

## UNITATE CURS 8 – suplimentar Doar de citit, pentru cultură generală, concepte!

### Predarea atletismului la elevii cu cerințe educative speciale

#### ATLETISMUL ÎN CADRUL IPC (International Paralympic Committee)

Comitetul Internațional Paralimpic (IPC) este organul de conducere la nivel mondial a Mișcării Paralimpice și servește ca Federația Internațională pentru 9 ramuri sportive (printre care și atletismul), pentru care supraveghează și coordonează Campionatele Mondiale și alte concursuri. IPC organizează Jocurile Paralimpice (edițiile de vară și de iarnă), permițând sportivilor cu dizabilități din toate categoriile (de la începător la sportiv de elită) să atingă excelența sportivă și să-și dezvolte oportunități sportive.

Fondată la 22 septembrie **1989** (la Düsseldorf, actualmente sediul fiind în Bonn, Germania), **I.P.C.** este o organizație internațională non-profit, care include 167 de Comitete Naționale Paralimpice (NPC) din 5 cinci regiuni și federațiile internaționale ale sportivilor cu dizabilități (IOSDs).

Cuvântul "Paralimpice" derivă din grecescul "para" ("lângă" sau "alături de") și cuvântul "Olimpiada" (Jocurile Paralimpice desfășurându-se în paralel cu Jocurile Olimpice). Conform site-ului oficial al Comitetului Internațional Paralimpic ([www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)), cuvântul „Paralimpice” a fost inițial un joc de cuvinte care combină "paraplegic" și "Olimpic", cu toate acestea, includerea grupurilor de persoane cu dizabilități și a altor asociații care susțin și promovează Mișcarea Olimpică, reprezintă acum "paralele" și "Olimpic", pentru a ilustra modul în care două mișcări există una alături de cealaltă (Jocurile Paralimpice alături de Jocurile Olimpice).

**Valorile Paralimpice: CURAJ, DETERMINARE, INSPIRAȚIE și EGALITATE.**

**Logo-ul IPC** (preluat și de competițiile de atletism – fig.2) este reprezentat, din 2003-2004 până astăzi, de 3 „agitos” (paralympic.org – fig.1) colorate în roșu, albastru și verde (3 culori ce se regăsesc în cele mai multe steaguri ale statelor de pe glob), având ca **motto**: „*Spirit în mișcare*”.



Fig.1 – Logo IPC



Fig.2 – Logo IPC Atletism

Anterior, IPC a avut ca logo simboluri coreene („Tae-Geuks”) în număr de 5 (1988 – 1994, fig.3), însă la solicitarea Comitetului Internațional Olimpic (CIO) au fost reduse la 3, având ca motto: **„Mintea. Trupul. Sufletul”** – fig.4 (se considera că cele 5 Tae-Geuks puteau fi asociate cu cele 5 cercuri olimpice, existând astfel probleme de simbolistică, dar în special de marketing).



Fig.3 – Logo IPC 1988-1994



Fig.4 – Logo IPC 1994 – 2004

## **I.P.C. ATHLETICS**

**„The speed of a sprinter, the strength of a thrower, the power of a jumper and the endurance of a distance runner are what draws the crowds to Athletics (viteza unui sprinter, puterea unui aruncător, puterea explozivă a unui săritor și rezistența unui alergător de distanțe lungi este ceea ce atrag mulțimile la Atletism)”<sup>1</sup>.**

Atletismul, ca parte a Jocurilor Paralimpice, a avut prima competiție oficială în 1960, la Roma (ca reper istoric, prima competiție a avut loc în 1952, pentru atleți în scaun cu roțile la Stoke Mandeville Hospital din Anglia). Astăzi, atletismul oferă posibilitatea participării tuturor sportivilor (bărbați, femei), din toate grupele de invaliditate.

Progresele în tehnologia materialelor și a biomecanicii sportive aplicate, dar și în noile concepții psihopedagogice (scaunele speciale cu roțile – fig.9, protezele speciale pentru alergat sau sărit, îndrumarea sportivilor cu insuficiență vizuală în concursurile de atletism de către ghizi speciali formați deținând anumite frânghii sau dispozitive, aparatele sau dispozitivele acustice utilizate la aruncări sau pentru a indica desprinderea la sărituri etc) au determinat ca activități care nu puteau fi în trecut imaginate pentru persoane cu dizabilități să devină astăzi realitate.

**În competiția din atletism, sportivii cu dizabilități concurează în conformitate cu clasificările lor funcționale.** Din toate ramurile sportive afiliate I.P.C., atletismul este ramura sportivă cu cei mai mulți participanți și cu cele mai multe evenimente sportive.

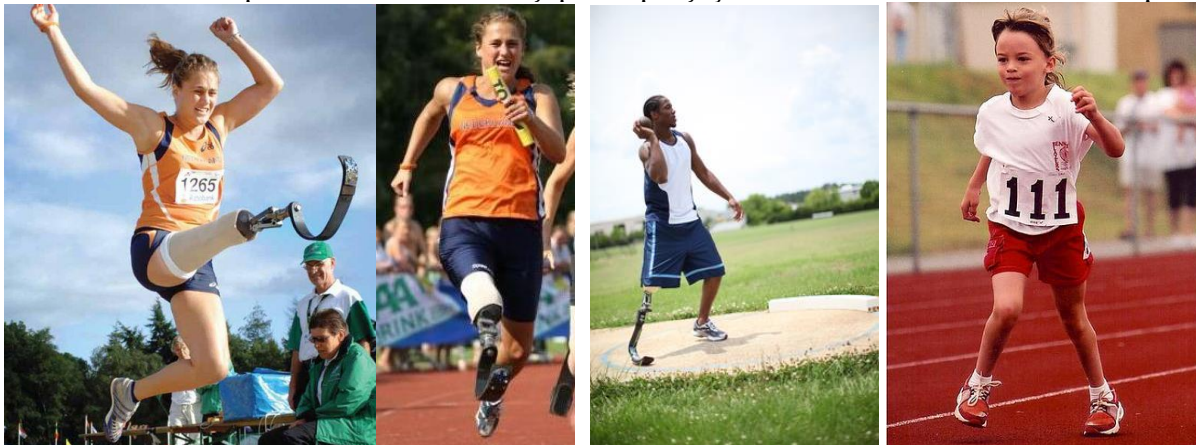


Fig.5,6,7 / imagini cu atletism adaptat, preluate de pe wikipedia.org, usparalympics.org, flickr.com)

<sup>1</sup> [http://www.paralympic.org/Sport/IPC\\_Sports/Athletics/index.html](http://www.paralympic.org/Sport/IPC_Sports/Athletics/index.html)

**Probele** la care se poate concura, în anul 2010, în cadrul competițiilor de atletism desfășurate sub egida IPC sunt:

- probe de alergări de viteză (100m, 200m, 400m) și ștafetă (4x100m, 4x400m);
- probe de alergări pe distanțe medii și lungi (800m, 1500m, 5000m, 10000m);
- probe de alergări pe șosea (maraton sau alte distanțe);
- probe de sărituri (înălțime, lungime, triplusalt);
- probe de aruncări (disc, suliță, greutate);
- probe combinate (pentatlon: probe de viteză sau de șosea, probe de sărituri și aruncări în funcție de clasificarea sportivului cu dizabilitate).



Fig.8 / nevăzător la aruncarea suliței (usparalympics.org)



Fig.9 / concurs pe pista atletism (usparalympics.org)

**Echipamentul sportiv** specific practicării atletismului la copiii cu CES (dizabilități, deficiențe, incapacități) include **anumite dispozitive de asistare care trebuie să fie în conformitate cu normativele stabilite** pe plan internațional și care pot fi utilizate **opțional** de către practicanții atletismului.

## ATLETISMUL ÎN CADRUL SPECIAL OLYMPICS

**Special Olympics Romania (SOR)** este o fundație înființată în 2003 ca parte integrantă a mișcării sportive internaționale Special Olympics Internațional (SOI), având ca obiect de activitate, printre altele, și organizarea de antrenament și competiții sportive (apelând la mijloacele educației fizice adaptate) pentru copiii și adulții cu dizabilități intelectuale, la 8 ramuri sportive (atletism, gimnastică, baschet, înot, tenis de masă, schi, bocce, fotbal) în vederea facilitării integrării sociale a acestora.

Ca ramura sportivă reprezentativă, atletismul este practicat și sub forma sa competițională respectând regulamentul IAAF (Asociația Internațională a Federațiilor de Atletism). **La nivel local și național, practicarea atletismului se supune regulamentului Federației Române de Atletism, cu excepția situațiilor când reglementările federației amintite sunt în „conflict” cu Regulamentul oficial al Special Olympics.**

**Probele, distanțele, greutatele materialelor și regulile de concurs sunt ușor adaptate, existând și probe care nu fac parte din regulamentul athletic propriu-zis.**

Pentru exemplificare, prezentăm câteva dintre ele:

- aruncarea mingii de softball sau a mingii de tenis
- slalom cu scaun cu roțile motorizat
- probe de 10m, 25m și 50m marș asistat
- aruncarea greutății [4kg –bărbați, 2.72kg–femei, 2.72kg -bărbați (8-11ani), 1.81kg -femei (8-11ani)]
- săritura în lungime de pe loc

#### **Exemple de reguli adaptate:**

în întrecerile de alergări de viteză pe distanțe de până la 400 m inclusiv, sportivii pot opta pentru folosirea sau nu a block-start-urilor;

la distanțele de 1500m și mai mari, se va folosi startul tip cascadă;

în toate cursele care presupun ca atleții să-și mențină culoarul de alergare, se va respecta regula culoarului propriu până la finalizarea distanței de alergat. Dacă un atlet este împins sau forțat de un altul să alerge în afara culoarului, fără să existe un avantaj, atunci atletul în cauză nu va fi descalificat. Dacă un atlet(ă) aleargă în afara culoarului, sau aleargă în afara liniei exterioare, fără a urmări un avantaj și fără a obstrucționa un alt alergător, atunci competitorul nu va descalificat;

la săritura în lungime sportivul trebuie să fie capabil să sară cel puțin 1m (distanța minimă dintre linia de bătaie și sectorul cu nisip). La săritura în înălțime, înălțimea minimă de la care se pornește pentru toți competitorii este de 1m;

la probele atletice de sărituri, înaintea efectuării celor 3 încercări, sportivii trebuie să fie asistați de un oficial care să înregistreze punctul de plecare al participantului;

un sportiv cu sindrom Down care a fost diagnosticat cu afecțiunea „instabilitate atlanto-axială” nu va participa la probele de pentatlon și săritura în înălțime.

în cazul atleților *nevăzători și surzi*, se aplică regula asistenței. Fiecare atlet poate fi însoțit de un ghid sau se poate ajuta de o sfoară (care indică traseul de urmat). Ghidul nu are voie să alerge înaintea atletului.

de asemenea, în cazul atleților *nevăzători și surzi*, sub nici o formă, ghidul nu are voie să-l ajute pe atlet prin trage sau împingere. Startul se va da prin atingerea atleților participanți., iar ghizii pentru alergători trebuie să poarte o vestă de culoare portocaliu deschis, pentru a putea fi cu ușurință distinși de competitori (surzi).

## **ATLETISM UNIFICAT**

Conform site-ului oficial al Special Olympics România, **Sporturi Unificate®** este un program Special Olympics care își propune să formeze **echipe mixte** (sportivi cu dizabilități intelectuale și sportivi fără dizabilități intelectuale) care să participe pe toată durata anului la un program constant de antrenamente și competiții.

Conceptul Sporturi Unificate își propune ca obiective, conform datelor furnizate de pagina web oficială a Special Olympics România:

- dezvoltarea abilităților sportive ale ambelor categorii de participanți;
- câștigarea experienței în competiții sportive;

- incluziunea socială;
- participarea în activitățile de tip comunitar și voluntariat;
- educația tinerilor din școlile de masă cu privire la persoanele cu dizabilități;
- implicarea familiilor sportivilor Special Olympics;
- dezvoltarea personală a sportivilor și partenerilor.

În 2010, conceptul de Sporturi Unificate includea pentru România doar două ramuri sportive: Atletism și Fotbal, fiind în curs de oficializare și alte sporturi (gimnastica unificată, baschet unificat etc).

Programul Sporturi Unificate® promovează implicarea socială a copiilor cu dizabilități alături de parteneri fără dizabilități „pentru a demonstra faptul că în sport nu există bariere”<sup>2</sup>.



Fig. 10 și 11 – Atletism 100m femei, categoria T12 (www.life.com/image)

**Indicații metodice** privind predarea în cadrul conceptului de Atletism Unificat:

- echipele vor fi formate din sportivi Special Olympics și parteneri (cel puțin jumătate din echipă trebuie să fie formată din sportivi Special Olympics);
- competițiile trebuie să ofere un număr important de probe atletice din cât mai multe categorii (alergări, aruncări, sărituri);
- sportivii Special Olympics își pot alege probele preferate pentru concurs;
- sportivii Special Olympics și partenerii se antrenează împreună (antrenamentele trebuie efectuate cu regularitate);

**Reguli:**

- fiecare echipă care participă la sporturile unificate va fi formată dintr-un sportiv și un partener (persoană fără retard mental);
- în cazul probelor de alergări sau marș, alergătorul dintr-o echipă care ajunge primul la linia de sosire, nu are voie să se întoarcă pe pista pentru a-și încuraja partenerul, iar timpul final obținut de echipă care participă la sporturile unificate este suma timpilor obținuți de fiecare competitor;
- în cazul probei de pentatlon, scorul final obținut de echipă care participă la sporturile unificate este suma totalului de puncte obținute de fiecare competitor;
- în cazul probei de ștafetă, alergătorii care participă nu sunt obligați să intre în concurs într-o anumită ordine;

<sup>2</sup> <http://www.specialolympics.ro/> decembrie 2010

### ***Bibliografie***

1. **Alexe, D.I.**, (2010), Predarea atletismului în învățământul gimnazial, Editura PIM, Iași;
2. **Academia Română**, (1998), Dicționarul explicativ al limbii române, Institutul de Lingvistică "Iorgu Iordan", Editura Univers Enciclopedic, București;
3. **Ivan, C.**, (2008), Arguments Pro-Add In, în „Analele Universității Ovidius Constanța. Seria Educație fizică și sport/ Știință, mișcare și sănătate”, volumul VIII, partea a II a, Constanța;
4. **M.E.C.T.** (2008), Anexele 1 la Ordinul Ministrului nr.5236/ 01.09.2008 – Plan cadru de învățământ pentru clasele/grupele din învățământul special care școlarizează elevi cu deficiențe grave, profunde sau asociate, București;
5. **M.E.C.T.** (2008), Anexele 1 și 2 la Ordinul Ministrului nr.5239/ 01.09.2008 – Plan cadru de învățământ pentru clasele/grupele din învățământul special sau de masă care școlarizează elevi cu dizabilități moderate sau ușoare și Metodologia aplicării planului cadru, București;
6. **M.E.C.T.** (2008), Anexa 8 la Ordinul Ministrului nr.5243/ 01.09.2008 – Programa școlară pentru clasele I-X la educație fizică și activități sportive – curriculum Surdocitate / deficiențe senzoriale multiple, București;
7. <http://ipc-athletics.paralympic.org>
8. <http://www.paralympic.org>
9. <http://www.specialolympics.ro> și <http://www.specialolympics.org>