

Библиотечка для родителей

**СПОРТ ДОСТУПЕН  
КАЖДОМУ**

Методические рекомендации



Министерство образования и науки РФ  
Федеральное бюджетное государственное образовательное  
учреждение высшего профессионального образования  
«Челябинский государственный педагогический университет»

**СПОРТ ДОСТУПЕН  
КАЖДОМУ**

**Методические рекомендации**

Челябинск  
2014

УДК 371.9(07):796.07

ББК 74.5:01

С 73

Спорт доступен каждому: методические рекомендации / М.А. Морозов, О.А. Панова, Л.М. Лапшина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2014. – 22 с.

В методических рекомендациях представлен материал, являющийся результатом теоретической проработки и обобщения практического опыта работы по подготовке к участию в Специальной олимпиаде детей с нарушением интеллекта.

Основная цель издания – информировать родителей о возможностях Специальной олимпиады как средства социальной реабилитации и физического развития детей с нарушением интеллекта. В пособии представлена история создания Специального олимпийского движения, перечень видов спорта, по которым организуется подготовка детей, имеющих нарушения интеллекта, в России. Брошюра также содержит подробную контактную информацию о подготовке в г. Челябинске детей с нарушением интеллекта в рамках Специальной олимпиады.

Пособие может быть использовано для социально-реабилитационной работы с детьми, имеющими нарушение интеллекта. Издание предназначено для родителей детей с ограниченными возможностями здоровья, а также будет полезно студентам дефектологических факультетов педагогических вузов, учителям физкультуры и тренерам секций, работающим с детьми указанной категории, воспитателям, дефектологам.

Рецензенты: Л.И. Плаксина, д-р психол. наук, профессор  
Л.А. Дружинина, канд. пед. наук, доцент

© Издательство Челябинского государственного педагогического университета, 2014

## СОДЕРЖАНИЕ

Уважаемые родители! .....	4
История специальной олимпиады .....	5
Специальная олимпиада России .....	6
Виды спорта Специальной олимпиады России .....	7
Международные события Специальной олимпиады .....	10
Юнифайд-спорт .....	16
Секции по различным видам спорта г. Челябинска .....	18
Библиографический список .....	21

## **Уважаемые родители!**

У вашего ребенка есть уникальная возможность заниматься спортом не только на уроках физкультуры, а более серьезно и более профессионально.

В этом вам может помочь Специальное олимпийское движение, миссия которого заключается в организации круглогодичных тренировок и соревнований по различным видам спорта для детей и взрослых с ментальными нарушениями, что создает благоприятные условия для улучшения физической формы, демонстрации мужества, получения радости развития талантов, навыков и дружественных отношений с членами семей, другими спортсменами Специальной олимпиады и обществом в целом.

**Основная задача Специальной олимпиады:** помочь людям с нарушениями интеллектуального развития стать полноправными членами общества, принимающими активное участие в общественной жизни, посредством предоставления этим людям реальных возможностей для демонстрации своих талантов в условиях спортивных соревнований и путем информирования общественности о своих возможностях и потребностях.

В образовательных учреждениях VIII вида также регулярно ведется подготовка учеников для участия в соревнованиях по различным видам спорта городского и областного уровней в рамках Специальной олимпиады России.

Позвольте мне победить, но если я не смогу,  
то пусть я буду смелым в этой попытке!

*Клятва атлета Специальной олимпиады*

## **ИСТОРИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ**

Специальное олимпийское движение возникло более 40 лет назад по инициативе Юнис Кеннеди Шрайвер, сестры президента США Дж. Кеннеди. В 1957 году она возглавила фонд Джозефа Кеннеди. Фонд имеет две основные цели: найти защиту от умственной отсталости путем определения ее причин и улучшить способы обращения общества с гражданами, которые имеют ограниченные интеллектуальные возможности.

Первые же результаты работы показали, насколько эти люди отзывчивы на заботу, и как при поддержке и терпеливом обучении раскрывается их огромный внутренний потенциал. Люди с нарушением умственного развития оказались гораздо более способными в различных видах спорта и физической культуре, чем думали многие специалисты.

В июле 1968 года на Воинском поле в Чикаго состоялись первые международные Специальные олимпийские игры. В декабре того же года была создана Специальная олимпиада, получившая статус благотворительной организации. За все годы существования участниками специального олимпийского движения стали более трех миллионов человек из 180 стран мира.

В 1988 году на XV Зимних Олимпийских играх в Калгари президент Международного олимпийского комитета Хуан Антонио Самаранч подписал с Ю. Кеннеди-Шрайвер соглашение, согласно которому Специальная олимпиада получила право использовать в своем названии слово «олимпиада».

## СПЕЦИАЛЬНАЯ ОЛИМПИАДА РОССИИ

**Специальная олимпиада России** – общероссийская общественная благотворительная организация, официально признанная Олимпийским комитетом России, являющаяся национальным комитетом международной общественной организации *Special Olympics International (SOI)*.

В сентябре 1999 года Министерством юстиции РФ была впервые зарегистрирована «Специальная олимпиада России» – единственная в нашей стране организация, представляющая Россию в SOI, в том числе, на международных соревнованиях.

«Специальная олимпиада России» организует Всероссийские соревнования по отдельным видам спорта и олимпиады, комплектует и направляет сборные команды на соревнования европейского и мирового уровня, организует общероссийские семинары, обучает тренеров и судей, выпускает методическую литературу.

Основная задача «Специальной олимпиады России» – распространение Специального олимпийского движения в стране и вовлечение большего количества лиц с нарушением интеллекта в занятия спортом по программам «Специальной олимпиады». Для этого дирекция продельывает большую работу по организации территориальных отделений и региональных центров.



**ПРЕЗИДЕНТ  
СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ РОССИИ**



Рис. 1. Павлов Андрей Владимирович



Каждый долгий путь начинается с одного, с первого шага.

*Усейн Болт*

## **ВИДЫ СПОРТА СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ РОССИИ**

Перечень видов спорта, по которым Специальная Олимпиада России организует подготовку спортсменов, постоянно расширяется. Сегодня это 29 летних и зимних видов спорта.

### **Летние виды спорта**

1. Легкая атлетика
2. Бадминтон
3. Баскетбол
4. Боулинг
5. Бочче
6. Велоспорт
7. Гандбол
8. Гольф
9. Спортивная гимнастика
10. Дзюдо
11. Конный спорт
12. Крикет
13. Настольный теннис
14. Парусный спорт
15. Пауэрлифтинг
16. Плавание
17. Софтбол
18. Теннис
19. Флорбол
20. Футбол
21. Художественная гимнастика
22. Соревнования на роликовых коньках



Рис. 2. Футбол



Рис. 3. Настольный теннис

## Зимние виды спорта

1. Гонки на снегоступах
2. Горнолыжный спорт
3. Конькобежный спорт
4. Лыжные гонки
5. Сноуборд
6. Фигурное катание на коньках
7. Хоккей на полу



Рис. 4. Конькобежный спорт



Рис. 5. Лыжные гонки



Рис. 6. Сноуборд

## МЕЖДУНАРОДНЫЕ СОБЫТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ



Южная Корея, г. Пхёнчхан, 2013, Всемирные зимние игры  
25 января – 5 февраля 2013 г.

6 февраля 2013 г. в столичном Международном аэропорту «Шереметьево» состоялась встреча российской делегации, успешно выступившей на Всемирных зимних играх Специальной олимпиады в Пёнчхане (Южная Корея), которые прошли с 29 января по 5 февраля 2013 года.



Рис. 7. Российская делегация на Всемирных зимних играх 2013 г.

Российская делегация была представлена на Играх 120 спортсменами и тренерами из 19 регионов страны. В состав сборной команды России вошли представители Москвы, Санкт-Петербурга, Республики Карелия, Республики Коми, Краснодарского края, Архангельской, Владимирской, Воронежской, Кировской, Курской, Костромской, Мурманской, Нижегородской, Новосибирской, Пензенской, Свердловской, Смоленской, Томской и Тюменской областей.

Российские спортсмены наибольших успехов добились в шорт-треке (Алексей Семенчиков – три золотые и одна серебряная медали; Екатерина Зубова – золотая, две серебряные и бронзовая медали; Аннели Нийт – золотая, серебряная и бронзовая медали), горнолыжном спорте (Надежда Ерохина и Екатерина Сазонова – по три золотые медали), снегоступинге (Инна Иванникова – две золотые и серебряная медали; Вероника Балабонкина – две золотые и серебряная медали), сноуборде (Елена Сагалаева – две золотые медали; Равиль Хасанов – две золотые медали) и лыжных гонках (Станислав Черенков – золотая, серебряная и бронзовая медали; Алёна Колесник – золотая и серебряная медали).

В командных соревнованиях отличились эстафетная команда по снегоступингу, завоевавшая «золото», а также команда по флорболу, дважды удостоенная «серебра», команда по хоккею на полу, мужская и женская эстафетные команды по лыжным гонкам, выигравшие серебряные награды Игр.

Первая золотая медаль Всемирных зимних игр Специальной олимпиады в Пьёнчхане была завоёвана 31 января 2013 г. российской сноубордисткой Е. Сагалаевой. Всего спортсмены привезли 113 наград, из которых 48 золотых, 34 серебряных и 31 бронзовая медали.

В Играх-2013 приняли участие около 5000 спортсменов и тренеров из 111 стран. Соревнования прошли по восьми видам спорта: лыжные гонки, снегоступы, горные лыжи, сноуборд, хоккей на полу, конькобежный спорт, фигурное катание и флорбол.



Рис. 8. Российская фигуристка Наталья Акимова

**Российская фигуристка Наталья Акимова** — участница эстафеты огня Игр во время церемонии открытия Всемирных зимних игр Специальной Олимпиады. 29 января 2013 г., г. Пьёнчхан (Республика Корея).



Рис. 9. Российская делегация  
на церемонии открытия Всемирных зимних игр

Российская делегация на церемонии открытия Всемирных зимних игр Специальной олимпиады. 29 января 2013 г., г. Пьёнчхан (Республика Корея)



Рис. 10. Двукратная чемпионка Елена Сагалаева

Двукратная чемпионка Всемирных зимних игр Специальной олимпиады по сноуборду **Елена Сагалаева**. 31 января 2013 г., г. Пьёнчхан (Республика Корея).



Рис. 11. Обладательницы первых медалей Всемирных зимних игр

Обладательницы первых медалей Всемирных зимних игр Специальной олимпиады: Чемпионка Игр Елена Сагалаева (Россия) – в центре. Слева – Дайана Шильц (США), справа – Дениза Трмалова (Чехия). 31 января 2013 г.



Рис. 12. Бельгия, г. Антверпен 2014, Европейские летние игры  
9 –20 сентября 2014 г.

Раз в четыре года Специальная олимпиада организует Европейские летние игры, которые проходят в одном из крупных европейских городов. В 2014 году для Специальных европейских летних олимпийских игр (SO 2014), также именуемые как «Игры Сердца», в качестве принимающего города был выбран Антверпен.



Рис. 13. США, Лос-Анджелес 2015, Всемирные летние игры  
25 июля – 2 августа 2015 г.

Кто: 7000 Специальных Олимпийских спортсменов из  
177 стран

Сколько:

- 177 стран
- 30000 добровольцев
- 3000 тренеров
- 500000 зрителей

Когда: 25 июля 2015 – 2 августа 2015 г.

Где: Лос-Анджелес, Калифорния, США

В городе, полном звезд кино и музыки, наши спортсмены станут звездами. В Лос-Анджелесе пройдет тот глобальный этап, на котором они смогут продемонстрировать свою смелость и решительность.





## ЮНИФАЙД СПОРТ

Объединенный спорт® представляет собой программу, объединяющую приблизительно равное количество спортсменов Специальной олимпиады с людьми, не имеющими нарушений в умственном развитии (партнерами), в спортивные команды для тренировочных занятий и соревнований. Все участники (спортсмены Специальной олимпиады и партнеры) должны иметь сходные возраст и способности. Все спортсмены, участвующие в этой программе, должны обладать необходимым уровнем навыков для того, чтобы заниматься определенным видом спорта.

Объединенный спорт® является важной программой, поскольку расширяет спортивные возможности тех спортсменов и партнеров, которые стремятся выйти на новый уровень занятий спортом. Кроме того, Объединенный спорт® существенным образом способствует включению спортсменов в жизнь общества благодаря тому, что он ломает барьеры, исторически существовавшие между людьми с задержкой умственного развития и об-

ществом. В то же время Объединенный спорт® предоставляет ценную возможность спортивных занятий для тех, кто не участвует в Специальной Олимпиаде или других спортивных программах. Программа «Объединенный спорт®» была создана и разработана Специальной олимпиадой в целях дальнейшего осуществления общей миссии Специальной олимпиады.

#### **Виды юнифайд спорта**

- Юнифайд баскетбол
- Юнифайд футбол
- Юнифайд мини-футбол
- Юнифайд настольный теннис
- Юнифайд бадминтон

У всех бывают тяжелые времена.  
Надо найти в себе силы их пережить  
*Дэвид Бэксэм*

## **СЕКЦИИ ПО ВИДАМ СПОРТА СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ г. ЧЕЛЯБИНСКА**

**Челябинское региональное отделение  
Специальной Олимпиады России**

Адрес: 454113 г. Челябинск, пл. Революции, 4, к. 618  
Министерство образования и науки Челябинской области

### **Занятия по плаванию**

Тренер-преподаватель: Дубинкин Григорий Павлович  
Адрес: бассейн «Строитель» ул. 50 лет ВЛКСМ, 14



Рис. 14. Плавание

### **Занятия по спортивной гимнастике**

Тренер-преподаватель: Пылаев Юрий Валерьевич

Адрес: ул. Савина, 5

Контактный телефон: 251-01-52



Рис. 15. Спортивная гимнастика

### **Занятия по бадминтону**

Тренер-преподаватель: Букин Вадим Аркадьевич



Рис. 16. Бадминтон

Практически во всех учебных учреждениях VIII вида г. Челябинска также происходит подготовка детей по различным видам спорта.

В качестве подготовки и отбора в сборные команды своих школ на городские и областные соревнования по таким видам спорта, как легкая атлетика, баскетбол, футбол, волейбол, настольный теннис, лыжные гонки, дети могут заниматься в своих школах под руководством учителей физкультуры.



Рис. 17. Виды спорта



## Библиографический список

1. Официальные спортивные правила Специального олимпийского движения: методическое пособие / Н.О. Рубцова, В.А. Ильин, Т.И. Ольховская. – М.: РГУФК, 2005. – 296 с.
2. Руководство по программе Объединенного спорта Специальной олимпиады. – М., 2012.
3. Режим доступа: <http://www.spolrussia.ru>
4. Режим доступа: <http://specialolympics.ru>
5. Режим доступа: <http://neinvalid.ru/vsemirnye-specialnye-zimnie-olimpijskie-igry-2013/#ixzz30lgEj9ce>

*Учебное издание*

## **СПОРТ ДОСТУПЕН КАЖДОМУ**

### **Методические рекомендации**

**Составители:** Максим Александрович Морозов  
Ольга Алексеевна Панова  
Любовь Михайловна Лапшина

Работа рекомендована РИСом ЧГПУ  
Протокол № 2/14 (пункт 13) от 2014 г.

Редактор Е.М. Сапегина  
Технический редактор Т.Н. Никитенко

Издательство ЧГПУ  
454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69

Подписано в печать 04.12.2014г. Объем 1,1 уч.-изд. л.  
Формат 60×84/16. Бумага типографская  
Тираж 100 экз. Заказ № \_\_\_\_\_

Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии ЧГПУ  
454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69