайды #10 и #11)**
  - Комитет Церемоний и его обязанности
    - Расписание и содержание Церемонии Открытия
    - Пример Церемонии Открытия
    - Церемонии Закрытия
    - Оборудование и Снабжение, необходимые для мероприятия
  - Комитет Награждений и его обязанности
    - Ученики должны прочитать материалы до урока и проводить групповые обсуждения в классе
    - Спортивные Награды (награды, подиумы, место, число наград в каждом дивизионе)
    - Специальные награды
    - Награды за Участие
    - Разработать четкую процедуру для представления и распределения наград
- **Обязанности Директора Специальных Мероприятий и Подкомитетов (Слайд #12)**
  - Комитет по Приему Участников и его обязанности
    - Комитет по встрече прибывающих (ответственные за проживание команд, система идентификации ответственных за проживание команд)
  - Комитет Транспорта
    - Определить расходы на транспорт
    - Координация действий с другими комитетами (расписание, специальные мероприятия, спортивные соревнования, размещение)
    - Транспорт для VIP (высокопоставленных лиц)
    - Обеспечение благополучного и безопасного проведения мероприятия
  - Комитет Родителей и его обязанности
    - Рекрутирование и обучение родителей для роли добровольцев
    - Планирование и внедрение программы для семей, присутствующих на Играх (предложения по культурной программе)
    - Обеспечение информационной поддержки о переезде, жилье и других материалов для родителей, заинтересованных в посещении Игр

- Комитет Специальных Мероприятий и его обязанности
  - Практические занятия (клиники) для улучшения навыков и досуга
  - Клиники обмена культурным опытом
  - Обеспечение атмосферы приятного и полезного времяпрепровождения
  - Образец Олимпийского Города
- Комитет по Вопросам Развлечения и его обязанности
  - Принять необходимые меры по организации культурно-развлекательной программы (контакт, расписание, установка сцены, уборка)
  - Координировать действия с другими комитетами (расписание, церемонии, снабжение)

➤ **Обязанности Директора Добровольцев (Слайд #13)**

- Генеральный Комитет и его обязанности
  - Рекрутирование необходимого числа добровольцев/ волонтеров
  - Разработка программы обучения добровольцев/ волонтеров
  - Поддержка базы данных всех добровольцев и способы признания их усилий (письма благодарности или награды, подарки)
  - Координация действий с комитетами, ответственными за церемонии, награды и спортивные мероприятия

➤ **Обязанности Спортивного Директора и Подкомитета (Слайды #14 и #15)**

- Предоставление таблицы для управления спортивным мероприятием (индивидуальное или командное соревнование)
- Общие процедуры для проведения индивидуальных соревнований
- Общие процедуры для проведения командных соревнований
- Комитет по Спортивным Правилам и его обязанности
  - Изучение и проверка правил для каждого вида спорта и каждого дивизиона
  - Проверка наличия обновленной информации в Книге для Тренера.
  - Подготовка и получение регистрационной формы
  - Определение критерия соответствия
  - Разделение участников по дивизионам в соответствии с возрастом, полом, уровнем способностей
  - Предоставление списка критериев оценки соревнования
- Комитет Управления и его обязанности
  - Координация действий с Комитетом по Снабжению для обеспечения соответствующего места для проведения соревнований и наличие необходимого оборудования
  - Координация действий с Комитетом Добровольцев для обеспечения необходимого числа добровольцев для проведения регистрации и сопровождения атлетов к местам соревнований.

➤ **Обязанности Спортивного Директора и Подкомитета (Слайд #16)**

- Комитет Соревнований и его обязанности
  - Предоставление директив для официальных лиц
  - Организация тренировок для официальных лиц
  - Определение расписания спортивных соревнований в соответствии с Комитетом Расписания Игр
  - Подготовка детальных процедур для обеспечения безопасного и эффективного проведения каждого предложенного мероприятия/ соревнования (ученикам должны быть предоставлены примеры)
  - Подготовка письменных инструкций для всех тренеров и сотрудников, координирующих соревнования
  - Регистрация всех финальных результатов, раздача их тренерам и предоставление для внимания публики
  - Координация действий с Комитетом Награждений по вопросам вручения наград по окончании соревнований в каждом дивизионе

➤ **Образец Проведения Спортивного Соревнования (Слайд #17)**

Попросите студентов поработать в группах, каждая группа будет действовать как один или два комитета, чтобы рассмотреть пример соревнования по легкой атлетике.

**Урок # 9**  
**Организация Практического Мероприятия**  
**Спешиал Олимпикс**

**Основная Цель Урока:**

- Обсуждение путей организации практического мероприятия Спешиал Олимпикс как часть программы университетского образования.

**Цели и Задачи:**

- Обсуждение как организация практического мероприятия Спешиал Олимпикс вписывается в учебную программу физического образования.
- Обсуждение нескольких организационных структур по наблюдению за проведением практического мероприятия Спешиал Олимпикс.
- Описание индивидуальных когнитивных, психомоторных и других навыков, продемонстрированных при проведении практического мероприятия Спешиал Олимпикс.
- Определение различных методов оценки действий студентов во время проведения практического мероприятия Спешиал Олимпикс.

**Темы для Обсуждения:**

- Организация практического мероприятия является важной неотъемлемой частью Программы Обучения Тренера Спешиал Олимпикс.
- Как практическое мероприятие Спешиал Олимпикс вписывается в учебную программу физического образования?
- На каком профессиональном уровне должно проходить практическое мероприятие Спешиал Олимпикс?
- Где должно проходить практическое мероприятие Спешиал Олимпикс?
- Модель Общество-Университет-Город как один из примеров практического мероприятия Спешиал Олимпикс.
- Определяющие факторы успешного мероприятия.
- Требования к студентам во время практического мероприятия.
- Цели и задачи практического мероприятия.
- Технические навыки, приобретенные во время проведения практического мероприятия.
- Задания для выполнения.
- Обязанности руководителя.
- Обязанности руководителя университетской практики.
- Оценка практического мероприятия.
- Оценка тренером.
- Польза для студентов.

**Материалы:**

- Национальные Стандарты для Тренеров по Легкой Атлетике из Национальной Ассоциации по Спорту и Физическому Образованию (NASPE). Национальный Союз Здоровья, Физического Образования и Танцев. Система Оценки Тренеров Спешиал Олимпикс (AANPERD).
- Урок #9 Презентация PowerPoint Организация Практического Мероприятия Спешиал Олимпикс.

**Автор:** Джоди Брилински, Доктор Философии, Западно-Мичиганский Университет, Штат Мичиган, США.



## **Содержание:**

Примечания относятся к уроку # 9 Презентации PowerPoint Организация Практического Мероприятия Специал Олимпикс

### ➤ **Организация Практического Мероприятия Специал Олимпикс как Часть Программы Обучения Тренера. (Слайд #2)**

- Программа обучения тренера требует прохождения тренером-новичком всех этапов обучения на всех уровнях.
- Процесс обучения еще более важен в случае с опытными тренерами, так как им необходимо адаптироваться к тренировкам атлетов Специал Олимпикс.
- Всегда рекомендуется включать практическую часть в план при работе с материалом Специал Олимпикс. Непосредственное общение с атлетами Специал Олимпикс является наиболее эффективным методом применения опыта Специал Олимпикс.

### ➤ **Учебная Программа Физического Образования (Слайд #3)**

- Существует несколько программ практического мероприятия Специал Олимпикс, которые могли бы плавно вписаться в структуру физического образования.
  - Отдельная программа по вопросам практического мероприятия Специал Олимпикс является предпочтительным вариантом.
  - Курс: Теория Тренировки (общая информация по всем видам спорта).
  - Курс: Тренировка, Продвинутое Навыки (по отдельному виду спорта).
  - Курс: Элемент Включения и Специальный Отдых.
  - Курс: Спорт для Людей с Отклонениями в Умственном Развитии.
  - Курс: Плавание для Ребенка с Отклонениями.
  - Курс: Упражнения для Людей с Отклонениями
- Для того, чтобы полностью понять идеи и различные аспекты Специал Олимпикс, тренерам и партнерам рекомендуется провести вместе с атлетами Специал Олимпикс как минимум десять часов вне тренировок.
- Очень важно проведение тренировочного процесса в течение спортивного сезона Специал Олимпикс, от первой тренировки до участия в соревновании. Атлеты получают опыт участия в соревнованиях во все поры года и будет сохранена устойчивая структура спортивного сезона для атлета.

### ➤ **Учебная Программа Физического Образования (Слайд #4)**

- Спортивные Программы Специал Олимпикс также дают возможность желающим пройти стажировку по следующим дисциплинам:
  - Тренерская Работа
  - Отдых и Развлечения
  - Специальное Физическое Образование
  - Специальное Физическое Образование (углубленное и не углубленное)
- Рекомендуется как минимум 75 контактных часов практического опыта для получения существенных навыков.

### ➤ Уровни Профессионального Роста (Слайд #5)

- Практические мероприятия Специал Олимпикс помогают развитию следующих уровней профессионального роста в программе физического образования.
  - Обучение Тренера: Национальный Совет Аккредитации Программ Обучения Тренеров США. (NCACE)
    - Часть 36: Организация и Проведение Спортивных Программ: включает в себя управление мероприятием, контроль бюджета, подготовку места проведения тренировки, связь с общественностью.
    - Часть 37: Проведение Тренировки под Наблюдением: возможность накопления опыта для последующего плавного перехода к самостоятельной деятельности.
  - Обучение Учителя: Национальная Ассоциация по Спорту и Физическому Образованию США (NASPE)
    - Часть 3: Разнообразие Студентов: преподаватели физической культуры понимают наличие сходств и отличий у студентов в их подходах к процессу обучения, и поэтому создают адаптированные к данным различиям инструкции.
    - Часть 6: Планирование и обучение связано с видом практического мероприятия, которое позволяет студентам отшлифовать, разнообразить и применить свои навыки.
    - Часть 10: Взаимосвязь преподавателей физической культуры с коллегами, родителями и общественными организациями для поддержки развития навыков студента и его общего благосостояния.
- Другие Организации:
  - Специальное Физическое Образование: Национальный Консорциум Физического Образования и Отдыха для Людей с Отклонениями в Умственном Развиии США. (NCPERD)
  - Специалист по Организации Отдыха: Национальная Ассоциация по Организации Отдыха (NRPA)
  - Система Организации Отдыха: важность понимания принципа включения, так как он относится к стадиям разработки и действия программ отдыха.

### ➤ Программы и Мероприятия Специал Олимпикс (Слайд #6)

- Практическое Мероприятие Специал Олимпикс может быть проведено в любой Программе Специал Олимпикс. У каждой Программы есть что-то свое неповторимое. Главное, чтобы программа вызвала интерес у студентов и помогла им развить свои навыки.
- Индивидуальные Навыки: Программа Развития Двигательной Активности для атлетов всех возрастов, кто еще не преобразовал навыки двигательной активности в спортивные навыки. Основой является работа над простыми упражнениями по движению.
- Традиционные Соревнования Специал Олимпикс: Атлеты всех возрастов участвуют в тренировках и спортивных соревнованиях Специал Олимпикс в зависимости от возрастной группы и уровня способностей. Команды участвуют в командных соревнованиях, а индивидуумы – в индивидуальных. При этом учитывается одинаковый уровень способностей и проводится дивизионирование. Все уровни навыков видны.

- Программа «Объединенный Спорт®» - это команды, состоящие из людей с отклонениями в умственном развитии и без таковых. Атлеты и партнеры проводят тренировки и участвуют в соревнованиях вместе. При наличии видимой разницы в уровнях навыков между атлетами и партнерами образуются команды для тренировок. А команды для участия в соревнованиях состояются из атлетов и партнеров одинакового уровня спортивных навыков.
- Есть также возможность создания «внутренней» университетской лиги с целью обеспечения студентов возможностью проведения практического мероприятия. Модель Общество-Университет-Город может служить примером такого подхода при использовании программы «Объединенный Спорт®».

➤ **Специал Олимпикс Объединенный Спорт® Модель Общество-Университет-Город (Слайд #7)**

- Использование модели Общество-Университет-Город было попыткой привлечь различные организации в один проект с целью максимального использования ресурсов в Программах Специал Олимпикс. В данной модели Специал Олимпикс сотрудничали с местным университетом, а также с Отделом Культуры и Отдыха Городского Совета с целью создания дополнительных возможностей для атлетов в программе Объединенный Спорт®.
- Постарайтесь создать свои «внутренние» лиги, в которых соревнования проходят как минимум на протяжении 8 недель и заканчиваются турнирами местного или регионального масштаба. Тренировки в спортивном зале должны проходить раз в неделю по 1.45 часа, а на открытом воздухе – два раза в неделю в течение учебного года в университете. Соревнования проходят каждую неделю, все больше участников принимают участие в предварительных раундах. Выбор видов спорта основан на дополнении традиционных видов спорта Специал Олимпикс, которые требуют более высокого уровня навыков и соревнований. Данная программа также рассматривается как платформа развития интереса и будущего роста внутри Национальной Программы.
- Лига Объединенный Спорт® стала одной из одобренных платформ для проведения практических занятий в программах обучения физического образования, специального физического образования и отдыха. Участники университетского курса обучения тренера также получили сертификаты Специал Олимпикс. Самым важным аспектом стало получение ценного практического опыта.
- Студенты также получили возможность освоить дополнительные навыки для своего собственного дальнейшего профессионального развития.
  - Обеспечение дополнительных программ для удовлетворения нужд общества и наличие большого количества добровольцев, готовых оказать поддержку Специал Олимпикс.
  - Установить тесные связи между общественностью и спортивными организациями для дальнейшего развития принципа включенности в спорте, что в свою очередь ведет к общегражданской ответственности.
  - Разделение между университетом и общественностью в данном случае стирается, так как спорт становится общей точкой соприкосновения для дальнейшего развития социальных отношений.
  - Уже есть доказательства, что студенты, которые принимали активное участие в таких программах в процессе своего профессионального развития, сохраняют положительное отношение к программам на протяжении долгого периода времени.

➤ **Определяющие факторы успешного мероприятия (Слайд #8)**

- Сопоставьте полученный опыт с планами и целями будущей карьеры. Если студент планирует продолжать обучение или тренировки на уровне среднеобразовательной школы, тогда ему или ей необходимо найти пути получения опыта с более взрослыми атлетами, с атлетами более высокого уровня развития или Объединенным Спортом®.
- Студенты должны работать в том виде спорта, где у них есть возможность наилучшим образом приложить свои усилия. Практический опыт помогает развитию знаний тренера в виде спорта, а участие в программе Специал Олимпикс добавляет уверенности в собственных силах. Рекомендуется только очень опытным тренерам проводить практические мероприятия в программе Специал Олимпикс по виду спорта, отличному от вида спорта, по которому они проводили тренировки вне Специал Олимпикс.
- Оставляйте дополнительное время на переезды. Если студент пытается организовать практическое мероприятие, а у него уже много различных мероприятий, лекций и возникают трудности с организацией транспорта к месту тренировок вне университетской зоны, тогда это может привести к отрицательному опыту. Тренер должен организовать тренировки таким образом, чтобы удовлетворять все нужды атлетов Специал Олимпикс.
- Следует помнить, что тренировка состоит не только из нападения и защиты или успехов атлета. К тренировке также относятся:
  - Административные обязанности (например, руководства по связям с другими организациями, взаимоотношения между штатными сотрудниками, характеристика аспекта поддержки)
  - Менеджмент места проведения тренировки (например, обслуживание и менеджмент места проведения тренировки, охрана, выбор оборудования)
  - Социальные навыки (например, связь с общественностью, работа в комитетах)

➤ **Требования Практического Мероприятия (Слайд # 9)**

- Если участник Практического мероприятия впервые соприкасается со Специал Олимпикс, тогда он или она должен будет посетить Курс Ориентации Специал Олимпикс до начала практического мероприятия. Местные программы Специал Олимпикс всегда готовы провести курс ориентации в университете. Курс Ориентации может быть представлен как часть общей программы. Длительность не должна превышать 90 минут.
- Если общая длительность практического мероприятия для участника по всей вероятности составит более 10 минимальных часов, тогда рекомендуется, чтобы участник прошел курс Основные Спортивные Навыки и получил раздаточный материал по Технике Безопасности.
  - Курс Специал Олимпикс Спортивные Навыки длится от 4 до 8 часов в зависимости от спорта и практической составляющей тренировки.
  - Даже опытным тренерам рекомендуется пройти курс Специал Олимпикс Спортивные Навыки или курс Принципы Тренировки в Специал Олимпикс до начала или во время проведения практического мероприятия. Это позволит тренеру иметь более четкое представление о методиках тренировок атлетов с различными учебными отклонениями в контексте правил Специал Олимпикс.

➤ **Цели Практического Мероприятия (Слайд #10)**

- Практическое мероприятие способствует развитию самого студента, а также учебного заведения.
- Оказать студентам помощь в получении опыта, на основе которого они будут строить свою профессиональную карьеру.
- Помочь студентам преобразовать теоретический материал и навыки в практический опыт.
- Дать возможность студентам развить свои способности в профессиональные навыки под присмотром квалифицированного руководителя.
- Помочь студентам развить навыки социального общения: коммуникация, сотрудничество, что важно для профессионального развития.
- Четкое понимание роли тренера.
- Рассмотреть список целей и задач, стоящих перед студентом, при участии руководителя практического мероприятия и советника по вопросам университетской практики.

➤ **Технические навыки, приобретенные во время проведения практического мероприятия (Слайд #11)**

- Полученный практический опыт помогает студентам более глубоко и всесторонне понять следующие аспекты.
- *Философия и Этика*: Развить навыки, которые помогут студентам стать сторонниками таких социально важных организаций как Специал Олимпикс.
- *Техника Безопасности в Спорте и Предотвращение Травм*: Глубокие знания вопросов планирования всего процесса, а также предотвращения возможных травм.
- *Физическое Состояние*: Следование принципам правильно спланированного процесса тренировок, физических нагрузок и соответствующего питания.
- *Рост и Развитие*: Понимание принципов роста, развития и обучения в тренерской работе.
- *Обучение и Мотивация*: Понимание социальных и психологических аспектов работы тренера и как данные аспекты влияют на процесс обучения атлетов.
- *Организационные и Административные Стороны*: Применение таких организационных и административных навыков, как общее управление процессом, подготовка письменных отчетов, бюджет и т.д.
- *Применение Навыков и Тактики*: Развитие набора навыков, тактик и стратегий применяемых в процессе тренировки в данном виде спорта.
- *Оценка*: Развитие системы оценки командных и индивидуальных действий с целью достижения поставленных целей.

➤ **Упражнения (Слайд #12)**

- Студенты, которые принимают участие в практическом мероприятии как части курса физического образования, должны выполнить следующие задания.
  - Посетить все тренировки и соревнования.
  - Разработать и предоставить на рассмотрение план работы для каждой тренировки с атлетами.
  - Провести оценку менеджмента риска во время проведения одной тренировки и одного спортивного мероприятия.
  - Провести оценку собственной работы и обсудить полученные тренерские навыки с руководителем.

➤ **Упражнения (Слайд #13)**

- Студенты, которые принимают участие в практическом мероприятии как часть курса «Тренировки в Специал Олимпикс», должны выполнить следующие задания.
  - Посетить все тренировки и соревнования в определенный период времени в течение сезона.
  - Разработать и предоставить на рассмотрение план работы Команды Специал Олимпикс на весь сезон.
  - Разработать и предоставить на рассмотрение план работы для каждой тренировки с атлетами.
  - Разработать и предоставить на рассмотрение план Экстренной Медицинской Помощи на месте проведения тренировок.
  - Провести оценку менеджмента риска во время проведения одной тренировки и одного спортивного мероприятия.
  - Провести оценку собственной работы в середине сезона, обсудить полученные тренерские навыки с руководителем.
  - Попросить руководителя данного проекта или руководителя университетской практики дать оценку вашим тренерским навыкам и умениям.

➤ **Обязанности руководителя проекта (Слайд # 14)**

- Встречи со студентом с целью определить его или ее роль и обязанности в данном практическом мероприятии.
  - Студенту должна быть дана возможность принимать активное участие в планировании тренировок, проведении тренировок, а также в оценке как индивидуальных, так и командных действий.

- Встречи со студентом должны быть организованы раз в неделю с целью обсуждения вопросов по работе студента.
- Рекомендуется проводить оценку работы студента на основе определенной системы структурированного наблюдения, которая была обсуждена и принята руководителем проекта, студентом и руководителем университетской практики. Старайтесь представить свои замечания в виде конструктивных и объективных советов.
- Предложите помощь в развитии профессиональных навыков, которые требуют дополнительного внимания на данный момент. Роль руководителя проекта также включает в себя обязанности при необходимости провести дополнительное обучение или переобучение и оказание всесторонней поддержки в случае, когда студент не в состоянии полностью освоить тот или иной навык.

➤ **Обязанности руководителя университетской практики (Слайд #15)**

- Организация системы вовлечения студентов в программы Специал Олимпикс с целью получения практического опыта.
- Представление стороны университета на всех встречах с руководителями проектов Специал Олимпикс и сотрудничающими организациями.
- Просмотр планов и заданий практического мероприятия на постоянной основе с целью дать оценку и обеспечить постоянный профессиональный рост студентов.
- Наблюдение за студентом как минимум один раз в семестр.
- Постоянная связь со студентом и руководителем проекта.
- Обсуждение официальной оценки работы студента вместе со студентом и руководителем проекта.

➤ **Оценка практического мероприятия (Слайд #16)**

- Студент должен провести самооценку своих способностей. Оценка должна включать в себя следующее.
- Стратегии работы и социальные навыки. Оценка может различаться от «всегда» до «никогда». Примеры:
  - Я разработал и предоставил план работы во время тренировки.
  - Я был позитивно настроен во время тренировки.
  - Я давал хорошие тренерские советы атлетам.
  - Мне тренировка очень понравилась.
- Следует ответить на ряд общих вопросов для более полной оценки результатов тренировки.
  - Что удалось хорошо сделать?
  - Над чем еще следует поработать?
  - Как атлеты реагировали на ваш тренерский стиль?
  - Что вы сделаете иначе следующий раз?

➤ **Оценка руководителем проекта (Слайд #17)**

- Руководитель практического мероприятия и руководитель университетской практики должны провести официальное наблюдение с последующей оценкой работы студента. Каждый аспект следует оценить следующим образом: хорошо развит, не полностью развит, недостаточно информации для оценки. Вся дополнительная информация также должна быть записана.
- Форма Оценки Тренера в Специал Олимпикс Новая Зеландия содержит набор вопросов по следующим категориям.
  - Причины решения стать тренером/ Правила Поведения Тренера
  - Планирование Тренировки
  - Обеспечение безопасности во время проведения тренировки
  - Обучение навыкам
  - Эффективное общение
  - Управление поведением атлета
  - Обучение атлетов навыкам данного вида спорта

➤ **Польза для студента (Слайд #18)**

- Получение знаний и опыта работы тренером, понимание разносторонних аспектов работы.
- Понимание индивидуальных и общественных нужд, для удовлетворения которых и были созданы данные программы, а также влияние программ на атлетов, группы и общество в целом.
- Принять стоящие на пути профессионального развития трудности и осознать важность их преодоления.
- Применение приобретенного теоретического материала, вынесенного из класса, и общих знаний на практике.
- Установление связи со штатными работниками в спортивных клубах и организациях.
- Осознание и оценка своих общечеловеческих ценностей и целей профессионального развития.
- Обнаружение своих сильных и слабых сторон.
- Начальная подготовка к роли тренера.