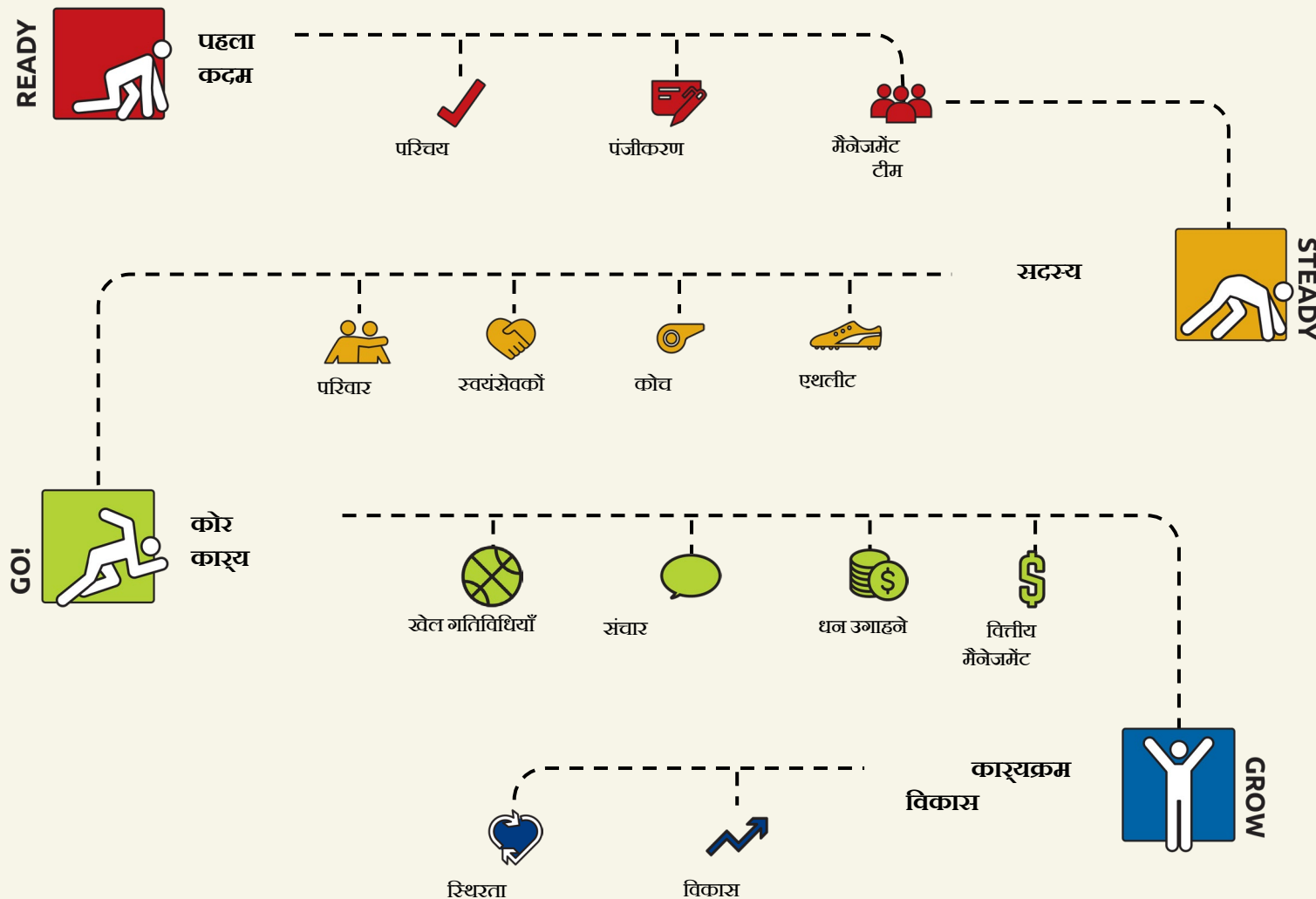


# स्थानीय कार्यक्रम विकास रोडमैप

## स्थानीय कार्यक्रम क्या है ?

एक स्थानीय कार्यक्रम एक समुदाय के भीतर विशेष ओलंपिक खेल और गैर - खेल गतिविधियों की प्रेशकश करता है। यह विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम की एक स्थानीय शाखा है।

विशेष ओलंपिक स्थानीय कार्यक्रम किसी के लिए भी सदस्य बनने के लिए खुले हैं- बौद्धिक विकलांग और बिना बौद्धिक विकलांगता वाले लोग , उनके परिवार और सभी पृष्ठभूमि के स्वयंसेवक। यह आंदोलन के स्थानीय जमीनी स्तर पर है जहां समावेशन के समुदायों का निर्माण किया जाता है , और सभी की क्षमताओं की सराहना की जाती है।





## विशेष ओलंपिक क्या है

?

विशेष ओलंपिक एक वैश्विक आंदोलन है जो खेल की परिवर्तनकारी शक्ति और आनंद के माध्यम से मानवीय भावना को उजागर करता है, सामाजिक समावेश को बढ़ावा देता है और दुनिया भर में बौद्धिक विकलांग लोगों (आईडी) के लिए समावेशी समुदायों का निर्माण करता है। खेल में प्रोग्रामिंग के माध्यम से,

स्वास्थ्य, शिक्षा और नेतृत्व, विशेष

ओलंपिक आईडी वाले लोगों के लिए समान अधिकारों और अवसरों को बढ़ावा देता है।



### मिशन

बौद्धिक दिव्यांगता वाले बच्चों और वयस्कों के लिए विभिन्न प्रकार के ओलंपिक प्रकार के खेलों में साल भर खेल प्रशिक्षण और एथलेटिक प्रतियोगिता प्रदान करना। यह उन्हें शारीरिक फिटनेस विकसित करने, साहस प्रदर्शित करने, खुशी का अनुभव करने और अपने परिवारों, अन्य विशेष ओलंपिक एथलीटों और समुदाय के साथ उपहार, कौशल और दोस्ती साझा करने में भाग लेने के निरंतर अवसर प्रदान करता है।



### दृष्टि

खेल के माध्यम से, विशेष ओलंपिक बौद्धिक विकलांग लोगों के प्रति दिल और दिमाग खोलता है और दुनिया भर में समावेशी समुदायों का निर्माण करता है।



### लक्ष्य

लक्ष्य 1: समुदायों को मजबूत करने के लिए स्थानीय खेल भागीदारी और एथलीटों की भलाई में सुधार करना। लक्ष्य 2: समावेशन में आने वाली बाधाओं को दूर करना और डिजिटल तकनीक के माध्यम से अपनी पहुंच का विस्तार करना।

### विशेष ओलंपिक एथलीट शपथ

मुझे जीतने दो। लेकिन अगर मैं जीत नहीं सकता,  
तो मुझे इस प्रयास में बहादुर बनने दो।

## विशेष ओलंपिक संचालन के स्तर

### स्थानीय क्लब

- ☐ एक स्थानीय समुदाय में विशेष ओलंपिक का आयोजन
- ☐ एथलीटों, परिवारों और भाई-बहनों, कोचों और स्वयंसेवकों को शामिल करता है
- ☐ राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के नियमों और इस गाइड के अनुसार आयोजित किया जाता है

### विशेष ओलंपिक मान्यता प्राप्त राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम

- ☒ राष्ट्रीय, राज्य और स्थानीय स्तर पर कार्यक्रमों और खेलों का आयोजन करता है
- ☒ अवसर उप - कार्यक्रमों में विभाजित किया जाता है (प्रांत, काउंटी या देश / राज्य के भीतर इसी तरह के भौगोलिक क्षेत्र द्वारा)
- ☒ स्थानीय क्लबों को मार्गदर्शन, समर्थन, सूचना, संसाधन, नीतियां और प्रक्रियाएं प्रदान करता है

### विशेष ओलंपिक क्षेत्र

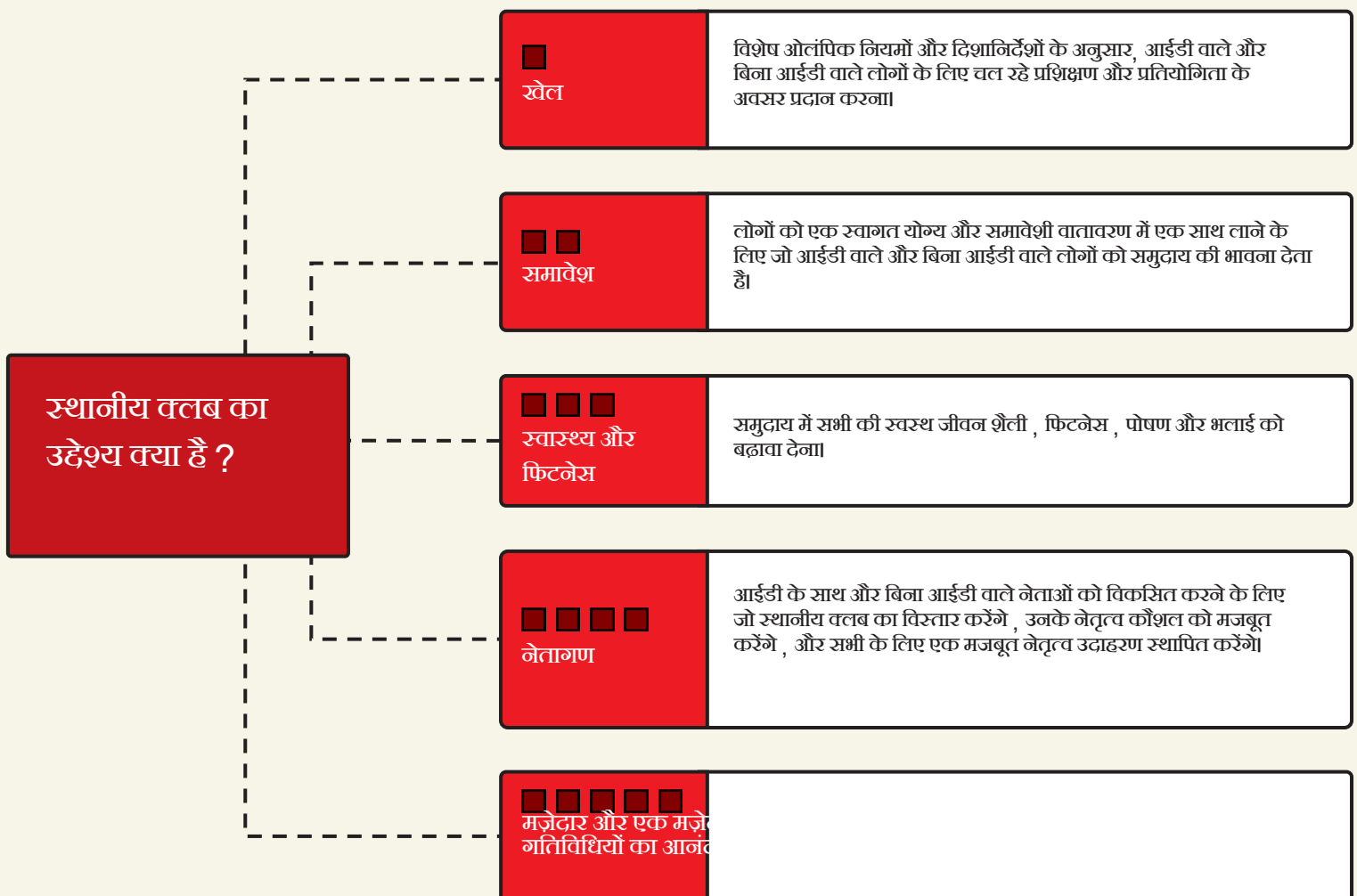
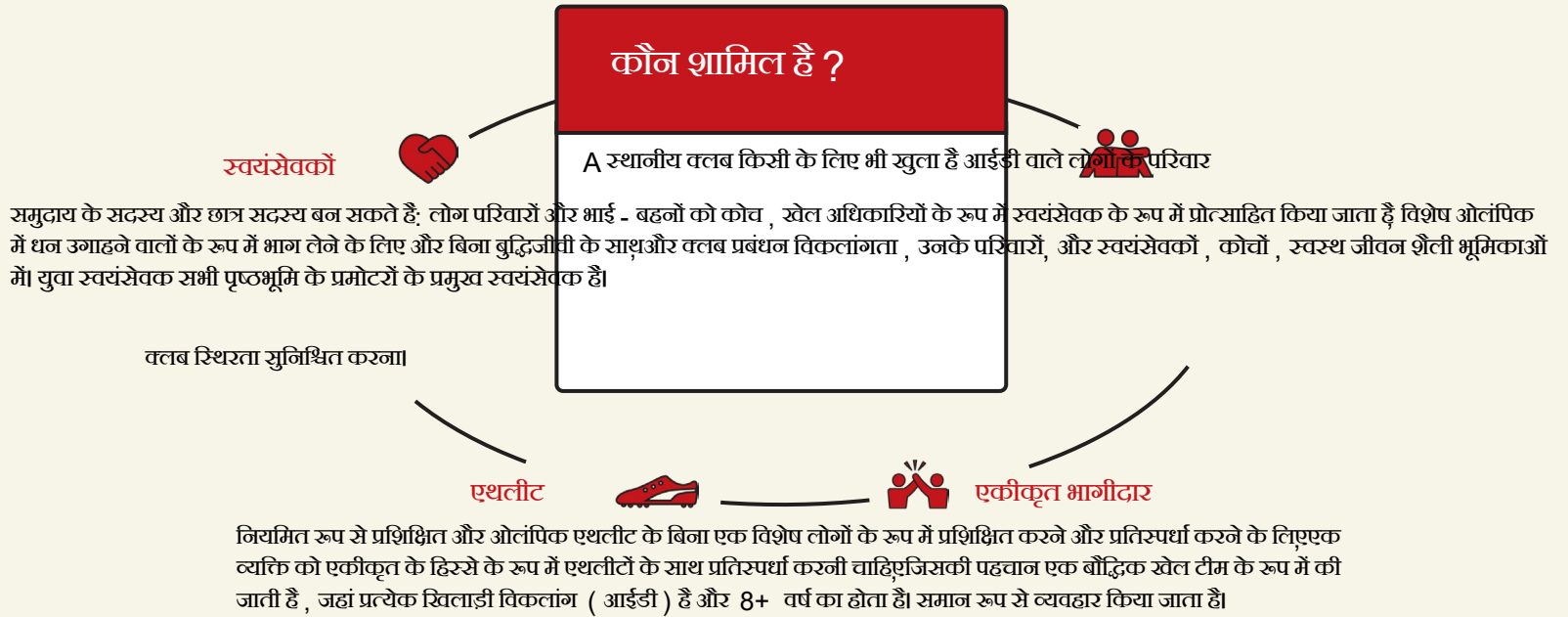
- ☒ क्षेत्रीय स्तर पर एसओआई नियमों और नीतियों के कार्यान्वयन का समर्थन किया
- ☒ विशेष ओलंपिक संसाधनों के विकास और रोल-आउट का समर्थन करता है
- ☒ क्षेत्र में राष्ट्रीय और राज्य कार्यक्रमों को सहायता प्रदान करता है
- ☒ क्षेत्रीय कार्यक्रमों और खेलों का आयोजन करता है

### विशेष ओलंपिक अंतर्राष्ट्रीय (एसओआई)

- ☒ वैश्विक संसाधन प्रदान करता है
- ☒ समग्र रणनीतिक दिशा का मार्गदर्शन करता है
- ☒ राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय विशेष ओलंपिक कार्यक्रमों को मान्यता दी
- ☒ वैश्विक कार्यक्रमों और खेलों का आयोजन करता है



एक स्थानीय क्लब विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम की एक स्थानीय शाखा है जो खेल और गैर - खेल गतिविधियों की पेशकश करती है। संगठन के स्थानीय क्लब स्तर के महत्व पर पर्याप्त जोर नहीं दिया जा सकता है। यह जमीनी स्तर पर स्थानीय क्लब स्तर पर है जहां समावेशन के समुदायों का निर्माण किया जाता है , और सभी की क्षमताओं की सराहना की जाती है।





## एक नया क्लब बनाने से पहले ...

निर्धारित करें कि क्या कोई आवश्यकता है : 999901010000000000

विचार करने के लिए एक विकल्प:

- आपके भौगोलिक क्षेत्र में या उसके आस पास क्या ( यदि कोई हो ) विशेष ओलंपिक गतिविधियाँ पहले से ही हो रही हैं ?
- किस विशिष्ट खेल और समुदाय को नए की आवश्यकता है विशेष ओलंपिक क्लब को मिलने में मदद करनी चाहिए ?

- क्या मौजूदा क्लब इन अतिरिक्त जरूरतों को पूरा करने के लिए अपनी प्रोग्रामिंग का विस्तार कर सकते हैं ( उदाहरण के लिए, अतिरिक्त खेलों की प्रेशकश करने वाला एक मौजूदा क्लब )?

एक बार जब एक नया क्लब स्थापित करने का निर्णय लिया जाता है ,  
इन चरणों का पालन करें :

## चरण 1

राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से  
सहायता प्राप्त करें

विशेष ओलंपिक से संपर्क करें  
आपके में कार्यक्रम कार्यालय  
देश / राज्य।

राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के कर्मचारी आपके  
स्थानीय क्लब के निर्माण के पहले चरणों के  
माध्यम से आपके साथ काम करने में प्रसन्न  
होंगे और पंजीकरण प्रक्रिया के माध्यम से  
आपका मार्गदर्शन करेंगे।

## चरण 2



सही स्थान चुनें

एक विशेष ओलंपिक क्लब का सही स्थान  
चुनना इसकी सफलता के लिए महत्वपूर्ण है।

एथलीट की मांग , वित्तीय और मानव  
संसाधनों की उपलब्धता और सुविधाओं तक  
पहुंच को व्यापक योजना प्रक्रिया के हिस्से के  
रूप में माना जाना चाहिए।

## चरण 3



क्लब को पंजीकृत करें

A स्थानीय क्लब पंजीकृत होना चाहिए  
विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय या राज्य कार्यक्रम के  
साथ। एक बार पंजीकृत होने के बाद , एक  
स्थानीय क्लब राष्ट्रीय या राज्य वितरण  
नेटवर्क का हिस्सा बन जाता है। पंजीकरण  
क्लब को विशेष ओलंपिक लोगो , ब्रांड का  
उपयोग करने और प्रतियोगिताओं में भाग लेने  
का अधिकार देता है।

एक क्लब एक में आधारित हो सकता है

सामुदायिक  
खेल क्लब

मौजूदा समुदाय भौगोलिक स्कूल , विश्वविद्यालय , संगठन सामुदायिक कॉलेज

स्वतंत्र रहने की  
सुविधा

अपने देश या राज्य में एक विशेष ओलंपिक कार्यक्रम खोजें



इसे व्यवहार में लाना ...



## राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से सहायता प्राप्त करें

कुछ कार्यक्रमों में समर्पित स्वयंसेवक या कर्मचारी हो सकते हैं जो स्थानीय क्लबों ( जैसे , स्थानीय खेल समन्वयक ) का समर्थन करते हैं।

अपनी योजना पर चर्चा करने और मार्गदर्शन और सलाह प्राप्त करने के लिए इन लोगों से संपर्क करें। स्कूल - आधारित क्लब को पंजीकृत करने के लिए अतिरिक्त आवश्यकताएं हो सकती हैं।

संचार कुंजी है। क्लब पंजीकरण आवश्यकताओं और प्रक्रिया के बारे में जानने और सभी आवश्यक सामग्री एकत्र करने के लिए समय निवेश करें।



## सही स्थान चुनें

विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय या राज्य कार्यक्रम की मदद से , एक नए क्लब के लिए स्थान निर्धारित करते समय निम्नलिखित प्रश्नों पर विचार करें

## ? जरूरतें

- क्या आपके भौगोलिक क्षेत्र में आईडी वाले लोगों का डेटा है?

## ? उपयुक्त संसाधन चुनें

- क्या क्लब को शुरू करने और बनाए रखने के लिए पर्याप्त संभावित स्वयंसेवक हैं?
- क्या विशेष ओलंपिक गतिविधियों की पेशकश करने के लिए पर्याप्त संसाधन हैं? यदि नहीं , तो क्या उन्हें ढूंढना संभव होगा ?
- क्या वयनित खेल ( खेलों ) में प्रशिक्षण की मेजबानी करने के लिए उपयुक्त खेल सुविधाएं हैं?

## ? सरल उपयोग

- क्या क्लब गतिविधियों का प्रस्तावित स्थान एथलीटों / स्वयंसेवकों के लिए सुविधाजनक/ सुरक्षित है ?
- क्या प्रस्तावित खेल सुविधाएं सभी सदस्यों के लिए आसानी से सुलभ हैं?
- क्या वे विभिन्न शारीरिक क्षमताओं वाले लोगों के लिए सुलभ हैं?

समर्थन प्राप्त करने और सामुदायिक संबंध बनाने में आपकी सहायता करने के लिए अपने भौगोलिक क्षेत्र में मौजूदा विशेष ओलंपिक क्लबों और स्पोर्ट्स क्लबों से जुड़ें।

विशेष ओलंपिक शुरू करने के लिए कैंप आइवर क्लब स्पेशल ओलंपिक क्लब शुरू करें

उपयुक्त संसाधन चुनें



## पहला कदम क्लब प्रबंधन टीम



एक क्लब में जो होता है वह सीधे एथलीटों की सुरक्षा और सुरक्षा को प्रभावित करता है ; यह या तो सदस्यों और विशेष ओलंपिक ब्रांड के अनुभव को बढ़ा सकता है या नुकसान पहुंचा सकता है। सुनिश्चित करें कि आप स्वयंसेवकों की एक मजबूत प्रबंधन टीम बनाएं जो अपने सदस्यों की सुरक्षा और सुरक्षा और क्लब संचालन की गुणवत्ता के लिए विशेष ओलंपिक प्रतिबद्धता को साझा करते हैं।



### क्लब प्रबंधन टीम की भूमिकाएँ

राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के साथ  
संपर्क स्थापित करें

शासन करना

दिन - प्रतिदिन के संचालन को चलाएं

- सुनिश्चित करें कि क्लब राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के लिए अपने लक्ष्यों और दायित्वों को पूरा करता है।
- क्लब संचालन के लिए जोखिमों का प्रबंधन करें।
- क्लब की दीर्घकालिक वित्तीय और संगठनात्मक भलाई सुनिश्चित करें।
- क्लब के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए लोगों और संसाधनों को सुरक्षित करें।
- अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए क्लब गतिविधियों की योजना बनाएं और उन्हें कार्यान्वित करें।
- गुणवत्ता और प्रभाव के लिए क्लब गतिविधियों की निगरानी और मूल्यांकन करें।



### सुझाई गई टीम प्रबंधन संरचना

एक क्लब का प्रदर्शन उसके तीन मुख्य क्लब अधिकारियों- समन्वयक , सचिव और कोषाध्यक्ष के प्रदर्शन पर बहुत निर्भर करता है।

प्रबंधन टीम की भूमिकाएँ

समन्वयक सचिव कोषाध्यक्ष

क्लब लीडरशिप एंड गवर्नेंस क्लब एडमिनिस्ट्रेशन क्लब की वित्तीय नीतियों और प्रक्रियाओं के लिए जिम्मेदारी



### प्रबंधन टीम की जिम्मेदारियाँ

|             |                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| शासन        | क्लब की गतिविधियों और सदस्यों का नेतृत्व करें , वित्त की देखरेख करें और क्लब की अच्छी स्थिति सुनिश्चित करें                                                                                                                          |
| खेल         | कोचों की भर्ती , कोच पंजीकरण और शिक्षा का समर्थन करें ; उच्च गुणवत्ता वाले खेल प्रशिक्षण और प्रतियोगिता , सुरक्षित सुविधाओं और उपकरणों का वितरण सुनिश्चित करें ; सुनिश्चित करें कि एथलीट प्रशिक्षण और प्रतिस्पर्धा करने के योग्य हैं |
| स्वयंसेवकों | भर्ती , प्रशिक्षण , भूमिकाएँ सौंपें                                                                                                                                                                                                  |
| धन उगाहने   | क्लब संचालन के लिए सुरक्षित धन                                                                                                                                                                                                       |
| सूचना       | आंतरिक और बाहरी संचार का नेतृत्व करें , सोशल मीडिया का प्रबंधन करें                                                                                                                                                                  |



क्लब विकास के शुरुआती चरणों में टीम के सदस्यों को कई कार्यों को संभालने की आवश्यकता हो सकती है। जैसे जैसे क्लब बढ़ता है , आदर्श रूप से प्रत्येक क्लब प्रबंधन भूमिका और कार्य के लिए एक समर्पित व्यक्ति होता है।



आपका क्लब उतना ही अच्छा है जितना कि इसे चलाने वाले लोग। इसमें शामिल लोगों को उनकी भूमिकाओं और जिम्मेदारियों को स्पष्ट रूप से परिभाषित करके उनका समर्थन करें। प्रबंधन टीम की भूमिका नेतृत्व प्रदान करना, क्लब के दिन- प्रतिदिन के संचालन को चलाना और अपने सदस्यों के लिए उत्कृष्ट गुणवत्ता वाले अनुभव प्रदान करना है।



### परिभाषित करने के लिए समय निकालें

कुछ लोगों के लिए, क्लब प्रबंधन की भूमिका का हिस्सा बनना उनका पहला स्वयंसेवी अनुभव होगा। स्पष्ट रूप से परिभाषित भूमिकाएं और जिम्मेदारियां महत्वपूर्ण हैं। विशिष्ट रहें और इसे सरल रखें। यह शुरू करने के लिए बस कुछ बुलेट पॉइंट हो सकते हैं।

कुछ क्लब भूमिकाएँ एक व्यक्ति के लिए प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के लिए बहुत बड़ी हो सकती हैं। खासकर जब क्लब बढ़ता और फैलता है। यह सुनिश्चित करने के लिए एक भूमिका को विभाजित करने पर विचार करें कि आवश्यक समय प्रतिबद्धता लोगों को निराश न करे। यह वह जगह है जहां एक कोर टीम लोड साझा करने में मदद करती है।



### पता लगाएं कि कौन

लोग व्यस्त हैं और प्रतिबद्ध लोगों को प्रबंधन भूमिकाओं में भर्ती करना मुश्किल हो सकता है। भाई - बहनों सहित एथलीट परिवार के सदस्य बहुत अच्छे समर्थक हैं। लेकिन व्यापक सोचो। आप और किसे जानते हैं कि क्लब संचालन का समर्थन करने के लिए सही कौशल और अनुभव किसके पास है? अपने क्लब नेटवर्क और सामाजिक या पारंपरिक मीडिया के माध्यम से प्रचार करें।



### भविष्य के बारे में सोचें: अपनी टीम का समर्थन और विकास करें

क्लबों को भविष्य के बारे में सोचना चाहिए जब उनकी प्रबंधन टीम की बात आती है। उत्तराधिकार योजना प्राथमिकता की तरह नहीं लग सकती है, लेकिन इसके लिए परिस्थिति में एक बदलाव की आवश्यकता होती है, और एक क्लब एक प्रमुख स्वयंसेवक को खो सकता है। अगर ऐसा होता है तो क्या आपके क्लब की कोई योजना है?

क्लब की स्थिरता के लिए अपनी कोर टीम के लिए समर्थन, सकारात्मक और पुरस्कृत अनुभव प्रदान करना भी महत्वपूर्ण है। क्या कोई मुफ्त या कम लागत वाले व्यावसायिक विकास के अवसर हैं जिन्हें आप राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम के माध्यम से या सामुदायिक संगठनों के साथ साझेदारी करके एक्सेस कर सकते हैं?

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में कुछ और विचार प्रदान किए हैं ...



## इसे व्यवहार में लाना ...

प्रत्येक क्लब अलग है और उसके सदस्यों की जरूरतों के आधार पर अलग अलग जरूरतें हैं।



### परिभाषित करने के लिए समय निकालें!

- क्या आपके क्लब के पास इस बात की स्पष्ट तस्वीर है कि आपके सदस्यों की सेवा के लिए किन भूमिकाओं की आवश्यकता है ?
- ऐसे कौन से क्षेत्र हैं जहां आपके क्लब के नेता सबसे बड़ा अंतर ला सकते हैं ?

- टीम की भूमिकाओं को स्पष्ट रूप से परिभाषित करें और नौकरी विवरण प्रदान करें
- सुनिश्चित करें कि भूमिकाएँ सार्थक हैं
- छोटी, अधिक प्रबंधनीय भूमिकाओं को भरना आसान हो सकता है
- जितनी अधिक भूमिका व्यक्तिगत कौशल और उपलब्धता के अनुकूल होगी, उनके लगे रहने की संभावना उतनी ही अधिक होगी

उन प्रमुख क्षेत्रों और भूमिकाओं की एक सरल बुलेट पॉइंट सूची बनाएं जिनके लिए एक छोटी नेतृत्व टीम जिम्मेदार हो सकती है।



### पता लगाएं कि कौन

- आपको अपने क्लब में भर्ती करने के लिए किन नेताओं की आवश्यकता है ?
- आपका क्लब प्रबंधन भूमिकाओं में सर्वश्रेष्ठ लोगों को कैसे आकर्षित और बनाए रख सकता है ?

- नेतृत्व अंतराल की पहचान करें
- नए नेताओं की भर्ती के लिए नेतृत्व के अवसरों को बढ़ावा देना
- एक क्लब में शामिल होने के इच्छुक स्वयंसेवकों के अनुभव, कौशल और विशेषज्ञता का आकलन करें
- सही कौशल वाले लोगों की पहचान करें और क्लब को सहायता प्रदान करने में उनकी रुचि का आकलन करें

- अपने क्लब नेतृत्व टीम संरचना को लिखें।
- पहचानें कि क्या कमियां हैं और संभावित रंगरूटों की पहचान करें।



### भविष्य के बारे में सोचें: टीम का समर्थन और विकास करें

- यदि एक या अधिक प्रमुख स्वयंसेवकों को अपनी भूमिका से दूर जाना पड़े तो आपका क्लब कैसे प्रबंधन करेगा ?
- आपका क्लब नेताओं का समर्थन कैसे करता है ?
- क्या आपके क्लब के नेताओं के लिए विकास के अवसर हैं ?

- अपनी भूमिकाओं में एक अच्छा काम करने के लिए अपनी प्रबंधन टीम का समर्थन प्रदान करें
- अपनी टीम को नए कौशल विकसित करने के लिए नई जिम्मेदारियां और सीखने के अवसर दें
- कार्यभार के बारे में टीम की प्रतिक्रिया सुनें

- आप नेतृत्व समर्थन और विकास कैसे प्रदान करेंगे, इस पर एक सरल योजना बनाएं।
- पहचानें कि समुदाय में कौन इसमें मदद कर सकता है।



एक स्कूल क्लब प्रबंधन टीम को ओलंपिक यूनिफाइड क्लब और नौकरी का विवरण  
उपयुक्त संसाधन चुनें

एथलीटों को क्लब प्रबंधन भूमिकाओं में शामिल करने या एक विशिष्ट एथलीट सहायक भूमिका बनाने के बारे में सोचें। सुनिश्चित करें कि टीम के सभी सदस्यों को सही जानकारी और सहायता के साथ समर्थित किया जाता है।

अन्य सफल क्लबों और प्रबंधन टीम के सदस्यों के लिए उनकी भूमिकाओं पर एक नज़र डालें। उनके सर्वोत्तम विचार उधार लें !

टीम के सदस्यों को विशेष ओलंपिक के बारे में शिक्षित करें। गतिविधियों की योजना बनाने और क्लब के विकास का मार्गदर्शन करने के लिए नियमित रूप से मिलें।

यह सुनिश्चित करने के लिए समय का निवेश करें कि हर कोई एक ही दिशा में एक साथ खींच रहा है।



विचारों

अपनी प्रबंधन टीम बनाते समय, विचार करें :

- माता - पिता, भाई - बहन, परिवार के सदस्य, आईडी वाले लोगों की देखभाल करने वाले
- विशेष शिक्षा शिक्षक
- सामुदायिक समूह या व्यवसाय
- आपके समुदाय में सफल नेता

कई क्लब प्रमुख भूमिकाओं के लिए माता- पिता पर भरोसा करते हैं। एक उत्तराधिकार योजना तैयार रखें जब इन माता - पिता के पास अब अपने बच्चों को क्लब में शामिल नहीं किया गया हो।

अपने वर्तमान नेताओं से बात करें - पता करें कि उन्होंने भूमिका के लिए क्यों प्रतिबद्ध किया है और अधिक नेता प्राप्त करने के लिए उनके विचार हैं

अपने आस - पास एक विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय / विशेष ओलंपिक राज्य कार्यक्रम के बारे में खोजें

लिंक

अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें एथलीट

एक क्लब के रूप में कार्य करना शुरू करने के लिए आपको संभावित एथलीटों (आईडी वाले लोग) और उनके परिवारों को उपलब्ध अवसरों से अवगत कराने के लिए समुदाय में क्लब को बढ़ावा देने की आवश्यकता है। भर्ती के तरीकों की पहचान करके शुरू करें

एथलीट

## चरण 1



### एथलीट भर्ती

एथलीटों को खोजने और भर्ती करने के लिए

| साझेदारी                                                                                                                                               | मीडिया                                                                                                                                                                                                                                                | स्थानीय स्कूल                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| स्थानीय सरकार, खेल क्लबों, संगठनों और सामुदायिक समूहों से जुड़े जो स्कूल के बाहर आईडी वाले लोगों और विकलांगता सहायता प्रणालियों के साथ काम कर रहे हैं। | क्लब की गतिविधियों, घटनाओं और शामिल होने के तरीकों को संप्रेषित करने के लिए स्थानीय रूप से लोकप्रिय सामाजिक और पारंपरिक मीडिया का उपयोग करें, उदाहरण के लिए, रेडियो, समाचार पत्र, पूजा स्थल, किराने की दुकानें, सामुदायिक समाचार पत्र और नोटिस बोर्ड। | <ul style="list-style-type: none"> <li>माता - पिता की बैठकों, शिक्षक प्रशिक्षण दिनों में बोलें।</li> <li>एथलीटों, एकीकृत भागीदारों और स्वयंसेवकों को आकर्षित करने के लिए क्लब गतिविधियों का विज्ञापन करें।</li> <li>विशेष ओलंपिक कार्यक्रम शुरू करने के लिए सहयोग करें।</li> </ul> |

## चरण 2



### एथलीट पंजीकरण

विशेष ओलंपिक सामान्य नियमों के अनुसार, एक एथलीट को यह करना होगा :

- कम से कम 8 वर्ष का हो और बौद्धिक विकलांगता या निम्न से संबंधित विकासात्मक देरी हो
- विशेष ओलंपिक में भाग लेने के लिए एक एथलीट पंजीकरण फॉर्म जमा करें
- एक हस्ताक्षरित एथलीट रिलीज फॉर्म जमा करें
- एक लाइसेंस प्राप्त चिकित्सा पेशेवर द्वारा हस्ताक्षरित एक मेडिकल फॉर्म जमा करें

#### महत्वपूर्ण :

एथलीट पंजीकरण आपके राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम की पंजीकरण प्रक्रियाओं के अनुसार किया जाना चाहिए। मार्गदर्शन प्राप्त करने के लिए उनके कार्यालय से संपर्क करें।

## चरण 3



### एथलीट सशक्तिकरण

एक क्लब को एथलीट की राय लेनी चाहिए और क्लब द्वारा की जाने वाली हर चीज में एथलीटों को शामिल करना चाहिए। समय के साथ, क्लब को एथलीटों को क्लब में नेतृत्व की भूमिका निभाने में सक्षम होने के लिए कौशल प्रशिक्षण प्रदान करना चाहिए।



एथलीट पंजीकरण फॉर्म पर मार्गदर्शन



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें कोच

आपका क्लब प्रोग्रामिंग और गतिविधियों को वितरित करने के लिए कोच पर निर्भर करता है। कोच रोल मॉडल और चरित्र के खुलासा करने वाले हैं। विशेष ओलंपिक कोच और भी आगे बढ़ते हैं, वे बौद्धिक विकलांग एथलीटों को अपनी ताकत खोजने, खेल कौशल विकसित करने, क्षमताओं और खेल प्रदर्शन में सुधार करने में मदद करते हैं। एक संभावित कोच को विशेष ओलंपिक या बौद्धिक विकलांग लोगों के साथ काम करने का पिछला अनुभव नहीं होना चाहिए।

## चरण 1

### कोच भर्ती

अपने क्लब में एथलीटों को प्रशिक्षित करने और विकसित करने के लिए समय समर्पित करने के इच्छुक प्रेरित लोगों को खोजें।

एक कोच हो सकता है :

- a शिक्षक
- a का एक सदस्य
- a सामान्य विशेष ओलंपिक स्वयंसेवक
- पिछले कोचिंग अनुभव वाला कोई व्यक्ति
- कोई व्यक्ति जो समावेश और दूसरों को सशक्त बनाने के बारे में भावुक है

जबकि पिछला कोचिंग और खेल का अनुभव एक प्लस है, यह एक आवश्यकता नहीं है।

### कोच भर्ती विचार



युवा खेल संगठनों और पेशेवर खेल क्लबों के साथ भागीदारी



लक्ष्य विशेष और शारीरिक शिक्षा, खेल कार्यक्रमों के छात्रों के काइन्सियोलॉजी।



वर्तमान या पूर्व स्कूल कोचों की भर्ती करें।



परिवार के सदस्यों की भर्ती करें।



विशेष शिक्षा और शारीरिक शिक्षा शिक्षकों तक पहुंचें।

## चरण 2

### कोच पंजीकरण

## चरण 3

### कोच प्रशिक्षण और विकास

न्यूनतम कोच प्रशिक्षण आवश्यकता पर मार्गदर्शन के लिए अपने राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम की जाँच करें। चल रही कोच शिक्षा, प्रशिक्षण और विकास प्रदान करने के तरीकों के बारे में सोचें। कोच जितना बेहतर होगा, एथलीट खेल का अनुभव उतना ही बेहतर होगा, आपके क्लब का उतना ही अधिक प्रभाव पड़ेगा।

न्यूनतम कोच प्रशिक्षण में शामिल होना चाहिए :



यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



## क्लब के सदस्यों की भर्ती करें कोच

विशेष ओलंपिक कोच हमारे आंदोलन की धड़कन हैं। कोचों के बिना, हमारे पास कोई खेल कार्यक्रम नहीं है। गुणवत्ता वाले कोचों की एक टीम की भर्ती और प्रशिक्षण सबसे अच्छी बात है जो आप क्लब के सदस्यों को आकर्षित करने और बनाए रखने के लिए कर सकते हैं आपके क्लब को ऐसा करने में मदद करने के लिए यहां शीर्ष 3 चीजें दी गई हैं।



### हमेशा अधिक कोचों की भर्ती करने की कोशिश करें

लगातार कोचों की तलाश में रहें। वे सत्रों में 'उप' कर सकते हैं या यहां तक कि दूसरों के साथ जोड़ी या टीम कोच भी कर सकते हैं, इसलिए आपके पास शामिल लोगों का एक समूह है जो एक साथ विकसित हो रहा है।



### समर्थन और विकास के अवसर प्रदान करें

उपकरणों के साथ कोचों को प्रदान करें, संसाधन, और वर्दी। विशिष्ट कार्यक्रमों या पहलों पर अपडेट साझा करने और क्लब संचालन में उनके इनपुट की तलाश करने के लिए क्लब की बैठकों में शामिल होने के लिए मुख्य कोचों को आमंत्रित करें।

नियमित रूप से सीखने और विकास के अवसर प्रदान करें। निरंतर कोच शिक्षा प्रतिधारण, एथलीट अनुभव और आपके क्लब की स्थिरता के लिए महत्वपूर्ण है।



### उन्हें पहचानें और अपनी प्रशंसा दिखाएं

अपने क्लब और विशेष ओलंपिक आंदोलन में कोचों की भूमिका के महत्वपूर्ण महत्व को पहचानना सुनिश्चित करें। अपना आभार व्यक्त करना और आपके क्लब में एथलीटों पर कोचों के प्रभाव को दिखाना बहुत आगे तक जाएगा। उम्मीद है कि यह उन्हें अपने ज्ञान और कौशल को और विकसित करने के लिए प्रोत्साहित करेगा।

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है!

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



इसे व्यवहार में लाना ...



## हमेशा अधिक कोचों की भर्ती करने की कोशिश करें

- आप किस तरह के कोच की तलाश कर रहे हैं ?
- क्लब कहाँ देखना शुरू करता है ?

- शुरू करने से पहले सुनिश्चित करें कि आपकी आवश्यकताएं स्पष्ट हैं।
- शुरुआती बिंदु वे लोग हो सकते हैं जो पहले से ही आपके क्लब में हैं या मुख्यधारा के क्लब में कोचिंग कर रहे हैं।
- अन्य क्लबों और खेल संघों से जुड़ें।

स्कूलों, विश्वविद्यालयों और मुख्यधारा के खेल क्लबों को देखें। सोशल मीडिया पर विज्ञापन की स्थिति भी कोच प्राप्त करने का एक अच्छा तरीका है।



## विकास के अवसर प्रदान करें

- आपके क्लब के कोचों के लक्ष्य क्या हैं ?
- आपका क्लब उनके विकास में कैसे मदद कर सकता है ?

- औपचारिक विकास : उन्हें विशेष ओलंपिक या राष्ट्रीय खेल महासंघ मॉड्यूल, पाठ्यक्रम और योग्यता तक पहुंचने में मदद करें।
- अनौपचारिक विकास : सलाह, ऑन - द - फील्ड प्रशिक्षण के अवसर।

सभी आकांक्षाओं के कोचों के अनुरूप कई विकास विकल्प हैं। अपने प्रशिक्षकों से पूछें और उनके साथ एक विकास योजना तैयार करें।



## उन्हें पहचानें और अपनी प्रशंसा दिखाएं

क्लब कोचों के प्रयास को कैसे पहचान सकता है ?

- क्लब न्यूज़लेटर्स और सोशल मीडिया पर कोचों को हाइलाइट करें और उनका जन्म मनाएं।
- कोचों को उनके प्रयास के लिए धन्यवाद दें और उनके द्वारा किए जा रहे प्रभाव की कहानियों को साझा करें।
- मजेदार टीम निर्माण गतिविधियाँ आयोजित करें।

पहचानें कि आपके कोच नियमित रूप से क्या अंतर लाते हैं। पूरे वर्ष उन्हें लगातार धन्यवाद देने की योजना बनाएं।



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें कोच



अधिक सहायता कहां से प्राप्त करें



अन्य विशेष के साथ जुड़ें  
सलाह के लिए ओलंपिक क्लब,  
समर्थन और सहायता।



मुख्यधारा के खेलों से जुड़ें  
आपके समुदाय में क्लब के लिए  
समर्थन और मार्गदर्शन।



**विचारों**

अपने वर्तमान कोचों से बात करें और उन्हें अपने  
क्लब के कोचों को बनाए रखने और विकसित  
करने के लिए एक संसाधन के रूप में उपयोग करें।



अपने कोचों को विशेष ओलंपिक संसाधनों के  
अलावा उनके विशिष्ट खेल रुझानों और  
नवीनतम विकास पर अप - टू - डेट रहने के लिए  
प्रोत्साहित करें।



अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें स्वयंसेवकों



सामान्य स्वयंसेवक स्थानीय समुदायों में एथलीटों के लिए विशेष ओलंपिक के अवसरों गतिविधियों और अनुभवों को वितरित करने में मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। एथलीटों और अन्य स्वयंसेवकों की सुरक्षा और भलाई सुनिश्चित करने के लिए उचित स्वयंसेवक पंजीकरण महत्वपूर्ण है। पृष्ठभूमि की जांच/संदर्भ आवश्यकताओं को स्पष्ट करने के लिए अपने राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम की जाँच करें।

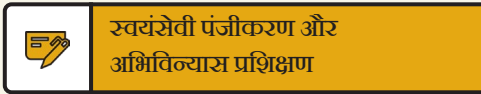
## चरण 1



स्वयंसेवी भर्ती

- आईडी वाले लोगों ( परिवार के सदस्य, मित्र ) से जुड़े लोग स्वयंसेवी अवसरों और क्लब भूमिकाओं से अनजान हो सकते हैं। पहले उनसे संपर्क करें।
- हाई स्कूल , कॉलेज के छात्र, सामुदायिक स्वयंसेवी केंद्र।
- राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम या स्थानीय स्वयंसेवी एजेंसियां रेफरल

## चरण 2

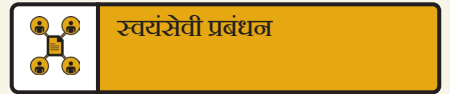


स्वयंसेवी पंजीकरण और अभिविन्यास प्रशिक्षण

राष्ट्रीय / राज्य कार्यालय से संपर्क करें :

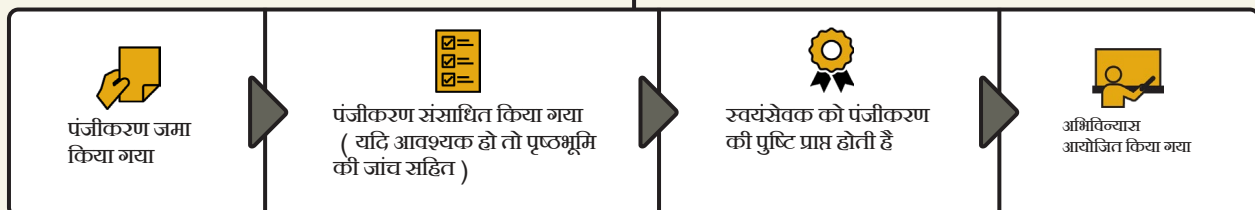
- स्वयंसेवी पंजीकरण आवश्यकताओं और अभिविन्यास प्रक्रिया पर मार्गदर्शन प्राप्त करें।
- जानें कि आपको स्वयंसेवी जानकारी कैसे रिकॉर्ड और संग्रहीत करनी चाहिए
- स्वयंसेवी डेटा सुरक्षा आवश्यकताओं के साथ सहायता प्राप्त करें

## चरण 3



स्वयंसेवी प्रबंधन

- स्वयंसेवी कार्यक्रम विकसित करें और घटनाओं से पहले उन्हें अच्छी तरह से संवाद करें।
- स्वयंसेवकों को उनके अनुभव और आत्मविश्वास के स्तर के आधार पर पर्याप्त पर्यवेक्षण और सहायता प्रदान करें
- विभिन्न प्रकार के अनुभव देने के लिए स्वयंसेवकों को भूमिकाओं के बीच घुमाएं।



स्वयंसेवकों से क्या अपेक्षा की जाती है ?

- सभी पंजीकरण और सुरक्षा आवश्यकताओं का अनुपालन करें
- सौंपी गई जिम्मेदारियों को पूरा करें
- मॉडल अच्छा व्यवहार
- एथलीटों की सुरक्षा के प्रति सतर्क और जागरूक रहें
- क्लब के लिए स्वयंसेवा करने के लिए प्रतिबद्ध रहें
- आंदोलन में नए लोगों और विचारों को लाएं



## क्लब के सदस्यों की भर्ती करें स्वयंसेवकों

आपके क्लब को महान स्वयंसेवकों को खोजने और रखने में मदद करने के लिए यहां शीर्ष 3 चीजें दी गई हैं।



### क्यों से शुरू करें

कोई आपके क्लब के लिए स्वयंसेवा क्यों करना चाहेगा? बढ़िया सवाल! स्वयंसेवा के सभी लाभों को सूचीबद्ध करने में सक्षम होने से आप अवसर को बढ़ावा देने और लोगों की रुचि जगाने में सक्षम होते हैं। आपको लोगों का ध्यान खींचने, उन्हें स्वयंसेवा के बारे में उत्साहित करने और फिर उन्हें प्रतिबद्धता बनाने के लिए प्रेरित करने की आवश्यकता है। हॉ यह एक बिट्टी का काम है- आपको अपना स्वयंसेवी अवसर बेचने की आवश्यकता है।



### इसे आसान बनाएं !

लोग व्यस्त हैं! यदि आप उन्हें स्वयंसेवा करने के अवसर पर बेच सकते हैं- तो आपको उनके शामिल होने के लिए इसे यथासंभव आसान बनाने की आवश्यकता है। इसका मतलब है संगठित होना, अपने स्वयंसेवकों के लिए सभी जानकारी रखना, यह सुनिश्चित करना कि वे अपनी भूमिका को समझते हैं और सफल होने के लिए आवश्यक कोई भी सहायता या प्रशिक्षण प्रदान करते हैं। स्वयंसेवक बदलाव लाना चाहते हैं - वे अपना समय बर्बाद नहीं करना चाहते हैं।



### ऐस द वालंटियर एक्सपीरियंस

यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि आपके स्वयंसेवकों को सकारात्मक और पुरस्कृत अनुभव मिले। इसकी कुंजी है ऐस - सराहना, जुड़ा हुआ और ऊर्जावान !

इस बारे में सोचें कि आप अपने स्वयंसेवकों को सार्थक तरीके से कैसे धन्यवाद दे सकते हैं। समुदाय की भावना प्रदान करने के लिए अपने स्वयंसेवकों से संवाद करें और कनेक्ट करें। अपने स्वयंसेवकों को प्रेरित करें और अनुभव को मज़ेदार बनाएं और कुछ ऐसा करें जिसका वे इंतजार कर रहे हैं।

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें स्वयंसेवकों



इसे व्यवहार में लाना ...



## क्यों से शुरू करें

- आपके क्लब में स्वयंसेवा करना एक महान अवसर क्यों है ?
- कोई आपके क्लब का समर्थन करने के लिए अपना समय क्यों देगा ?

- यह एक मजेदार , सामाजिक और सकारात्मक अनुभव है।
- यह फायदेमंद है - आपको वास्तविक अंतर लाने को मिलता है।
- यह उनके रिज्यूमे/ सीवी पर बहुत अच्छा लग रहा है !
- उन्हें बदलाव लाने के लिए अपने कौशल और योग्यता का उपयोग करने का मौका मिलता है

- अपने क्लब में स्वयंसेवा के लिए प्रमुख लाभ लिखें।
- अवसर को बढ़ावा देने के लिए इनका उपयोग करें।



## इसे आसान बनाएं !

- आपका क्लब स्वयंसेवा को यथासंभव आसान कैसे बनाता है ?
- आप स्वयंसेवा के अवसरों का विज्ञापन किन तरीकों से कर सकते हैं ?

- प्रशिक्षण आवश्यकताओं सहित स्वयंसेवी नौकरी विवरण विकसित करें। स्पष्ट रहें कि कुछ स्वयंसेवी भूमिकाओं के लिए अनुभव और योग्यता की आवश्यकता होती है ( जैसे , प्राथमिक उपचारकर्ता , कोच )
- स्वयंसेवी जरूरतों का विज्ञापन करें ( उदाहरण के लिए, सोशल मीडिया )
- संभावित स्वयंसेवकों के लिए उनकी रुचियों और कौशल की पहचान करने के लिए सूचनात्मक बैठकें आयोजित करें

एक बुनियादी स्वयंसेवी भर्ती योजना बनाएं। गतिविधियों के लिए आवश्यक भूमिकाओं , योग्यताओं , स्वयंसेवी समय की एक सूची विकसित करें



## ऐस द वालंटियर एक्सपीरियंस

- आपका क्लब आपके स्वयंसेवकों की सराहना कैसे करता है ?
- आपका क्लब आपके स्वयंसेवकों से कैसे जुड़ता है ?
- आपका क्लब आपके स्वयंसेवकों को कैसे सक्रिय करता है ?

- नियमित रूप से आभार व्यक्त करें और स्वयंसेवकों को उनकी सहभागिता के लिए धन्यवाद दें। प्रशंसा के छोटे टोकन देने पर विचार करें।
- स्वयंसेवकों को नियमित अपडेट प्रदान करें और उन्हें विशेष अवसरों के बारे में सूचित रखें
- स्वयंसेवकों से उनके अनुभव के बारे में नियमित प्रतिक्रिया के लिए पूछें

आप एसीई अनुभव कैसे प्रदान करेंगे इस पर एक सरल योजना बनाएं इसे महंगा होने की आवश्यकता नहीं है - यह विचार है जो मायने रखता है !

व्यावहारिक उदाहरणों के लिए अगले पृष्ठ में दिए गए लिंक देखें



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें स्वयंसेवकों



## अधिक सहायता कहां से प्राप्त करें

आगे के बाहरी और विशेष ओलंपिक संसाधनों के लिए नीचे दिए गए लिंक देखें।



स्वयंसेवकों के एक बड़े पूल तक पहुंचने के लिए सामुदायिक स्वयंसेवी समूहों, व्यवसायों, कानून प्रवर्तन, शैक्षणिक संस्थानों पर विचार करें।



कॉफी लेने और स्वयंसेवकों के बारे में जानने के लिए अपने समुदाय के अन्य सफल क्लबों से संपर्क करें



विचारों

कर्मचारी स्वयंसेवक घंटे की पेशकश करने वाले स्थानीय व्यवसायों पर शोध करें। क्लब प्रायोजकों के कर्मचारियों को स्वयंसेवी भूमिकाएँ प्रदान करें।



अपने वर्तमान स्वयंसेवकों से बात करें - पता करें कि वे स्वयंसेवक क्यों हैं और अधिक स्वयंसेवकों को प्राप्त करने और उनके अनुभव को बेहतर बनाने के बारे में उनके विचार हैं।



अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।



# क्लब के सदस्यों की भर्ती करें परिवार



आईडी वाले लोगों के परिवार ( माता - पिता , भाई - बहन , देखभाल करने वाले ) विशेष ओलंपिक आंदोलन का एक महत्वपूर्ण घटक है। परिवारों को पंजीकृत करने की प्रक्रिया की जांच करने के लिए अपने राष्ट्रीय/ राज्य कार्यालय से संपर्क करें।

परिवार की भागीदारी 3 प्रकार की होती है



सक्रिय प्रतिभागी सहायक गैर - भागीदारी

स्वयंसेवकों से भिड़ें और अभ्यासों में भाग लें और सुनिश्चित करें कि एथलीट नेतृत्व क्लब की भूमिकाएं प्रतियोगिताएं अभ्यास में भाग लें



परिवार के सदस्य एक क्लब में कई भूमिकाओं में संलग्न हो सकते हैं :

- स्वयंसेवकों के रूप में
- कोच के रूप में
- क्लब प्रबंधन टीम के सदस्यों के रूप में
- धन उगाहने वालों के रूप में

कई क्लब महत्वपूर्ण भूमिकाओं के लिए माता- पिता पर भरोसा करते हैं। जबकि माता - पिता आमतौर पर बहुत समर्पित स्वयंसेवक होते हैं , सावधान रहें कि उनके समर्थन पर अधिक भरोसा न करें। एक उत्तराधिकार योजना तैयार रखें जब इन माता- पिता के पास अब उनके बच्चे क्लब में शामिल न हों।



पारिवारिक जुड़ाव के विचार

- परिवार की भर्ती और जुड़ाव की देखरेख के लिए प्रबंधन टीम में एक परिवार समन्वयक की भूमिका बनाएं।
- स्वयंसेवी अवसरों और गतिविधियों की सूची के साथ नए एथलीटों और उनके परिवारों के लिए एक स्वागत पत्र बनाएं।
- एक नए परिवार अभिविन्यास सत्र की मेजबानी करें।
- संपर्क जानकारी प्राप्त करने के लिए साइन- इन के साथ सभी ईवेंट में परिवारों को आमंत्रित करें।
- उनकी प्रतिक्रिया प्राप्त करने के लिए पारिवारिक टाउनहॉल बैठकें आयोजित करें।
- परिवारों के लिए एक क्लब न्यूज़लेटर या सोशल मीडिया समूह बनाएं।
- भाई - बहनों को उनके स्कूलों में धन उगाहने या जागरूकता बढ़ाने वाले अभियान आयोजित करने के लिए संलग्न करें।



# मुख्य कार्य खेल गतिविधियाँ



विशेष ओलंपिक का प्राथमिक लक्ष्य योग्य कोचों द्वारा निर्देशित बौद्धिक विकलांग लोगों के लिए उच्च गुणवत्ता वाले साल भर के प्रशिक्षण और प्रतियोगिता के अवसर प्रदान करना है। खेलों के माध्यम से, हमारे एथलीट अपनी उपलब्धियों से आत्मविश्वासी और सशक्त बनते हैं। हर उम्र या कौशल स्तर के अनुरूप ओलंपिक शैली के शीतकालीन और ग्रीष्मकालीन खेलों की एक शृंखला है। एथलीटों को प्रशिक्षण और प्रतियोगिता के लिए तैयार करने के लिए एक स्थानीय क्लब को यह करना होगा :



सुनिश्चित करें कि एथलीट, एकीकृत भागीदार और प्रशिक्षण और भर्ती और शिक्षित स्वयंसेवकों के लिए खेल का चयन करें एथलीट कोचों और स्वयंसेवकों के आधार पर प्रतियोगिता में पंजीकृत हैं। राष्ट्रीय / राज्य वरीयताओं के अनुसार यहां और जाने कार्यक्रम पंजीकरण प्रक्रियाएं।



## महत्वपूर्ण अनुस्मारक :

विशेष ओलंपिक क्लब उस खेल ( ओ ) का निर्धारण कर सकता है जो वे राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के साथ मिलकर पेश करेंगे। खेल का चयन करते समय क्लब को कई कारकों पर विचार करना चाहिए , जैसे : उपयुक्त स्थानों और सुविधाओं , उपकरणों , योग्य कोचों और प्रतियोगिता मार्गों तक पहुंच।

खेल जानकारी , कोचिंग गाइड और अन्य संबंधित संसाधनों के लिए , यहां क्लिक करें।



प्रशिक्षित करने और प्रतिस्पर्धा करने के लिए लगातार अवसर प्रदान करें

| खेल प्रशिक्षण                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| कोर क्लब गतिविधि : चुने हुए खेल ( खेलों ) में एथलीटों के लिए नियमित ( सप्ताह में कम से कम दो बार ) प्रशिक्षण के अवसर। क्लब को प्रशिक्षण सत्रों के दौरान और बीच में फिटनेस और स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने के तरीकों का पता लगाना चाहिए।                                                                       |
| खेल प्रतियोगिता                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| क्लब को एथलीटों को नियमित प्रतियोगिता के अवसर प्रदान करने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। इसमें आधिकारिक विशेष ओलंपिक प्रतियोगिताओं के साथ-साथ स्थानीय क्लबों के साथ कम औपचारिक प्रतियोगिताएं और क्लब समुदाय के भीतर इंटर-क्लब प्रतियोगिताएं शामिल हो सकती हैं।                                                    |
| प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए एथलीटों के लिए न्यूनतम आवश्यकताएं                                                                                                                                                                                                                                                |
| <ul style="list-style-type: none"><li>■ एथलीटों , एकीकृत भागीदारों और स्वयंसेवकों को राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम प्रक्रियाओं के अनुसार पंजीकृत होना चाहिए।</li><li>■ एथलीटों को योग्य कोचों द्वारा आयोजित नियमित प्रशिक्षण से गुजरना होगा।</li><li>■ एथलीटों को नियमित रूप से प्रतिस्पर्धा करनी चाहिए।</li></ul> |
| ध्यान दें कि कुछ प्रतियोगिताओं में अतिरिक्त प्रवेश आवश्यकताएं होंगी ( उदाहरण के लिए , एक उन्नति चक्र के भीतर )                                                                                                                                                                                                   |



## फिटनेस

आईडी वाले लोगों को स्वास्थ्य चुनौतियों ( मोटापा , उच्च रक्तचाप , कम हृदय सहनशक्ति ) का सामना करना पड़ता है जो उनके खेल प्रदर्शन और समग्र भलाई को प्रभावित करते हैं। खेल प्रशिक्षण और प्रतियोगिता में फिटनेस को शामिल करने से एथलीट के स्वास्थ्य और खेल प्रदर्शन में सुधार होगा , चोट लगने के लिए उनका जोखिम कम होगा और उन्हें प्रतियोगिता के लिए तैयार किया जाएगा।

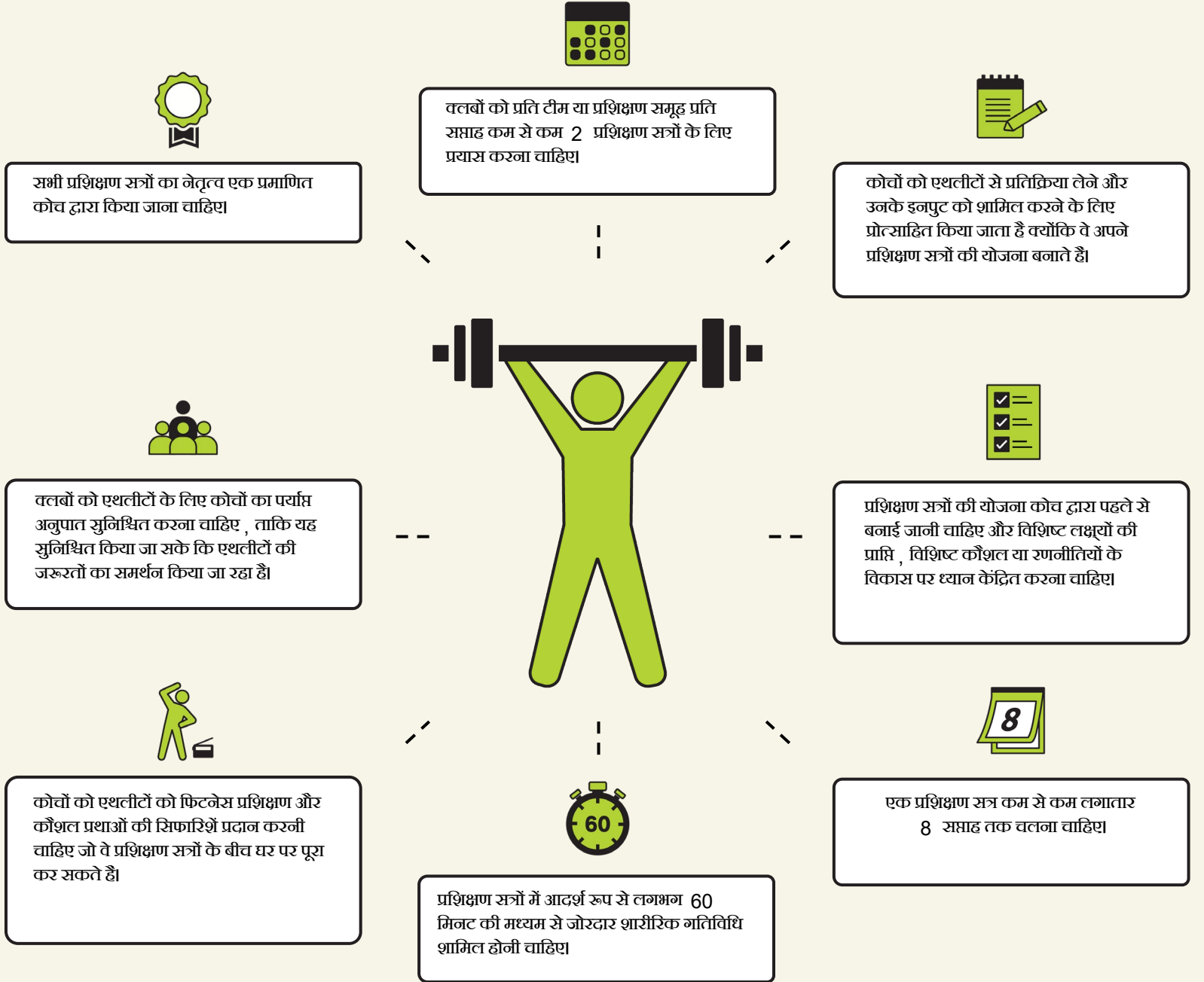
यदि कोई क्लब मुख्यधारा के खेल क्लब का हिस्सा बनता है , तो प्रशिक्षण गतिविधियों में एथलीटों को शामिल करना सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है। विशेष ओलंपिक प्रथाओं के कार्यक्रम पर पहले से चर्चा करें और एकीकृत गतिविधियों के अवसरों का पता लगाएं। इसी तरह , यदि आपका क्लब मुख्यधारा की खेल प्रतियोगिताओं में भाग लेता है , तो एथलीटों का सार्थक समावेश और एसओ खेल नियमों को लागू करना सुनिश्चित करें।



# मुख्य कार्य खेल गतिविधियाँ



## गुणवत्तापूर्ण खेल प्रशिक्षण प्रदान करना



- !**
- याद रखें, 60 मिनट के प्रशिक्षण सत्र के परिणामस्वरूप 60 मिनट की गतिविधि नहीं हो सकती है। पानी के ब्रेक, टीम ब्रीफिंग, सामाजिककरण समय सहित सभी के परिणामस्वरूप गतिविधि का समय कम हो सकता है।
  - डब्ल्यूएचओ की सिफारिश है कि सभी वयस्कों को प्रति सप्ताह कम से कम 150-300 मिनट की मध्यम तीव्रता वाली शारीरिक गतिविधि (सप्ताह के 5 दिनों में प्रति दिन 30-60 मिनट) होनी चाहिए, बच्चों के लिए, यह प्रति दिन 60 मिनट की मध्यम से जोरदार शारीरिक गतिविधि है।
  - यदि एथलीट तीव्रता के मध्यम से जोरदार स्तर पर प्रशिक्षण नहीं ले रहे हैं- तो यह प्रशिक्षण सत्र प्रति सप्ताह / दिन में उनकी न्यूनतम शारीरिक गतिविधि मिनटों में नहीं गिना जाता है।
  - अपने प्रशिक्षण सत्र की योजना बनाने और अपनी गतिविधि के मिनटों को अधिकतम करने में आपकी सहायता करने के लिए सक्रिय अभ्यास आयोजक टेम्पलेट का उपयोग करें।



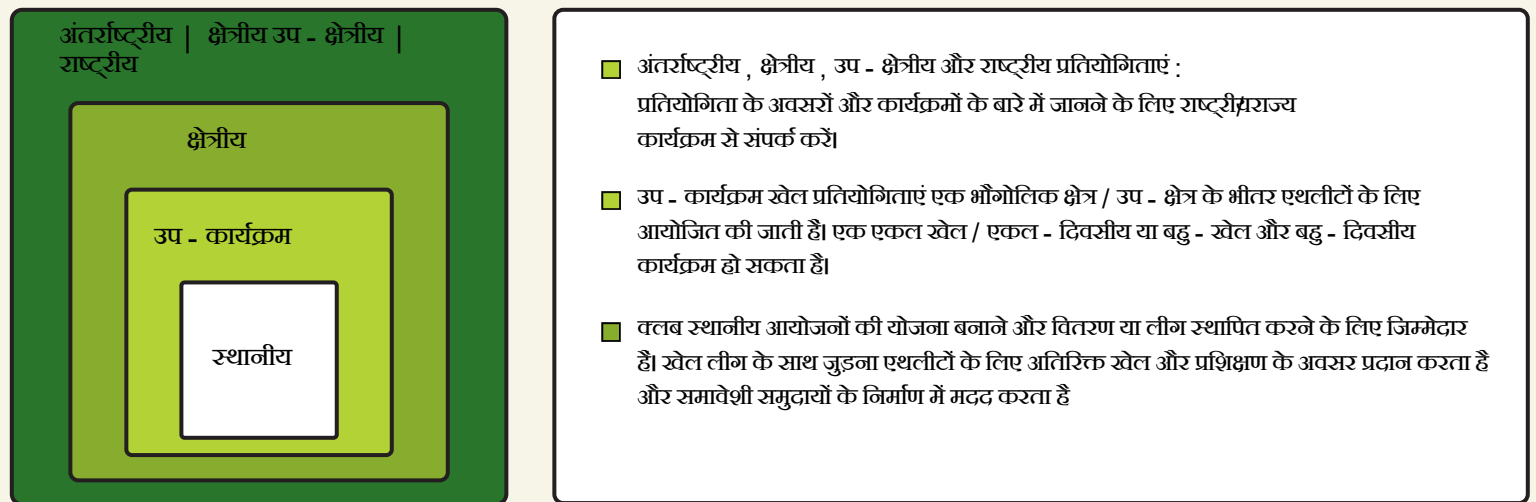
# मुख्य कार्य खेल गतिविधियाँ



## गुणवत्तापूर्ण खेल आयोजन चलाना

खेल और प्रतियोगिताएं विशेष ओलंपिक आंदोलन को आगे बढ़ाती हैं। हर दिन, दुनिया भर में, एथलीट और कोच अपनी अगली प्रतियोगिता के लिए प्रशिक्षण ले रहे हैं। सफलता प्राप्त करने के लिए सभी के लिए गुणवत्तापूर्ण अनुभव प्रदान करना महत्वपूर्ण है। गुणवत्ता वाले आयोजनों का मतलब है कि एथलीटों ने खुद का आनंद लिया है और आयोजित की गई गतिविधियों में शामिल महसूस करते हैं।

विशेष ओलंपिक के भीतर घटनाओं के 4 स्तर हैं। एक स्तर पर एक प्रतियोगिता में भाग लेकर, एथलीट प्रतियोगिता के उच्च स्तर तक उन्नति के लिए विचार करने का अधिकार अर्जित करते हैं।



## उपयुक्त संसाधन चुनें

स्पेशल ओलंपिक इंटरनेशनल ने किसी भी स्तर पर आयोजित प्रतियोगिताओं को नियंत्रित करने के लिए प्रत्येक आधिकारिक खेल के लिए खेल नियम विकसित किए हैं। खेल नियमों का अनुच्छेद 1 एक और आवश्यक संसाधन है। इसमें आचार संहिता, प्रशिक्षण मानकों, चिकित्सा और सुरक्षा आवश्यकताओं, विभाजन (जब एथलीटों को उम्र, लिंग और क्षमता स्तर के अनुसार समूहीकृत किया जाता है), पुरस्कार, प्रतियोगिता के उच्च स्तर तक उन्नति के लिए मानदंड और अन्य महत्वपूर्ण जानकारी के बारे में जानकारी शामिल है।

खेल नियम : अनुच्छेद 1 खेल द्वारा



उपयुक्त संसाधन चुनें

स्थानीय कार्यक्रमों का आयोजन करते समय या लीग की स्थापना करते समय, सुनिश्चित करें कि यह विशेष ओलंपिक आधिकारिक खेल नियमों का पालन करता है।



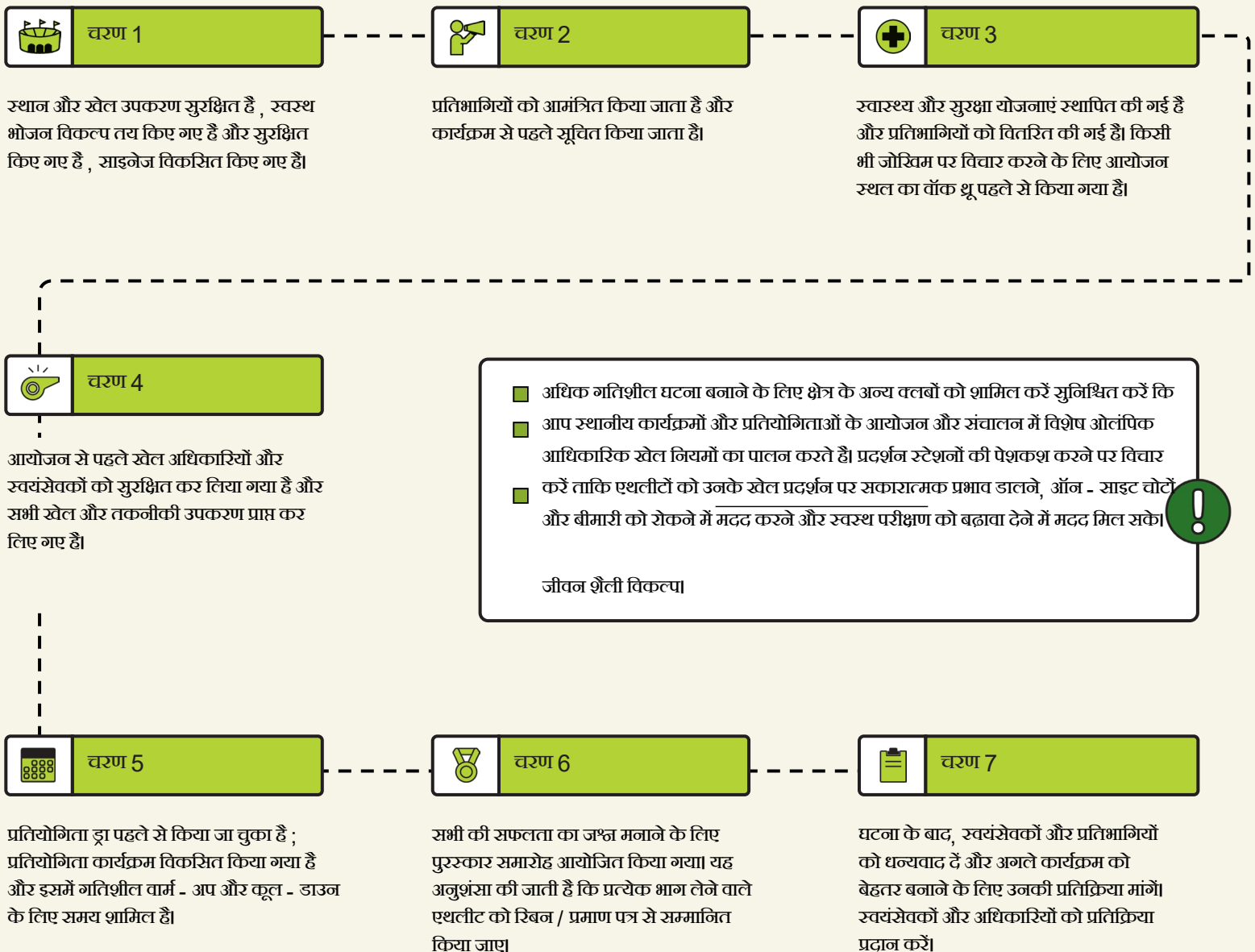
# मुख्य कार्य खेल गतिविधियाँ



## गुणवत्तापूर्ण खेल आयोजन चलाना

स्थानीय स्तर की प्रतियोगिताएं आमतौर पर एक ही दिन होती हैं। मजबूत योजना में इस बात की बड़ी तस्वीर पर विचार करना शामिल है कि आप इवेंट में क्या हासिल करना चाहते हैं और फिर उन प्रमुख पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करना जो आपके बजट के भीतर एक गुणवत्ता वाले कार्यक्रम का समर्थन करेंगे।

## स्थानीय कार्यक्रम



खेल नियम अनुच्छेद 1



## मुख्य कार्य संचार



क्लब की स्थिरता सुनिश्चित करने के लिए स्थानीय क्लब के सदस्यों, राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के कर्मचारियों और बाहरी समर्थकों के साथ लगातार संचार स्थापित करना और बनाए रखना महत्वपूर्ण है। विशेष ओलंपिक लोगो और ब्रांड दिशानिर्देशों का पालन करना सुनिश्चित करें और अन्य स्थानीय क्लबों के अनुभवों से सीखने के लिए उनके साथ संबंध स्थापित करें।

### महत्वपूर्ण अनुस्मारक



- क्लब की घटनाओं के बारे में नियमित, स्पष्ट संदेश संप्रेषित करें
- सुनिश्चित करें कि आपका संचार राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम संचार के अनुरूप है।
- हर किसी की अलग-अलग पहुंच और रुचियां होती हैं। प्रत्येक समूह के लिए संचार शैली और आवृत्ति समायोजित करें।
- केवल सोशल मीडिया पर निर्भर न रहें। अपने संचार चैनलों में विविधता लाएं। सोशल मीडिया पर पोस्ट की गई सामग्री से सावधान रहें। कुछ जानकारी केवल बंद समूहों के लिए उपयुक्त है, जनता के लिए नहीं।
- संपर्कों की सूची को अद्यतन रखें, नए लोगों को जोड़ें और आने बढ़ने वालों को हटा दें।

### बुनियादी संचार छिड

| कौन ?                       | क्या ?                                                                                                                           | कब ?                                     | क्यों ?                                                                                                                                    | कैसे ?                                                                                                                     |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम | <ul style="list-style-type: none"> <li>• प्रश्न</li> <li>• मुद्दे</li> <li>• सफलताएं</li> <li>• कहानियां</li> </ul>              | नियमित रूप से, चल रहा है                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• समर्थन प्राप्त करें</li> <li>• प्रश्नों को स्पष्ट करें</li> <li>• अनुमोदन प्राप्त करें</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ईमेल</li> <li>• फोन</li> <li>• व्हाट्सएप</li> </ul>                               |
| क्लब के सदस्य               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• प्रशिक्षण और प्रतियोगिता कार्यक्रम</li> <li>• बैठकें</li> </ul>                         | साप्ताहिक, समाचार और अनुस्मारक के साथ    | व्यस्त रहें, जुटाएं                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• सोशल मीडिया</li> <li>• ईमेल</li> <li>• न्यूज़लेटर</li> <li>• व्हाट्सएप</li> </ul> |
| प्रशंसक और जनता             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• क्लब कार्यक्रम</li> <li>• समाचार</li> <li>• स्वयंसेवी आवश्यकताएं और भूमिकाएं</li> </ul> | नियमित रूप से, घटनाओं से पहले और बाद में | <ul style="list-style-type: none"> <li>• आउटरीच</li> <li>• जागरूकता बढ़ाएं</li> </ul>                                                      | सामाजिक और पारंपरिक मीडिया                                                                                                 |
| अन्य विशेष ओलंपिक क्लब      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• सर्वोत्तम प्रथाएं</li> <li>• आयोजन</li> <li>• प्रश्न</li> </ul>                         | नियमित रूप से और आवश्यकतानुसार           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• क्लब बढ़ाएं और विकसित करें</li> <li>• एथलीटों के लिए बनाएं</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ईमेल</li> <li>• फोन</li> <li>• व्यक्तिगत बैठकें</li> </ul>                        |



संचार युक्तियाँ

- क्लब और उसकी गतिविधियों के बारे में मीडिया और जनता से बात करने के लिए योग्य व्यक्तियों की पहचान करें और उन्हें प्रशिक्षित करें।
- सभी प्रकार के संचार में युवा और एथलीट नेताओं को शामिल करें।
- एथलीट आपके क्लब के सर्वश्रेष्ठ राजदूत हैं।
- अन्य सफल क्लबों पर एक नज़र डालें और वे अपने समुदाय के साथ कैसे संवाद करते हैं और जुड़ते हैं। उनके सर्वोत्तम विचार उधार लें।
- न्यूज़ीलैंड भर में अन्य विशेष ओलंपिक क्लब देखें और सलाह, समर्थन और सहायता के लिए उनसे जुड़ें।



विशेष ओलंपिक शैली गाइड



## मुख्य कार्य संचार



क्लब की स्थिरता सुनिश्चित करने के लिए स्थानीय क्लब के सदस्यों अपने समुदाय और बाहरी समर्थकों के साथ लगातार संचार स्थापित करना और बनाए रखना महत्वपूर्ण है। विशेष ओलंपिक लोगो और ब्रांड का उपयोग करने के लिए दिशानिर्देशों का पालन करना सुनिश्चित करें, और अन्य स्थानीय समन्वयकों के साथ उनके अनुभवों से सीखने के लिए संबंध स्थापित करें।



### आप क्या संवाद करना चाहते हैं ?

विभिन्न दर्शकों के लिए लक्षित तरीकों का उपयोग करके प्रासंगिक संदेश बनाएं। सरल शब्दों में यह आपकी कहानी बताने के बारे में है। एक क्लब के रूप में आप अपने समुदाय में बदलाव ला रहे हैं, और आपके पास बताने के लिए कई कहानियाँ हैं। इसलिए सुनिश्चित करें कि आपने अपनी क्लब कहानियों को व्यापक समुदाय के साथ साझा करने के लिए आसान तरीके से कैप्चर करने के लिए सिस्टम स्थापित किए हैं।



### आप किसके साथ संवाद कर रहे हैं?

क्या आपने खुद से यह सवाल पूछा है ? एक क्लब के लक्षित दर्शकों में आम तौर पर कोई भी शामिल होता है जो उस क्लब के साथ कोई संबंधिता रखता है या कर सकता है। इसमें शामिल हैं : वर्तमान और पूर्व एथलीट , कोच , स्वयंसेवक , समर्थक , संभावित सदस्य , आपके क्लब स्थान के पास रहने वाली आम जनता, स्थानीय मीडिया , स्थानीय स्कूल , स्थानीय अधिकारी , खेल संगठन।



### आप सबसे अच्छा संवाद कैसे कर सकते हैं ?

संचार एक दो - तरफा जुड़ाव है - यह केवल आपकी कहानी बताने के बारे में नहीं है यह लोगों से जुड़ने और उनकी प्रतिक्रिया और भागीदारी प्राप्त करने के बारे में है। आप सोशल मीडिया, आंतरिक संचार का उपयोग करके संवाद कर सकते हैं और समाचार पत्रों, बैठकों , खुले दिनों , मंचों और ईमेल अपडेट के माध्यम से हितधारकों के साथ जुड़ सकते हैं। आज की तकनीक के साथ आपके समुदाय के लोगों तक पहुंचने और उनसे जुड़ने के लिए विकल्पों की एक विस्तृत श्रृंखला है।

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है! इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...

इसे व्यवहार में लाना ...

## ? आप क्या संवाद करना चाहते हैं ?

|                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ आपके क्लब के लिए साझा करने के लिए सबसे महत्वपूर्ण संदेश क्या है ?</li> <li>■ कौन सी कहानियाँ आपके समुदाय के साथ सबसे अधिक प्रतिध्वनित होंगी ?</li> <li>■ आप क्या चाहते हैं कि लोग आपके क्लब के बारे में जानें?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ सफलता की कहानियाँ और हाल की गतिविधियाँ</li> <li>■ प्रशिक्षण , प्रतियोगिताएं , कार्यक्रम और खेल - आधारित सामग्री</li> <li>■ क्लब समाचार , स्वयंसेवी अवसर और मान्यता</li> <li>■ साझेदारी और धन उगाहने वाले कार्यक्रम</li> </ul> | <p>एक सरल संचार योजना यह निर्धारित करने में एक बड़ी मदद हो सकती है कि आप क्या और कब संवाद करेंगे। इससे सफलता प्राप्त करना आसान हो जाता है।</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 👤 आप किसके साथ संवाद कर रहे हैं?

|                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ आपके सदस्य कौन हैं? क्या आप नियमित संचार के लिए उन तक आसानी से पहुंच सकते हैं ?</li> <li>■ आपके क्लब के संचार में किसे दिलचस्पी होगी ?</li> </ul> | <p>सुनिश्चित करें कि आपके पास उपयोग में आसान संचार डेटाबेस है जिसमें आपके सदस्यों, हितधारकों , समर्थकों , फंडर्स और मीडिया की सभी प्रासंगिक जानकारी शामिल है।</p> | <p>इस बारे में भी सोचें कि आपके समुदाय के लोग आपके क्लब से संचार और जानकारी को कैसे ऑफ्ट इन कर सकते हैं और एक्सेस कर सकते हैं।</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 🗨️ आप सबसे अच्छा संवाद कैसे कर सकते हैं ?

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ आप सबसे आसान तरीके से अधिक से अधिक लोगों तक कैसे पहुंच सकते हैं ?</li> <li>■ आप अलग - अलग संदेशों के साथ अलग - अलग दर्शकों को कैसे कुंजी देते हैं ?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ सोशल मीडिया मुफ्त और आसान है। यह सीधे संचार को सक्षम करता है और आपके समुदाय को सूचित रखता है।</li> <li>■ अन्य प्रकार के संचार ( जैसे , समाचार पत्र या रेडियो ) का परीक्षण करें अपने संचार को जीवंत ,</li> </ul> | <p>संक्षिप्त और पेशेवर रहें। याद रखें - आप विशेष ओलंपिक ब्रांड का प्रतिनिधित्व करते हैं !</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|

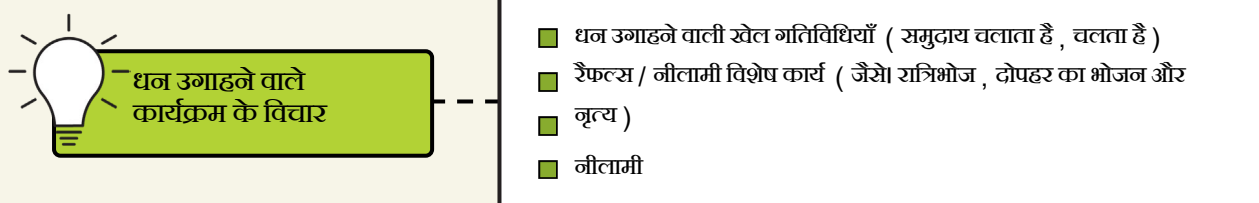
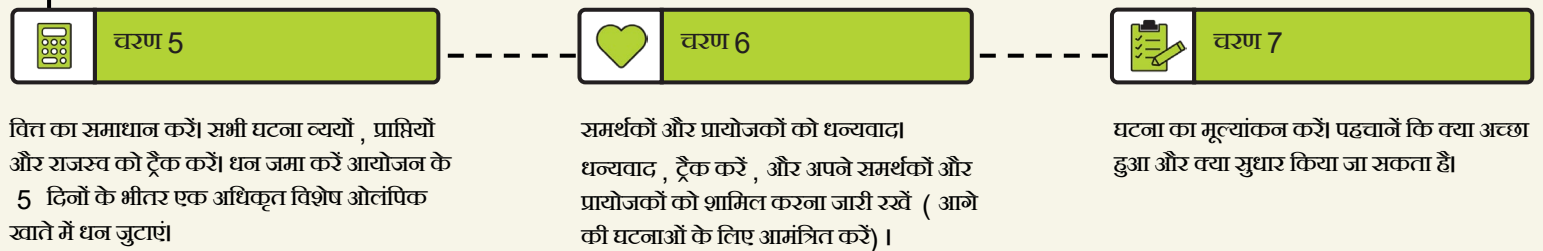
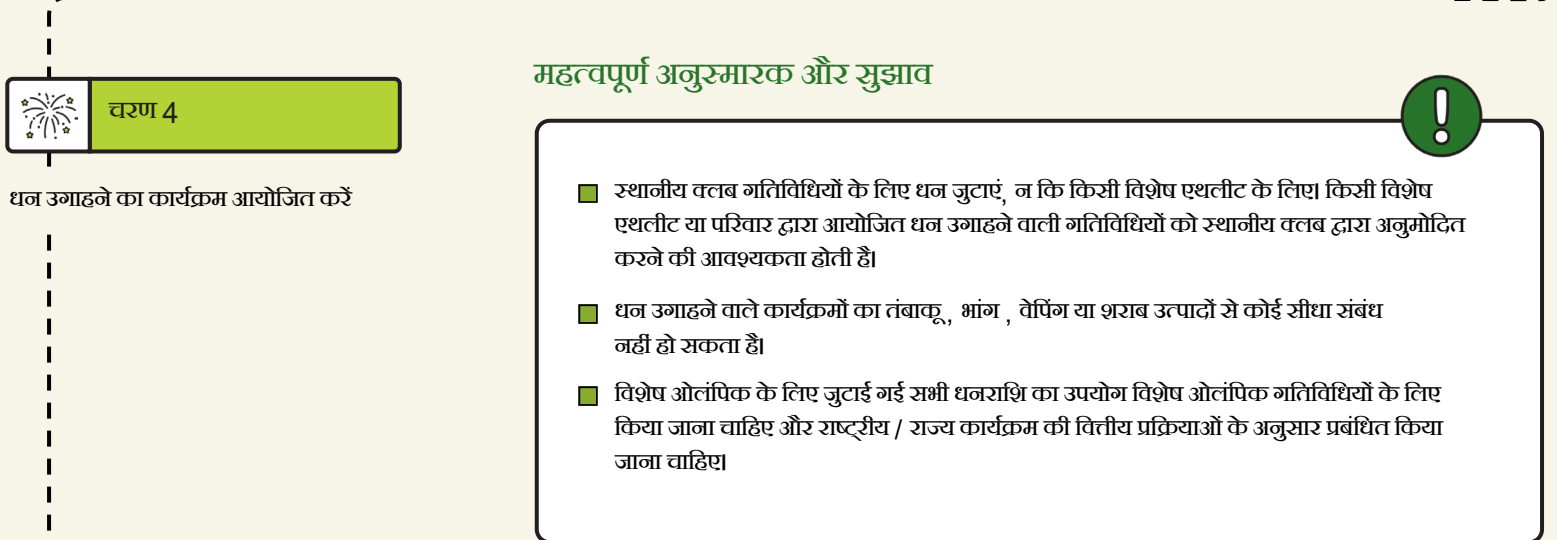
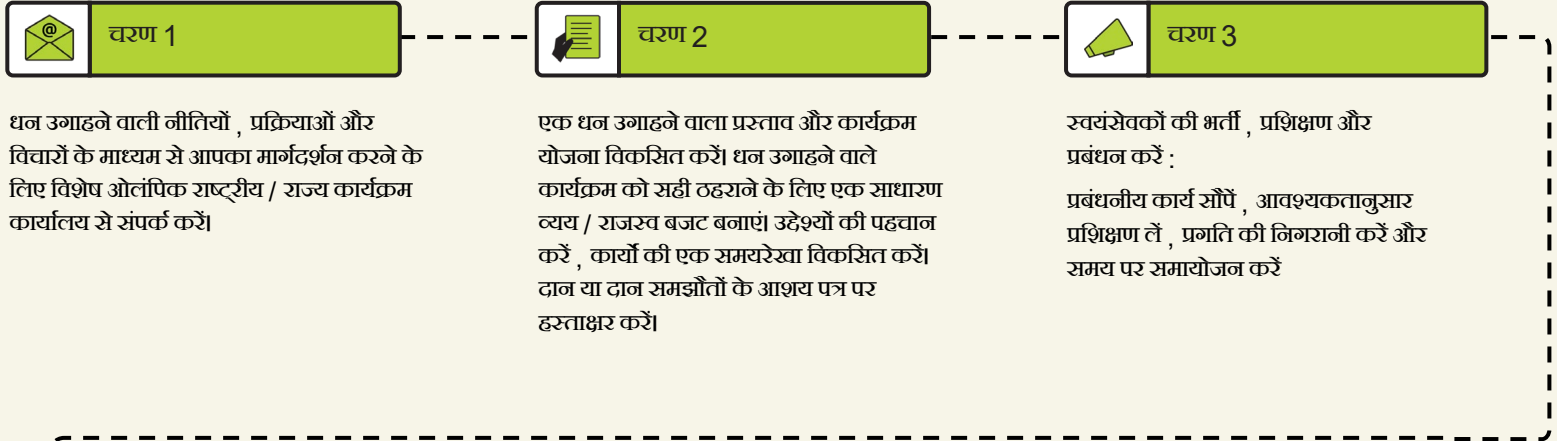


# मुख्य कार्य धन उगाहने



स्थानीय क्लब की सफलता के लिए पर्याप्त संसाधन हासिल करना महत्वपूर्ण है। क्लबों को स्थायी कार्यक्रम बनाने और एथलीटों के लिए खेल प्रशिक्षण और प्रतियोगिता के अवसरों की गुणवत्ता में सुधार करने के लिए धन उगाहने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। धन जुटाने के कई तरीके हैं: आयोजन, अनुदान, पत्र लेखन अभियान, विशेष कार्यक्रम, आदि।

धन उगाहने वाले कार्यक्रम के आयोजन में अनुसरण करने के लिए नीचे चरण दिए गए हैं।



विशेष ओलंपिक लोगो और ब्रांड का उपयोग करके किसी भी धन उगाहने वाले कार्यक्रमों का आयोजन करने से पहले, सुनिश्चित करें कि सभी स्थानीय कानूनी आवश्यकताओं को पूरा किया गया है (उदाहरण के लिए यदि किसी क्लब के पास धर्मार्थ स्थिति और/या मान्यता है)



## मुख्य कार्य धन उगाहने



आपके क्लब के पास जितना अधिक धन होगा, वह आपके समुदाय में उतना ही अधिक कर सकता है! धन उगाहने वह प्रक्रिया है जो आपका क्लब विशेष गतिविधियों जैसे घटनाओं, क्षेत्रीय / विदेशी यात्राओं और नए कार्यक्रमों या परियोजनाओं के लिए अतिरिक्त धन सुरक्षित करने के लिए करता है। आपके क्लब को अपने धन उगाहने वाले लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करने के लिए यहां शीर्ष 3 चीजें दी गई हैं।



### धन उगाहने वाली समिति बनाएं

धन उगाहने वाली समिति दो उद्देश्यों को पूरा करती है :

1. यह धन उगाहने पर निरंतर ध्यान केंद्रित करना सुनिश्चित करता है ( जो क्लब धन उगाहने में सबसे सफल होते हैं वे वे हैं जो कम से कम 12 महीने पहले योजना बनाते हैं ), और
2. यह काम कौन कर रहा है , इसके संदर्भ में भार साझा करता है।



### स्थानीय व्यवसायों के साथ संबंध विकसित और बनाए रखें

संभावित व्यक्तिगत और पीयर - टू - पीयर फंडर्स आपके समुदाय में हर जगह हैं- लेकिन यदि आप चाहते हैं कि वे आपके क्लब का समर्थन करें तो आपको जुड़ने और संबंध बनाने की आवश्यकता है। अपने क्लब प्रबंधन टीम नेटवर्क , सामुदायिक समूहों या छोटे स्थानीय व्यवसायों के बारे में सोचें जिन्हें आप धन उगाहने के लिए पहुंच सकते हैं या उनके साथ साझेदारी कर सकते हैं।



### राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से सहायता प्राप्त करें

सरकार या परोपकारी एजेंसियों की एक विस्तृत श्रृंखला है जो विशेष ओलंपिक क्लबों जैसे सामुदायिक सेवा संगठनों के काम का समर्थन करने के लिए अनुदान प्रदान करती हैं। आपको फंडर की जरूरतों और धन प्रदान करने के लिए उनके मानदंडों को समझने की जरूरत है। अनुसंधान में सहायता और अनुदान के लिए आवेदन करने के लिए अपने राष्ट्रीय राज्य कार्यक्रम के साथ समन्वय करें।

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



## मुख्य कार्य धन उगाहने



### इसे व्यवहार में लाना ...

नीचे आपके क्लब के वित्त के प्रबंधन के तीन महत्वपूर्ण पहलुओं के बारे में अधिक जानकारी दी गई है।



#### धन उगाहने वाली समिति बनाएं

- आपको अपनी धन उगाहने वाली समिति में किस विशेषज्ञता, अनुभव और कनेक्शन की आवश्यकता है ?

- आप कैसे जानते हैं कि यह आपके क्लब की धन उगाहने वाली समिति के लिए एक वास्तविक संपत्ति होगी ?

- इस बारे में स्पष्ट और विशिष्ट रहें कि धन उगाहने वाली समिति क्या करेगी और वे इसे कैसे करेंगे।

- उन लोगों की एक धन उगाहने वाली समिति बनाएं जिनके पास महान कौशल और नेटवर्क हैं।

एक धन उगाहने वाली योजना विकसित करें और नियमित रूप से धन उगाहने वाली गतिविधियों की समीक्षा करें ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि आपको अपने समय और प्रयास का सर्वोत्तम मूल्य मिल रहा है।



#### स्थानीय व्यवसायों के साथ संबंध विकसित और बनाए रखें

- आपके समुदाय में फंडर्स कौन हैं?

- आप उनसे कैसे जुड़ सकते हैं ?

- फंडर्स को समर्थन देने के लिए प्रेरित करने के लिए आपके क्लब की कहानी क्या है ?

- अपने समुदाय के सभी संभावित फंडर्स की एक सूची बनाएं।

- छोटे दान मांगें ( उपहार कार्ड , उत्पाद )

- विशेष ओलंपिक मिशन की व्याख्या करें , व्यक्तिगत कहानियां और गवाही साझा करें।

- दाताओं को उनके समर्थन से मूल्य वर्धित दिखाने के लिए समय - समय पर अपडेट प्रदान करें।

शुरुआती चरण में भी , लोगों को अपने कार्यक्रमों में आमंत्रित करना शुरू करें , उन्हें धन्यवाद दें और उन्हें क्लब के काम के बारे में सूचित रखें। धन उगाहना रिश्तों के बारे में है।



#### राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से सहायता प्राप्त करें

- आपके क्लब को कौन फंड दे सकता है?

- एक फंडर आपके क्लब को फंडिंग के बदले में क्या चाहेगा ?

- क्या आपके पास संभावित फंडर के साथ जुड़ने के लिए आवश्यक सभी जानकारी है ?

- राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम के कर्मचारी संभावित अनुदान के अवसरों और फंडर्स की पहचान करने और उनकी जरूरतों , प्रतिबंधों और समयसीमा को समझने में सहायता कर सकते हैं

- आपके समुदाय में किसी कंपनी के साथ राष्ट्रीय या अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर मौजूदा साझेदारी हो सकती है

धन उगाहने की योजना विकसित करने , फंडर्स की जरूरतों पर शोध करने और मिलान करने में सहायता प्राप्त करने के लिए राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से जुड़ें

व्यावहारिक उदाहरणों के लिए अगले पृष्ठ में दिए गए लिंक देखें



# मुख्य कार्य धन उगाहने



धन उगाहने के लिए निम्नलिखित कार्यक्रमों में उद्देशन गाइड गुड स्पोर्ट्स ग्रान्ट्स फंडरेजिंग टूल किट द्वारा उपयुक्त संसाधन चुनें

पूछने से कभी न डरें। संभावित दाता तब तक नहीं देंगे जब तक उनसे पूछा नहीं जाता। एक एथलीट को "पूछें" में सहायता के लिए आमंत्रित करें, या किसी ऐसे व्यक्ति को जो संभावित दाता को अच्छी तरह से जानता हो।

मुख्यधारा के खेल संगठनों, स्थानीय व्यवसायों, अन्य गैर-लाभकारी और अंतर-सरकारी संगठनों (जैसे लायंस क्लब, रेड क्रॉस), सामुदायिक समूहों और स्कूलों को संभावित समर्थकों के रूप में देखें।

अपने राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम द्वारा आयोजित पहले से स्थापित धन उगाहने में भाग लेने पर विचार करें। अपने समुदाय में प्रतिनिधित्व करने वाली वैश्विक कंपनियों के साथ राष्ट्रीय या अंतर्राष्ट्रीय साझेदारी के बारे में जानने के लिए उनके साथ जाँच करें।



विचारों

संभावित फंडर्स के लिए अनुदान आवेदनों, धन उगाहने वाली प्रस्तुतियाँ या प्रस्तुतियाँ एक साथ रखने में मदद के लिए अपने राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से पूछें।

अपने स्थानीय क्लब के लिए जागरूकता बढ़ाने और धन उगाहने के लिए एक मूक नीलामी, विशेष ओलंपिक उत्सव का आयोजन करें।

छोटे स्थानीय व्यवसायों (रेस्तरां, कॉफी की दुकानें, हार्डवेयर स्टोर, आदि) को लक्षित करें जो उपहार कार्ड जैसे छोटे दान या रैफल / नीलामी आइटम दे सकते हैं और दृश्यता से लाभ उठा सकते हैं।

एक विशेष ओलंपिक राष्ट्रीय स्टोर्जें / आपके आस-पास के विशेष ओलंपिक राज्य कार्यक्रम के बारे में लिंक

अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।

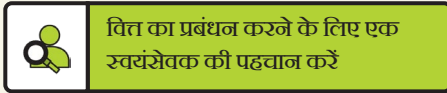


## मुख्य कार्य वित्तीय प्रबंधन



अपने क्लब को अच्छी स्थिति में रखने के लिए, अपने क्लब की आय और व्यय के वित्तीय प्रबंधन पर अपने राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम के साथ मिलकर काम करें। आपके क्लब द्वारा जुटाए गए और उपयोग किए गए सभी फंडों का लेखा- जोखा आपके क्लब और समग्र रूप से विशेष ओलंपिक ब्रांड की विश्वसनीयता की रक्षा के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। एक बार जब आप अपनी वित्तीय प्रबंधन नीतियों पर मार्गदर्शन प्राप्त करने के लिए अपने राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम से जुड़ जाते हैं, तो यह सुनिश्चित करने के लिए इन चरणों का पालन करें कि स्थानीय क्लब वित्तीय संसाधनों को ठीक से प्रबंधित किया जाता है:

### चरण 1



वित्त का प्रबंधन करने के लिए एक स्वयंसेवक की पहचान करें

एक भरोसेमंद व्यक्ति की भर्ती करें जो राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम द्वारा आवश्यक वित्त के बजट, प्रबंधन और रिपोर्ट करने में मदद करने में सक्षम हो, अधिमानतः बजट या वित्तीय पृष्ठभूमि में अनुभव के साथ।

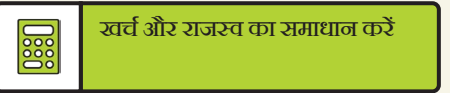
### चरण 2



वार्षिक राजस्व और व्यय बजट बनाएं

अपने स्थानीय क्लब द्वारा नियोजित गतिविधियों, प्रशिक्षण और प्रतियोगिताओं को ट्रैक करने के लिए वार्षिक राजस्व और व्यय बजट बनाएं। खर्च और राजस्व का बजट बनाते समय राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम नेतृत्व से परामर्श करें।

### चरण 3



खर्च और राजस्व का समाधान करें

मासिक आधार पर बजट के खिलाफ प्राप्तियों के साथ खर्च और राजस्व का मिलान करें। सभी रसीदें, जिनमें तरह के योगदान भी शामिल हैं, को फाइल पर रखा जाना चाहिए। राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम को यह सुनिश्चित करने के लिए नियमित रिपोर्ट की आवश्यकता होगी कि सब कुछ हिसाब और संतुलित है।



### वित्तीय प्रबंधन विचार

- अपने नेटवर्क के भीतर उन लोगों के बारे में सोचें जिनके पास विशिष्ट वित्तीय विशेषज्ञता और अनुभव हैं। उन्हें एक कॉफी खरीदें और उनकी सलाह लें।
- अपने राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम में अन्य विशेष ओलंपिक क्लब देखें और सलाह, समर्थन और सहायता के लिए उनसे जुड़ें।

एक विशेष ओलंपिक कार्यक्रम के लिए वित्तीय प्रबंधन (स्वयंसेवक उदाहरण)

उपयुक्त संसाधन चुनें

सुनिश्चित करें कि आपके क्लब का वित्तीय प्रबंधन स्थानीय ऑडिट आवश्यकताओं का अनुपालन करता है।



## मुख्य कार्य वित्तीय प्रबंधन



अपने क्लब के वित्तीय पहलुओं का प्रबंधन करना जटिल या समय लेने वाला नहीं होना चाहिए। आपके क्लब का आकार उन वित्तीय प्रबंधन प्रक्रियाओं को निर्धारित करता है जिन्हें लागू करने की आवश्यकता है। आपके क्लब के वित्त को प्रबंधित करने में मदद करने के लिए यहां तीन महत्वपूर्ण पहलू दिए गए हैं।



### संगठित बनें और संगठित रहें

यदि आपके क्लब के वित्त को सक्रिय रूप से प्रबंधित नहीं किया जाता है तो चीजें जल्दी से हाथ से निकल सकती हैं। सरल वित्तीय नीतियों और प्रक्रियाओं को स्थापित करने के लिए समय निकालना महत्वपूर्ण है जो स्थानीय लेखांकन नियमों का अनुपालन करते हैं और दिन - प्रतिदिन के वित्तीय प्रबंधन का प्रबंधन करने के लिए सही लोगों की भर्ती करते हैं। एक बार जब ये सेट हो जाते हैं तो आप अपनी वित्तीय स्थिति का अधिकतम लाभ उठा सकते हैं।



### सही उपकरण का प्रयोग करें

ऐसे बहुत सारे बेहतरीन उपकरण उपलब्ध हैं जो आपके क्लब के वित्तीय पहलुओं के प्रबंधन को सरल बनाते हैं। ऑनलाइन बैंकिंग और अकाउंटिंग सॉफ्टवेयर उत्पाद आपके क्लब के खातों के प्रबंधन के दर्द को दूर करते हैं। इनमें से कुछ क्लबों के लिए भी मुफ्त हैं कि लाभ संगठनों के लिए। सही उपकरणों का उपयोग वित्तीय प्रक्रियाओं को इतना तेज और आसान बनाता है।



### संचार और पारदर्शिता

पारदर्शिता आपके क्लब के भीतर विश्वास को बढ़ावा देने का एक शानदार तरीका है और अपनी वित्तीय स्थिति साझा करना इसके लिए महत्वपूर्ण है, खासकर यदि आपके सदस्य शुल्क का भुगतान करते हैं और यह देखना चाहते हैं कि उनका पैसा कहां जा रहा है। सुनिश्चित करें कि आप नियमित रूप से संवाद करते हैं और आपके पास एक संचार योजना है जिसमें क्लब के वित्त पर अपडेट और संदेश शामिल हैं। यह भार भी साझा करता है, सदस्यों को जोड़े रखता है और यहां तक कि अधिक वित्तीय सहायता के अवसर भी खोल सकता है।

यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है!

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



# मुख्य कार्य वित्तीय प्रबंधन



## इसे व्यवहार में लाना ...

नीचे आपके क्लब के वित्त के प्रबंधन के तीन महत्वपूर्ण पहलुओं के बारे में अधिक जानकारी दी गई है।



### संगठित बनें और व्यवस्थित रहें

यह सुनिश्चित करने के लिए हमें क्या कदम उठाने की आवश्यकता है कि हम अपने वित्त का प्रभावी ढंग से प्रबंधन करें ?

- जिम्मेदारियों और कार्यों का मार्गदर्शन करने के लिए स्पष्ट और सरल नीतियां विकसित करें।
- कोषाध्यक्ष के रूप में सेवा करने के लिए वित्तीय प्रबंधन में कौशल वाले किसी व्यक्ति की सेवाओं को सुरक्षित करें।
- एक विस्तृत वार्षिक बजट विकसित करें ( और उस पर टिके रहें)।

महीने दर महीने क्लब के पैसे पर नियंत्रण बनाए रखने के लिए एक दिनचर्या स्थापित करें। समिति की बैठकों में वित्तीय रिपोर्टिंग पर एक स्थायी आइटम स्थापित करें।



### सही टूल का प्रयोग करें

- हमारे क्लब को अकाउंटिंग सॉफ्टवेयर से क्या चाहिए ?
- आपका क्लब इंटरनेट बैंकिंग का उपयोग कैसे करता है जितना संभव हो सके?

- क्लबों के लिए वित्त पर नज़र रखने का सबसे आसान तरीका , लेखांकन सॉफ्टवेयर आम तौर पर आपके क्लब की आवश्यकताओं के अनुरूप किफायती और लचीला होता है।
- अन्य क्लबों से यह पूछने से न डरें कि वे क्या उपयोग करते हैं और विभिन्न उत्पादों को आजमाने के लिए एक बैंक खाता स्थापित

करना जहां खाता हस्ताक्षरकर्ताओं द्वारा भुगतान को ऑनलाइन अधिकृत किया जा सकता है , क्लब भुगतान को आसान बनाने के लिए महत्वपूर्ण है।



### संचार और पारदर्शिता

आपके क्लब के सदस्यों को क्लब के वित्त के बारे में क्या जानकारी की उम्मीद है ?

क्लब के सदस्यों को क्लब के वित्त की सूचना कैसे दी जाती है और किस आवृत्ति के साथ एक सरल योजना बनाएं वित्तीय रिपोर्ट को सरल बनाकर , अन्य सदस्यों द्वारा

अनुरोध किए जाने पर वित्तीय स्थिति पर अपडेट देने के लिए उनका उपयोग किया जा सकता है।



# स्थानीय क्लब की स्थापना की गई है क्लब विकास



स्पेशल ओलंपिक अपने सदस्यों और समर्थकों के लिए उच्च गुणवत्ता वाले खेल और जुड़ाव के अनुभव प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है। जैसे-जैसे स्थानीय क्लब विकसित और बढ़ता है, इसकी प्रबंधन टीम को उच्च गुणवत्ता वाले खेल और गैर-खेल गतिविधियाँ प्रदान करने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

पारंपरिक विशेष ओलंपिक खेलों के अलावा, आईडी वाले लोगों के लिए अधिक अवसर पैदा करने के लिए एक क्लब चुन सकता है अतिरिक्त प्रोग्रामिंग का परिचय दें :



## एकीकृत खेल

एक समावेशी खेल कार्यक्रम जहां एथलीट (आईडी वाले लोग) और भागीदार (आईडी के बिना लोग) नियमित रूप से टीम के साथियों के रूप में प्रशिक्षण और प्रतिस्पर्धा करते हैं।



## मोटर गतिविधि प्रशिक्षण कार्यक्रम (एमएटीपी)

महत्वपूर्ण बौद्धिक (और शारीरिक) विकलांगता वाले एथलीटों के लिए गैर-प्रतिस्पर्धी मोटर कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम।



## युवा एथलीट

आईडी के साथ और बिना आईडी के 2-7 साल के बच्चों के लिए यह खेल और खेल कार्यक्रम बुनियादी खेल कौशल का परिचय देता है, जैसे दौड़ना, लात मारना और फेंकना।

खेल की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए, क्लब को बनाए रखना चाहिए और सुधार के लिए काम करना चाहिए:

- ▶ प्रशिक्षण और प्रतियोगिता आयोजनों की आवृत्ति पर्याप्त उपकरण
- ▶ और सुविधाएं एथलीट और एकीकृत भागीदार की तैयारी, विकास और सुधार
- ▶ कोच की तैयारी और विकास खेल साझेदारी प्रतियोगिता प्रबंधन, सुरक्षा और प्रोटोकॉल सुरक्षा
- ▶
- ▶

जैसे-जैसे स्थानीय क्लब विकसित होता है, उसे विशेष ओलंपिक के माध्यम से पेश किए जाने वाले अन्य प्रोग्रामिंग अवसरों की खोज शुरू करनी चाहिए।



## एथलीट नेतृत्व



## स्वास्थ्य

प्रशिक्षित एथलीटों के लिए नेतृत्व करने के अवसर बनाएं अपने क्लब में स्वतंत्र रूप से या स्वयंसेवकों के रूप में अपने क्लब में अन्य लोगों के साथ शुरू करने में मदद करने के लिए अपने राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम से संपर्क करें। कोच, स्वास्थ्य संदेशवाहक और कर्मचारी।

चरणों का पालन करके एथलीट लीडर्स विकसित करें :

- प्रेरित करें : क्लब के सदस्यों और टीम को एकीकृत नेतृत्व के लाभों के बारे में शिक्षित करें।
- विस्तार करें : उन एथलीटों की पहचान करें जो नेतृत्व कौशल प्रदर्शित करते हैं। आकाओं को पहचानें और असाइन करें।
- एम्पावर : एथलीट प्रशिक्षण और कौशल विकास के अवसरों की तलाश करें।
- सक्रिय करें : क्लब के भीतर नेतृत्व की भूमिकाओं में एथलीटों को शामिल करने के लिए हर अवसर का उपयोग करें (उदाहरण के लिए प्रबंधन टीम का हिस्सा बनें, कोच या सहायक कोच बनें, आदि)

के उदाहरण

- 
- 
- एथलीटों को स्वस्थ भोजन और मजबूत दिमाग जैसे विषयों के बारे में सिखाएं, ताकि एथलीटों को मजबूत, स्वस्थ जीवन जीने में मदद मिल सके।

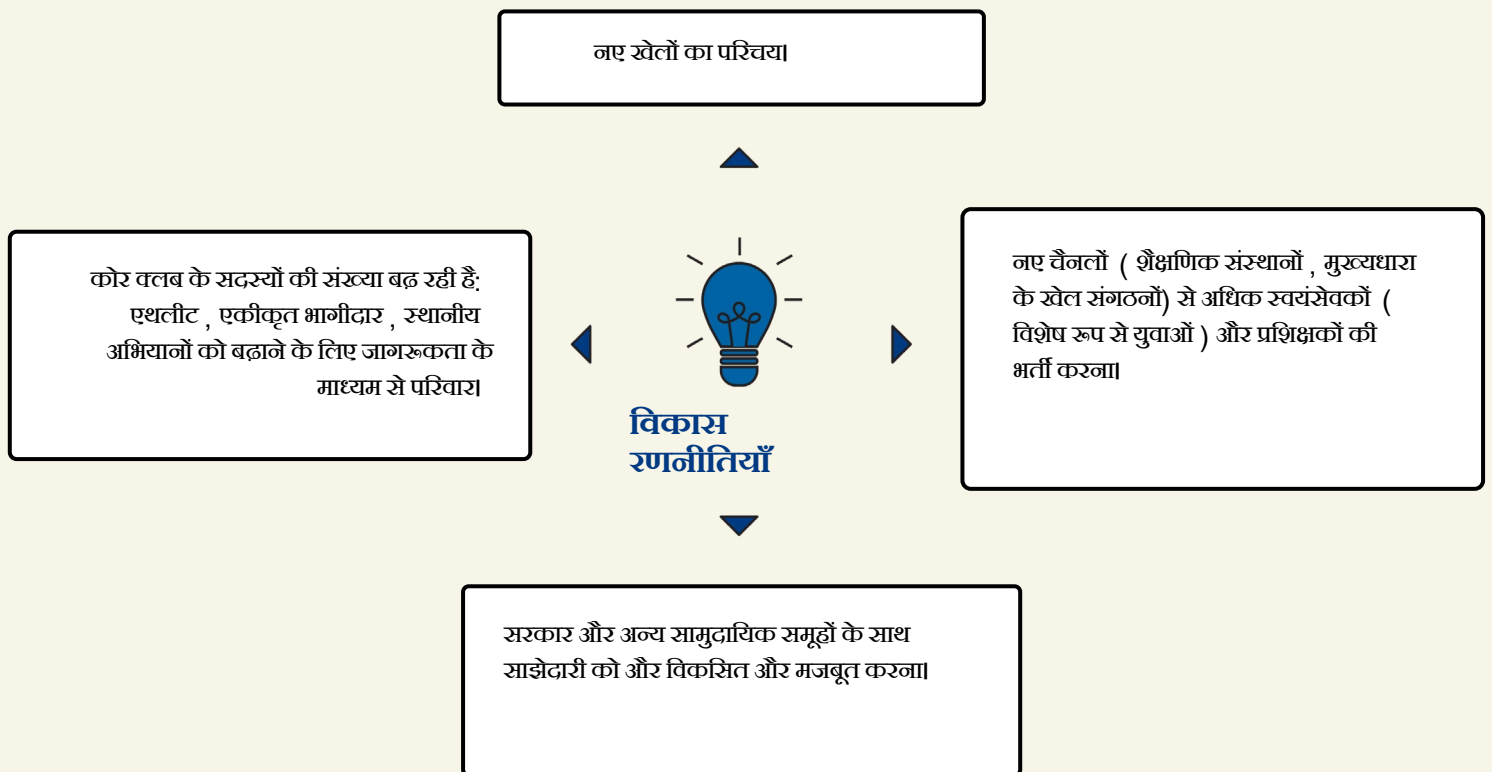
व्यावहारिक उदाहरणों के लिए अगले पृष्ठ में दिए गए लिंक देखें



## स्थानीय क्लब की स्थापना की गई है क्लब विकास



अधिक सहायता कहां से प्राप्त करें



अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।



## स्थानीय क्लब की स्थापना की गई है क्लब स्थिरता



विशेष ओलंपिक क्लब स्थानीय एथलीटों के लिए खेल प्रशिक्षण और प्रतियोगिता के अवसर प्रदान करते हैं और अपने सदस्यों के लिए समुदाय और अपनेपन की भावना प्रदान करने में महत्वपूर्ण हैं। यह सुनिश्चित करना कि आपका क्लब टिकाऊ है, बहुत मेहनत और प्रतिबद्धता की आवश्यकता होती है और यह जुड़े कारकों की एक विस्तृत श्रृंखला पर निर्भर करता है। आपके क्लब की स्थिरता सुनिश्चित करने में मदद करने के लिए यहां शीर्ष 3 चीजें दी गई हैं।

### सही भूमिकाओं में सही लोग

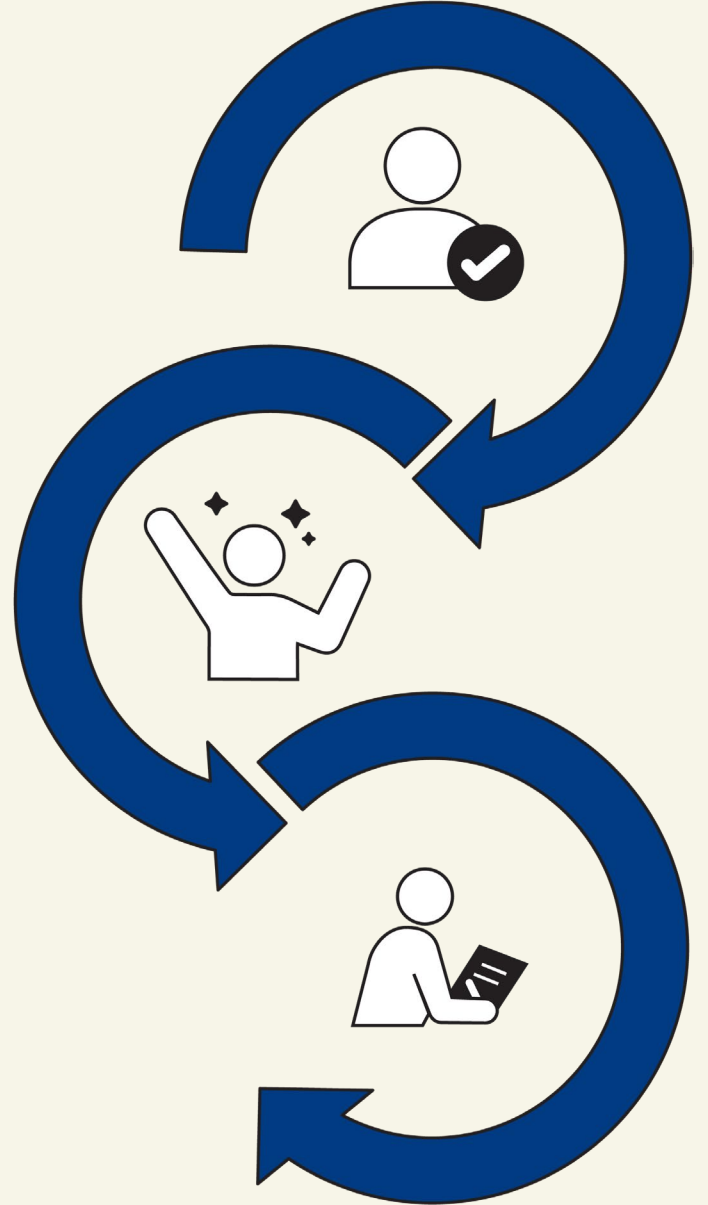
क्लब की स्थिरता आपकी प्रबंधन टीम की प्रतिबद्धता और समर्पण पर निर्भर करती है। क्लब को यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि उसके पास प्रमुख शासन, नेतृत्व, प्रबंधन और वितरण पदों पर कुशल लोग हों। क्लब गतिविधियों को चलाने के लिए विविध पृष्ठभूमि वाले लोगों को शामिल करें। क्लब के सदस्यों की ताकत और कमजोरियों पर विचार करें, स्पष्ट भूमिकाएँ और जिम्मेदारियाँ प्रदान करें।

### सदस्यों के योगदान को मान्यता दें

क्लब की स्थिरता सुनिश्चित करने के लिए, सदस्यों को बनाए रखना महत्वपूर्ण है। टीम के सभी सदस्यों के लिए अपनेपन की भावना पैदा करें और सुनिश्चित करें कि वे आपके क्लब के मिशन को जानते हैं और बढ़ावा देते हैं। अपनी प्रबंधन टीम और स्वयंसेवकों के योगदान को स्वीकार करना सुनिश्चित करें और उनकी सेवा के लिए उन्हें धन्यवाद दें।

### एक योजना है !

अपनी मुख्य नेतृत्व टीम के लिए एक उत्तराधिकार योजना बनाएं। स्थिरता का एक अन्य महत्वपूर्ण हिस्सा लगातार परिचालन ( अल्पकालिक ) और रणनीतिक ( दीर्घकालिक ) योजना है। एक अच्छी योजना यह पहचानेगी कि क्लब क्लब के लक्ष्यों की दिशा में कैसे काम करेगा। यदि क्लब इस बारे में बहुत स्पष्ट नहीं है कि वह क्या करेगा और कौन करेगा, तो क्लब के सफल न होने का जोखिम हमेशा रहेगा। योजना राष्ट्रीय / राज्य कार्यक्रम टीम के साथ निकट सहयोग में की जानी चाहिए और क्लब प्रबंधन टीम के सभी सदस्यों को शामिल करना चाहिए।



यह 1 - 2 - 3 जितना सरल है !

यह वास्तव में नहीं है। इसलिए हमने अगले पृष्ठों में अधिक विस्तृत विवरण प्रदान किया है ...



# स्थानीय क्लब की स्थापना की गई है क्लब स्थिरता



## इसे व्यवहार में लाना ...

स्थिरता सुनिश्चित करने के कुछ उदाहरण नीचे दिए गए हैं



### सही भूमिकाओं में सही लोग

- आपके क्लब को अपने लक्ष्यों को पूरा करने में सफल होने के लिए किन भूमिकाओं की आवश्यकता है ?
- आपके क्लब के भीतर समर्थन और काम करने वाले लोग कौन हैं ?

- आपके क्लब में भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की एक सूची है जिसमें एक वर्णनकर्ता शामिल है जो स्पष्ट रूप से अपेक्षाओं को दर्शाता है।
- आपके क्लब के पास समर्थकों की एक सूची है जो अपनी ताकत और कमजोरियों की समझ रखते हैं

- उन प्रमुख भूमिकाओं की सूची बनाएं जिन्हें आपके क्लब को सफल होने के लिए आवश्यकता है।
- वर्तमान क्लब समर्थकों के साथ प्रमुख भूमिकाओं का मिलान करें और उन भूमिकाओं की पहचान करें जिन्हें भरने की आवश्यकता है



### सदस्यों के योगदान को मान्यता दें

- एथलीटों के लिए आपके पास क्या प्रतिधारण और मान्यता प्रथाएं हैं ?
- आप स्वयंसेवी योगदान को कैसे पहचान सकते हैं ?

- एथलीटों को नियमित प्रशिक्षण और प्रतियोगिताएं प्रदान करें। उनकी व्यक्तिगत प्रगति को परिवारों के साथ साझा करें
- कोच प्रशिक्षण और प्रमाणन के लिए अवसर और मान्यता प्रदान करना
- स्वयंसेवकों को प्रगति करने और भूमिकाएँ बदलने के तरीके दें

- कोच - ऑफ - द - ईयर पुरस्कार की स्थापना करें।
- स्वयंसेवी प्रशंसा प्रक्रिया विकसित करें ( जैसे धन्यवाद कार्ड )



### एक योजना है !

- क्लब के लक्ष्य क्या हैं?
- आप अपने क्लब के लक्ष्यों को कैसे प्राप्त करेंगे ?

- आगामी वर्ष या सीज़न के लिए एक सरल योजना बनाएं। खेल / गैर - खेल आयोजनों , सुविधाओं , सदस्य और स्वयंसेवक भर्ती पर विचार करें।
- सुनिश्चित करें कि आपके क्लब में हर कोई योजना को समझता है और उसका समर्थन करता है।

- अपने क्लब के दृष्टिकोण, लक्ष्यों और जरूरतों को लिखें।
- क्लब के सदस्यों, समर्थकों और अन्य क्लबों से योजना पर विचार और प्रतिक्रिया प्राप्त करें।

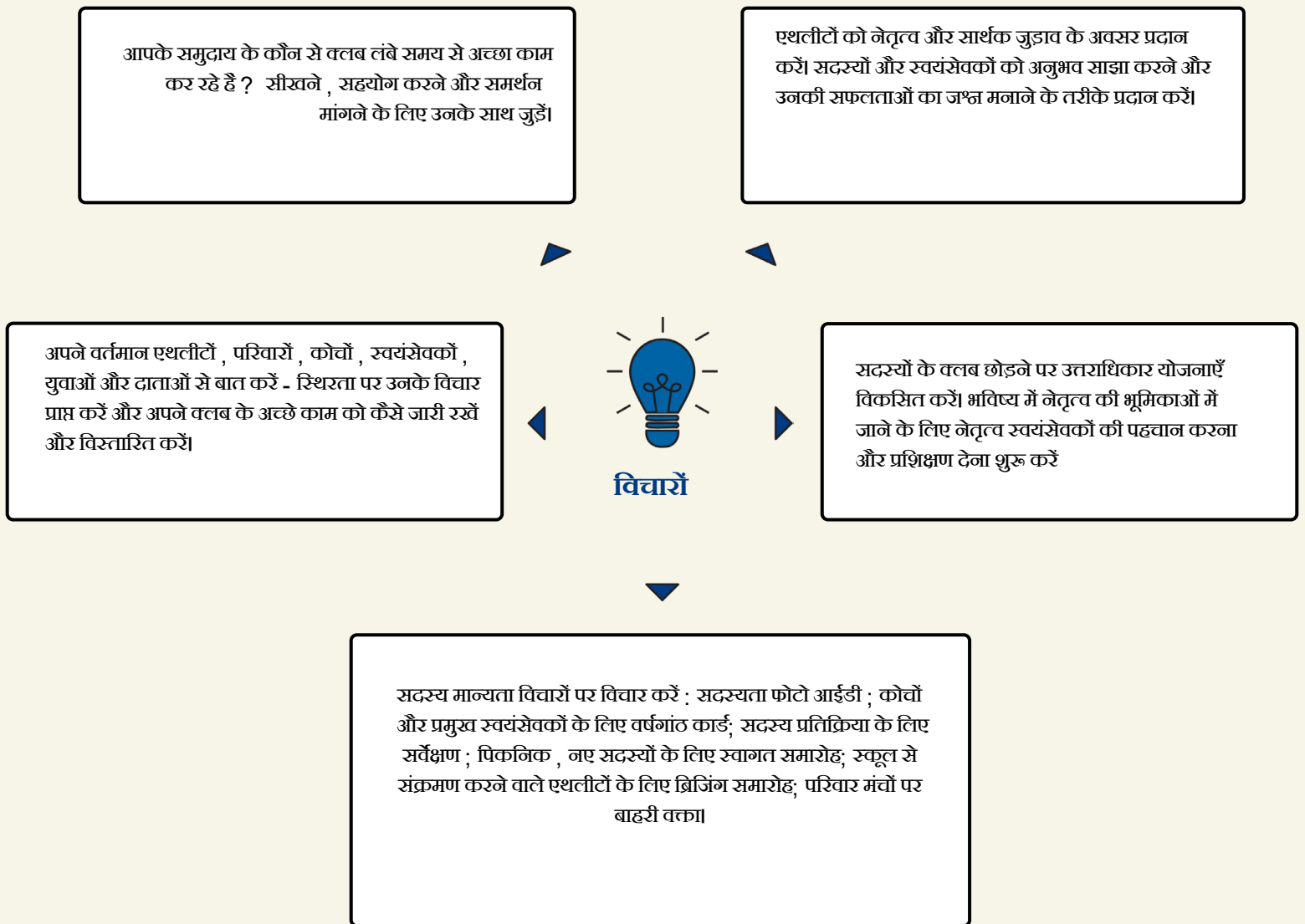
व्यावहारिक उदाहरणों के लिए अगले पृष्ठ में दिए गए लिंक देखें



# स्थानीय क्लब की स्थापना की गई है क्लब स्थिरता



अधिक सहायता कहां से प्राप्त करें



अपने आस - पास एक विशेष ओलंपिक  
राष्ट्रीय/ राज्य कार्यक्रम खोजें



लिंक

विशेष ओलंपिक के बारे में

अधिक जानकारी तक पहुंचने के लिए संसाधन और लिंक बॉक्स पर क्लिक करें।