



Olimpiady Specjalne

DOŁĄCZ DO NAS

w Inkluzji nasza Siła

www.OlimpiadySpecjalne.pl



Drodzy nauczyciele, przyjaciele Olimpiad Specjalnych Polska

Przekazujemy Wam kolejną edycję podręcznika Olimpiad Specjalnych Polska „Dołącz do Nas”. Tym razem pod tytułem **#DołączDoNas – W Inkluzji Nasza siła**. Książka nie zastępuje pierwszej edycji podręcznika **#DołączDoNas**. Polecamy stosować najnowszą edycję, jako uzupełnienie wcześniejszej wersji.

Pełnię funkcję Prezesa Olimpiad Specjalnych Polska od 2016 roku i zależy mi, przede wszystkim, na promocji umiejętności i możliwości osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz działalności Olimpiad Specjalnych Polska i aby hasło **#GrajmyRazem** każdemu kojarzyło się właśnie z Nami.

Teraz zapraszamy Was, nauczycieli do wspólnego działania – #GrajmyRazem!

Naszą misją jest utworzenie inkluzywnego społeczeństwa, przede wszystkim, poprzez sport, w którym dzieci i młodzież z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej, rozwijają się ucząc się od siebie nawzajem. Wierzymy, że rola nauczyciela, który często dla dzieci dopiero wkraczających w świat dorosłych jest prawdziwym mentorem pomoże Nam wspólnie stworzyć nową rzeczywistość. Różnorodną ale zjednoczoną w której stoimy ze sobą ramię w ramię. Każde dziecko ma w sobie potencjał!

Podręcznik, który Wam przekazujemy został podzielony na 5 obszarów. W każdym znajdziecie Państwo gotowe scenariusze zajęć. Kolejność nie jest przypadkowa. Podręcznik i zawarte w nim treści zostały zaprojektowane tak, aby przeprowadzić dzieci i młodzież przez pewien proces. Od uświadomienia czym są Olimpiady Specjalne Polska i kim są zawodnicy Olimpiad Specjalnych Polska po praktyczne rozwiązania jak stworzyć inkluzywną społeczność przez różne programy społeczne, w tym Sporty Zunifikowane.



Olimpiady Specjalne
DOŁĄCZ DO NAS

w Inkluzji nasza Siła

A. Lewandowska

Anna Lewandowska
Prezes Olimpiad Specjalnych Polska



Eunice Kennedy Shriver (1921 – 2009). Założycielka, inicjatorka ruchu Special Olympics Olimpiad Specjalnych, działaczka społeczna, rzeczniczka praw osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Czym są Olimpiady Specjalne na świecie?

Rozpoczęcie działalności ruchu Special Olympics w USA i Kanadzie przypada na początek lat sześćdziesiątych XX wieku. Eunice Kennedy Shriver, siostra prezydenta Johna Kennedy'ego, podjęła się stworzenia międzynarodowej organizacji sportowej dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Organizując w 1963 roku pierwsze półkolonie dla młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną, przekonała się, jak duże znaczenie dla ich rozwoju ma aktywność fizyczna i zdrowa rywalizacja sportowa.

Olimpiady Specjalne powstały, by udowodnić, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną potrafią przy odpowiedniej instrukcji i zaangażowaniu uczyć się nowych umiejętności i przełamywania własnych barier. Stają się wtedy bardziej odważne, otwarte i pewne siebie.

Olimpiady Specjalne to organizacja sportowa, która jest katalizatorem zmian społecznych. Pokazując wysiłek sportowy naszych zawodników, ich emocje i radość przełamujemy stereotypy, budujemy akceptację, szacunek i zrozumienie wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Czym są Olimpiady Specjalne Polska?

Olimpiady Specjalne Polska to program akredytowany przez międzynarodowy ruch Special Olympics Inc. w 1985 r., którego główną działalnością jest organizowanie treningów i zawodów sportowych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Przez sport nasi zawodnicy rozwijają się zarówno fizycznie, jak i społecznie. Uczą się nowych umiejętności, przełamują własne bariery, stają się bardziej odważni, otwarci i pewni siebie. Poza sportem tworzymy inicjatywy zmieniające świadomość społeczeństwa dot. potencjału, umiejętności i potrzeb osób z niepełnosprawnością intelektualną. Stworzyliśmy programy Zdrowie tj. Zdrowi Sportowcy, Zdrowa Społeczność Olimpiad Specjalnych; programy edukacyjne: „Dołącz do nas”, programy integracyjne tj. Sporty Zunifikowane, Młodzi Sportowcy, Program Rodzinny, Lider Olimpiad Specjalnych, Wolontariat itd. Sport pozwala zawodnikom na pokazanie ich emocji, pełnienie różnych ról społecznych, edukację, aktywność zawodową i tym przełamujemy stereotypy, przyczyniamy się do lepszego zrozumienia i akceptacji osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Od 2005 roku mamy status organizacji pożytku publicznego. Działalność stowarzyszenia opiera się głównie na pracy wolontariackiej i wspomagana jest finansowo przez instytucje publiczne, sponsorów i prywatnych darczyńców.



Czym są Sporty Zunifikowane?

Sporty Zunifikowane pozwalają trenować i rywalizować wspólnie sportowcom z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej. Taka forma działania jest szansą, na przełamanie barier, akceptację, inkluzję, szerzenie świadomości na temat możliwości osób z niepełnosprawnością intelektualną i wspólne działanie w różnych obszarach życia.

Podstawą **Sportów Zunifikowanych** są drużyny składające się z zawodników (osób z niepełnosprawnościami) i partnerów (osób bez niepełnosprawności intelektualnej). Drużyny nigdy nie składają się wyłącznie z osób z niepełnosprawnościami.

Równie ważna jest zasada pełnego zaangażowania. Oznacza to, że każdy członek drużyny powinien odgrywać w niej ważną rolę i móc wspierać ją jak tylko może najlepiej!

Obecnie **Sporty Zunifikowane** w Polsce to głównie gry zespołowe: piłka nożna, piłka siatkowa, koszykówka, w których cyklicznie odbywają się zawody.



Olimpiady Specjalne
Sporty Zunifikowane[®]



Czym jest #DołączDoNas – w inkluzji Nasza siła?

Projekt **#DołączDoNas- W inkluzji Nasza Siła** opierają się na założeniu, że dzieci i młodzież gwarantują trwałe zmiany -uczniowie są rzecznikami społeczności szkolnej, która promuje szacunek oraz godność i niosą te wartości dalej, przez całe życie.

W ramach Projektu **#DołączDoNas – w inkluzji Nasza Siła** uczniowie z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej mają:

- możliwość uprawiania aktywności fizycznej,
- możliwość interakcji z rówieśnikami uczenia się i rozwoju,
- możliwość budowania pozytywnych relacji rówieśniczych w całym środowisku szkolnym.



Olimpiady Specjalne
DOŁĄCZ DO NAS

w Inkluzji nasza Siła



Projekt opiera się na 3 filarach:

1. Zaangażowanie całej szkoły

Szkoły w których organizowane są zajęcia koordynowane przez Młodych Liderów, co pozwala na stworzenie środowiska otwartego na różnorodność.

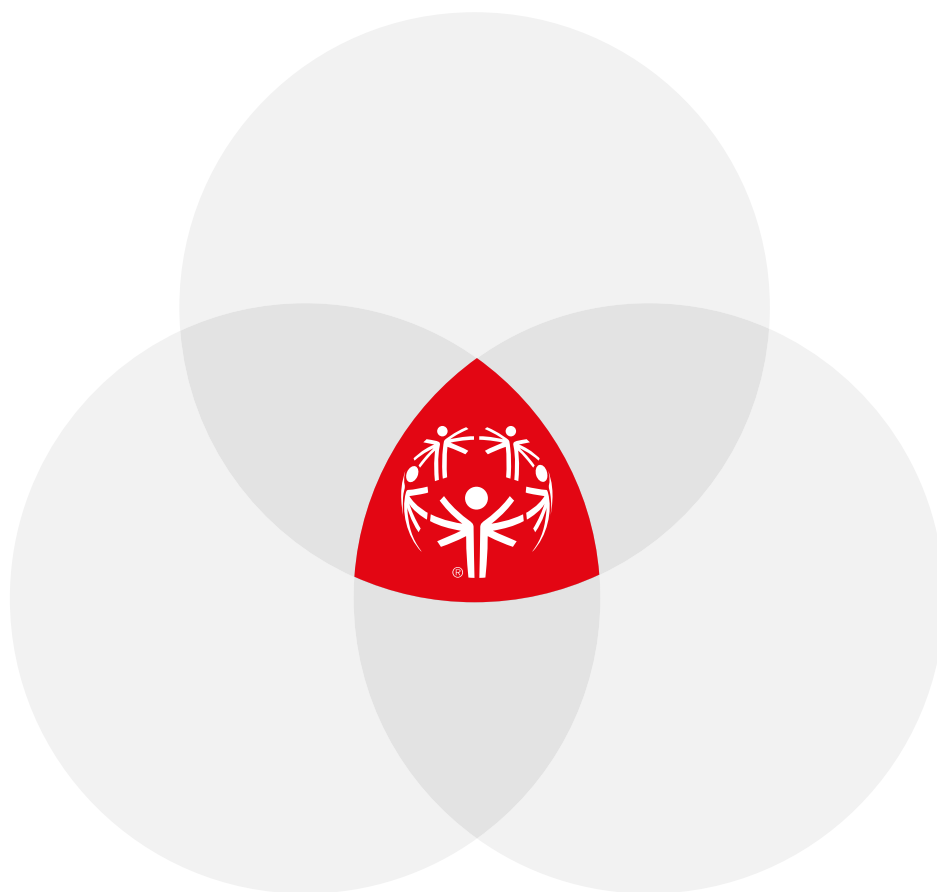
2. Sporty Zunifikowane

Sportowcy zarówno z niepełnosprawnością intelektualną, jak i bez niej - trenują w drużynach i uczestniczą w zawodach Olimpiad Specjalnych w Sportach Zunifikowanych.

3. Liderzy Młodzieżowi

Z niepełnosprawnością intelektualną i bez niej. Liderzy są przygotowani do pracy w zespołach, wspierających i budujących społeczność osób równouprawnionych.





Scenariusz 1

Uświadom Sobie!



Scenariusz 1 – Uświadom Sobie!

Scenariusz 1.1

Ogólny cel lekcji:

Przybliżenie uczniom ruchu Special Olympics i Olimpiady Specjalne Polska. Zapoznanie się uczniów z ideą Sportów Zunifikowanych

Cele szczegółowe lekcji:

Po zakończeniu lekcji uczniowie będą:

- Znać historię ruchu Special Olympics i Olimpiad Specjalnych Polska
- Znać tło założenia ruchu Special Olympics i Olimpiad Specjalnych Polska
- Znać struktury Olimpiad Specjalnych Polska
- Dostrzegać różnice między Paraolimpiadami a Olimpiadami Specjalnymi

- ☞ Czy kojarzycie rodzinę Kennedych? Czy słyszeliście może o jednym z przedstawicieli rodziny Kennedych, Johnie F. Kennedym?
- ☞ Jako prezydent USA zastąpił z innowacyjnych, jak na tamte czasy, pomysłów jak np. lądowanie na Księżycu. Dziś pamiętamy go przede wszystkim dzięki słowom: „Nie pytaj co kraj może zrobić dla Ciebie, zapytaj co ty możesz zrobić dla swojego kraju”. (koleż ze zdjęciem Eunice i JFK (magazyn nr 1/2019)
- ☞ A czy słyszeliście może o Eunice Kennedy? Była siostrą Prezydenta USA i co ważne prekursorką Olimpiad Specjalnych. To ona inspirowała i lobbowała swojego brata w kierunku podejmowania działań dla osób z niepełnosprawnością intelektualną.
- ☞ Dlaczego się tego podjęła? Temat niepełnosprawności intelektualnej stał się jej bliski z powodu siostry Rosemarie, która była osobą z niepełnosprawnością intelektualną.
- ☞ Co prawda w działania było zaangażowane całe rodzeństwo Kennedych ale „pierwsze skrzypce” grała Eunice Kennedy Shriver wraz z mężem Sargentem Shriverem.
- ☞ Zaplanowali więc swój własny „lot na Księżyc”.
- ☞ „Lot na Księżyc” to walka z krzywdzącym stereotypem mówiącym, że osoby z niepełnosprawnością nie są w stanie funkcjonować na co dzień w społeczeństwie. Eunice wierzyła, że przy odpowiednim podejściu i pomocy osobom ze specjalnymi potrzebami uda się osiągnąć znacznie więcej niż niektórzy mogą sobie wyobrazić.
- ☞ W 1968 roku Eunice Kennedy-Shriver zakłada sportową organizację Special Olympics (Olimpiady Specjalne).

Jeśli chcecie dowiedzieć się jeszcze więcej o początkach ruchu Olimpiad Specjalnych i Olimpiad Specjalnych Polska, to odsyłamy Was do pierwszego numeru naszego magazynu **#GrajmyRazem!**

Link: [#GrajmyRazem numer 1/2019](#)

1. Powiedz uczniom:

To jest początek cyklu zajęć dotyczących rozumienia i akceptowania różnic między ludźmi. Aby można było omówić ten temat, porozmawiamy o osobach ze specjalnymi potrzebami, które biorą udział w zawodach organizowanych przez Olimpiady Specjalne.

2. Zapytaj

Co teraz wiecie o Olimpiadach Specjalnych i o osobach z niepełnosprawnością intelektualną?

Wskazówka: Daj uczniom wystarczająco dużo czasu na odpowiedź. Podkreśl, że te zajęcia dostarczą odpowiedzi na ich pytania i że jednocześnie rozwieją pewne błędne przekonania lub stereotypy, które mogą mieć na ten temat.

3. Powiedz uczniom

Olimpiady Specjalne zostały stworzone dla osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Definicja:

Osoby z niepełnosprawnością mają ograniczoną zdolność zapamiętywania oraz problemy z przekazywaniem i przyswajaniem informacji. Do 1968 roku, kiedy powstała organizacja Olimpiady Specjalne, takie osoby miały bardzo mało możliwości uprawiania sportu. Teraz, dzięki wsparciu Olimpiad Specjalnych, osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą brać udział w zawodach lokalnych, regionalnych, krajowych i międzynarodowych, tak jak sportowcy biorący udział w różnych zawodach.

A teraz raz na zawsze rozwiejemy wszelkie wątpliwości:

Czym różnią się Olimpiady Specjalne od Ruchu Paraolimpijskiego?

Paraolimpiady są dla sportowców z niepełnosprawnością w tym z niepełnosprawnością intelektualną o wyższym poziomie umiejętności sportowych.

Olimpiady Specjalne są przeznaczone dla osób z niepełnosprawnością o niższym poziomie umiejętności sportowych.

4. Powiedz uczniom

A teraz porozmawiamy, jak Olimpiady Specjalne działają w Polsce.

Czy wiesz, że:

- Polska była pierwszym krajem Europy Środkowo-Wschodniej, w którym ruch Olimpiad Specjalnych rozpoczął oficjalną działalność, jeszcze na początku lat osiemdziesiątych. Tak, byliśmy pionierami:)
- Olimpiady Specjalne do Polski sprowadziła grupa osób z AWF w tym Mariusz Damentko, będący współzałożycielem Olimpiad Specjalnych Polska.

- W połowie lat 80. w Olimpiadach Specjalnych w Europie zrzeszonych było tylko kilka państw.
- Byliśmy i dalej jesteśmy pomostem na linii Waszyngton-Niemcy-Rosja. To my byliśmy pierwszym z krajów demoludów w Olimpiadach Specjalnych!
- Wielkim wydarzeniem dla Olimpiad Specjalnych Polska był udział w igrzyskach w Indianie. Było to kolejne symboliczne przełamanie tzw. „żelaznej kurtyny”.
- Od początku byliśmy „na fali” mówiono o nas to, ci, którzy skruszyli mur dla całej Europy. Byliśmy pierwszymi z krajów, „demoludów”, którzy wzięli udział w Igrzyskach Olimpiad Specjalnych.
- Jesteśmy w światowej czołówce. Francja, Niemcy i państwa skandynawskie stawiają naszą organizację za wzór!
- Polacy są doradcami w wielu sportach. Często pełnimy również za granicą funkcje delegatur technicznych zawiadujących całymi dyscyplinami.
- Prezesem Olimpiad Specjalnych w Polsce jest **Anna Lewandowska**.

Kamienie milowe w rozwoju Olimpiad Specjalnych w Polsce:

Lata 60-70 to początki aktywności sportowej dla osób z niepełnosprawnością intelektualną w Poznaniu i Warszawie

1. **1983** Honorowy udział reprezentacji Polski w VI Światowych Igrzyskach Olimpiad Specjalnych w Baton Rouge w USA, na specjalne zaproszenie Eunice Kennedy Shriver. W Igrzyskach wzięło udział 4 zawodników z Polski.
2. **1985** Powstaje Ogólnopolski Komitet Olimpiad Specjalnych przy Związku Głównym Towarzystwa Przyjaciół Dzieci.
3. **1985** Otrzymanie akredytacji przy Special Olympics International.
4. Założenie Stowarzyszenia Sportowego dla Osób Upośledzonych Umysłowo-Olimpiady Specjalne Polska.
5. **1990** Olimpiady Specjalne Polska przyjęte w poczet członków Polskiego Komitetu Olimpijskiego.
6. **1999** Walny Zjazd Stowarzyszenia – zatwierdzenie nowej struktury organizacji (18 oddziałów regionalnych), przyjęcie nazwy Olimpiady Specjalne Polska.
7. **2005** Olimpiady Specjalne Polska ze statusem organizacji pożytku publicznego.
8. **2010** Organizacja Europejskich Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Warszawie.

Jako materiał rozszerzający pokazujący jak duże są zasługi i jak długa jest historia Olimpiad Specjalnych Polska zapraszamy do przeczytania wywiadu z dr. Mariuszem Damentko – współzałożycielem Olimpiad Specjalnych Polska.

Link do magazynu:

https://www.olimpiadyspecjalne.pl/sites/default/files/pliki_do_pobrania/grajmy_razem_7.pdf

Dodatkowe informacje o nas znajdziecie tutaj: https://www.olimpiadyspecjalne.pl/sites/default/files/pliki_do_pobrania/tecza2020_0.pdf

A wiedzieliście, że jesteśmy w całej Polsce? Poniżej lista naszych 18 oddziałów regionalnych Olimpiad Specjalnych Polska: Beskidzkie, Dolnośląskie, Kujawsko-Pomorskie, Lubelskie, Lubuskie, Łódzkie, Małopolskie, Mazowieckie, Opolskie, Podkarpackie, Podlaskie, Pomorskie, Śląskie, Świętokrzyskie, Warmińsko-Mazurskie, Wielkopolskie-Konin, Wielkopolskie-Poznań, Zachodniopomorskie.

Powiedz uczniom

Z czym kojarzy Wam się hasło **Sporty Zunifikowane**? Daj kilka minut na burzę myśli i zapisuj usłyszane hasła na tablicy.

Wyjaśnij

Sporty Zunifikowane to przyszłość Olimpiad Specjalnych. To inkluzja w czystej postaci. Kończy epokę protekcyjnego i ulgowego podejścia. Teraz ruch czerpie swoją moc od młodzieżowych liderów, którzy są przewodnikami – grają, żyją obok siebie różnorodni ale zjednoczeni/zunifikowani.

Co to są Sporty Zunifikowane?

1. Jedna przewodnia zasada – Zasada pełnego zaangażowania. Wszyscy członkowie drużyny biorą udział w grze i w sukcesie drużyny. Zawodnicy z większymi umiejętnościami nie mogą dominować w grze.

2. Dwa zasadnicze elementy z których składają się Sporty Zunifikowane:

1. **Sportowcy** – osoby z niepełnosprawnością intelektualną
2. **Partnerzy** – osoby pełnosprawne, w normie intelektualnej

Grają razem w tej samej drużynie i według tych samych zasad. Żadna strona nie dominuje nad drugą. Opieramy się na prawdziwej zdrowej, sportowej rywalizacji i przyjaźni na treningu i po nim.

3. Trzy modele Sportów Zunifikowanych:

Drużyny Zunifikowane

- + Drużyny mają taką samą liczbę sportowców i partnerów i grają według przepisów Olimpiad Specjalnych.
- + Drużyny mają prawo brać udział w oficjalnych zawodach Olimpiad Specjalnych na poziomie europejskim i światowym

Rozwój zawodnika Sportów Zunifikowanych

- + Nie wszyscy zawodnicy muszą mieć podobne umiejętności, aby móc razem trenować i rywalizować. W tym modelu Sportów Zunifikowanych partnerzy mogą, jako doradcy i trenerzy wspierać sportowców w doskonaleniu ich umiejętności.

Model rekreacyjny Sportów Zunifikowanych

- + W tym modelu nie ma ścisłych zasad jak trenować, konkurować i tworzyć drużyny. Zawodnicy i partnerzy mogą uczestniczyć w imprezach organizowanych lokalnie np. przez kluby sportowe, szkoły, jednodniowe imprezy, pokazy i zajęcia WF-u.

Pięć głównych korzyści programu Olimpiad Specjalnych:

1. Sportowcy mają poczucie przynależności.
2. Sportowcy mogą nawiązywać kontakty z osobami o podobnych pasjach i wspólnie je rozwijać.
3. Nawiązane relacje wzbogacają obydwie strony.
4. Sportowcy spotykają się z uznaniem jako zawodnicy.
5. Sportowcy zyskują aprobatę i szacunek.

Hasło Sportów Zunifikowanych:

„Podczas zawodów jesteśmy drużyną, po zawodach jesteśmy przyjaciółmi!”

Pytania do kahoota:

Uczniowie grają najlepiej w parach z jednego telefonu, aby uniemożliwić sprawdzanie odpowiedzi

1. Od kiedy funkcjonuje ruch Special Olympics?

- a) Lata 60. XX wieku
- b) Lata 80. XIX wieku
- c) Lata 20. XX wieku

2. Współzałożycielem Olimpiad Specjalnych Polska jest?

- a) Robert Lewandowski
- b) John F. Kennedy
- c) Mariusz Damentko

3. Z czyjej inicjatywy powstał ruch Special Olympics?

- a) Jackie Kennedy
- b) Eunice Kennedy-Shriver

4. Kto to jest?

- a) Anna Lewandowska
- b) Eunice Kennedy Shriver
- c) Halina Andrzejak

5. Prezesem Olimpiad Specjalnych Polska jest:

- a) Kacper Nadolski
- b) Anna Lewandowska
- c) Małgorzata Socha

6. Ile jest Oddziałów Regionalnych?

- a) 16 (jak województw)
- b) 19
- c) 18

7. Sporty Zunifikowane to:

- a) drużyny składające się wyłącznie z osób z niepełnosprawnością intelektualną
- b) Drużyny składające się z partnerów i zawodników
- c) Żadna odpowiedź nie jest prawidłowa

8. Słowa przysięgi wypowiedziane przez zawodników Olimpiad Specjalnych to:

- a) **Pragnę zwyciężyć, lecz jeśli nie będę mógł zwyciężyć, niech będę dzielny w swym wysiłku!**
- b) **Podczas zawodów jesteśmy drużyną, po zawodach jesteśmy przyjaciółmi!**

9. Hasło przewodnie Sportów Zunifikowanych to:

- a) **Podczas zawodów jesteśmy drużyną, po zawodach jesteśmy przyjaciółmi!**
- b) **Różnorodni, ale zjednoczeni!**

10. Olimpiady Specjalne to inaczej Paraolimpiady

- a) **tak**
- b) **nie**

11. Ile istnieje modeli Sportów Zunifikowanych:

- a) **5**
- b) **4**
- c) **3**

12. Jedna zasada przewodnia Sportów Zunifikowanych to:

- a) **Zasada pełnego zaangażowania**
- b) **Zasada równowagi sił**

Koniec

Scenariusz 1.2

Lekcja w skrócie:

- Przedstaw i omów, czym jest stereotyp i podaj przykłady.
- Przeprowadźcie w klasie dyskusję, dzięki której uczniowie zrozumieją dlaczego warto okazywać szacunek każdej osobie.

Ogólny cel lekcji:

- Przekonanie uczniów, aby unikali stereotypów i uświadomienie im jak duży wpływ na innych mogą mieć ich zachowania i słowa.

Cele szczegółowe lekcji:

Po zakończeniu lekcji uczniowie będą potrafili:

- Podać definicję stereotypu.
- Określić powody, czemu używamy stereotypów.
- Wskazać jakie problemy wynikają ze stereotypów i wskazać, dlaczego unikanie stereotypów może skutkować utworzeniem społeczeństwa wolnego od uprzedzeń.
- Podać praktyczne sposoby na unikanie stereotypów.

Przygotowanie lekcji – dla nauczyciela

- Zalecamy, aby nauczyciel zapoznał się przed lekcją z podręcznikiem Dołącz do Nas!
- **Przygotuj:**
 - + Papier lub kartki samoprzylepne do przymocowania na tablicy (będą potrzebne do spisania stereotypów).
 - + Papier do zapisania kategorii stereotypów, które udało im się określić.
 - + Taśma lub magnesy, żeby przypiąć kartki do tablicy.

1. Zaangażuj uczniów i zapytaj

- Dlaczego, waszym zdaniem, tolerancja jest ważna?
- Czym jest empatia?
- Dlaczego, waszym zdaniem, okazywanie innym szacunku jest ważne?
- Jak wyglądałaby rzeczywistość, gdyby ludzie nie okazywali sobie szacunku i wyrozumiałości?
- Jak myślisz, co czują osoby, które są lekceważone lub traktowane w sposób niesprawiedliwy?

Powiedz:

Na tej lekcji skupimy się na roli stereotypów w codziennym życiu.

2. Przedstaw na tablicy cele lekcji

3. Zdefiniuj czym jest stereotyp

- Jest to stwierdzenie dotyczące osoby lub podmiotu, które opiera się na powierzchownym i bezpodstawnym osądzie.
- Historia słowa „stereotyp” sięga XIX-wiecznych drukarni. Wtedy jako stereotyp określano działanie maszyny drukarskiej, która przez długi czas drukowała te same słowa lub obrazy, wytwarzając ten sam rodzaj materiałów.
- *Stereotyp to w takim razie idea, którą powtarza się w nieskończoność, aż do momentu, gdy ludzie uznają ją za prawdziwą, nawet jeśli nie ma najmniejszego związku z rzeczywistością.*

4. Podaj jeden z poniższych przykładów stereotypów

– **Stereotypy dotyczące osób:** czasami niektórzy ludzie oceniają innych ze względu na jedną ich cechę: np. wygląd, sposób mówienia, styl życia, ubiór, religię, płeć, sposób zachowania np. nadpobudliwość, introwertyzm itp.

– **Stereotypy dotyczące zwierząt:** np. wilk jest postrzegany jako okrutne zwierzę „wielki zły wilk”. Wilki zabijają inne zwierzęta, aby przeżyć, a ten stereotyp pomija wiele innych cech wilków: ich inteligencję, doskonale zorganizowany sposób życia i polowania. Tym samym stereotyp „wielkiego złego wilka” to nadmierne uproszczenie. Odnosi się tylko do wybranych cech wilków.

5. Poproś uczniów, aby podali przykłady innych rodzajów stereotypów i zastanowili się nad nimi

– Skąd się biorą stereotypy?

- + Pochodzą z opowieści, zdjęć lub mediów, od ludzi, którzy niesprawiedliwie oceniają innych tylko dlatego, że mówią inaczej, zachowują się inaczej lub wyglądają inaczej niż oni sami.
- Dlaczego, waszym zdaniem, stereotypy są uważane za niesprawiedliwe?
- + Ponieważ mogą mieć bardzo mały związek z rzeczywistością; nie uwzględniają różnic, które istnieją między ludźmi; opierają się na niepełnych lub niepotwierdzonych informacjach.

6. Wyjaśnij, że ludzie mają z góry przyjęte wyobrażenia o innych i że to zjawisko występuje bardzo często.

7. Zapytaj jakie problemy mogą, waszym zdaniem, powodować istnienie stereotypów? Spróbujcie wspólnie podporządkować je do podanych kategorii. Zapiszcie je i przyklejcie na tablicę.

Przykładowe kategorie:

- **Stereotypy związane z wyglądem** np. wzrost, kolor skóry,
- **Stereotypy związane z pochodzeniem** np. ktoś pochodzi z zagranicy, więc jest gorszy od innych,
- **Stereotypy dotyczące miejsc** np. stereotyp wsi,
- **Stereotypy związane z wiekiem** np. ktoś jest za młody żeby być liderem, ktoś jest za stary, żeby pracować,
- **Stereotypy z którymi mierzą się na co dzień osoby z niepełnosprawnościami** np. nigdy nie będziesz tak dobry jak „normalny człowiek”,
- **Stereotypy dotyczące płci** np. chłopiec lepiej gra w piłkę, a dziewczyny nie wiedzą co to jest spalony.

8. Powiedz uczniom:

– Zwróćcie uwagę jak często słyszycie stereotypy. Są ludzie, którzy w nie wierzą i niesłusznie oceniają „książkę po okładce”.

9. Wyjaśnij

– Teraz/dzisiaj mamy szansę pozbyć się stereotypów raz na zawsze!

10. Ćwiczenie

- Zachęć uczniów, aby podeszli do tablicy i zdjęli z niej te stereotypy, które ich zdaniem są najbardziej krzywdzące,
- Po zdjęciu kartek z tablicy rozerwijcie je na kawałki i wrzucicie do kosza.

11. Powiedz

– Zobaczcie, jak łatwo można pozbyć się stereotypów!

Ćwiczenia do wykonania na lekcji – do wyboru przez nauczyciela

Uwagi dla nauczyciela

– Daj uczniom czas na przygotowanie się do dyskusji

Zadanie 1

Zorganizuj debatę na temat: „Stereotypy są częścią ludzkiej natury i nie możemy nic na to poradzić”. Powiedz uczniom, żeby przygotowali swoje argumenty za i przeciw. Jedna grupa broni tezy, druga próbuje ją obalić.

Zadanie 2

Zorganizuj dyskusję w której razem będziecie analizować sposób działania stereotypów na konkretne grupy ludzi (np. waszych rówieśników w szkole, osób z niepełnosprawnościami które znacie).

Praca domowa poniżej – do wyboru przez nauczyciela

Zadanie 1

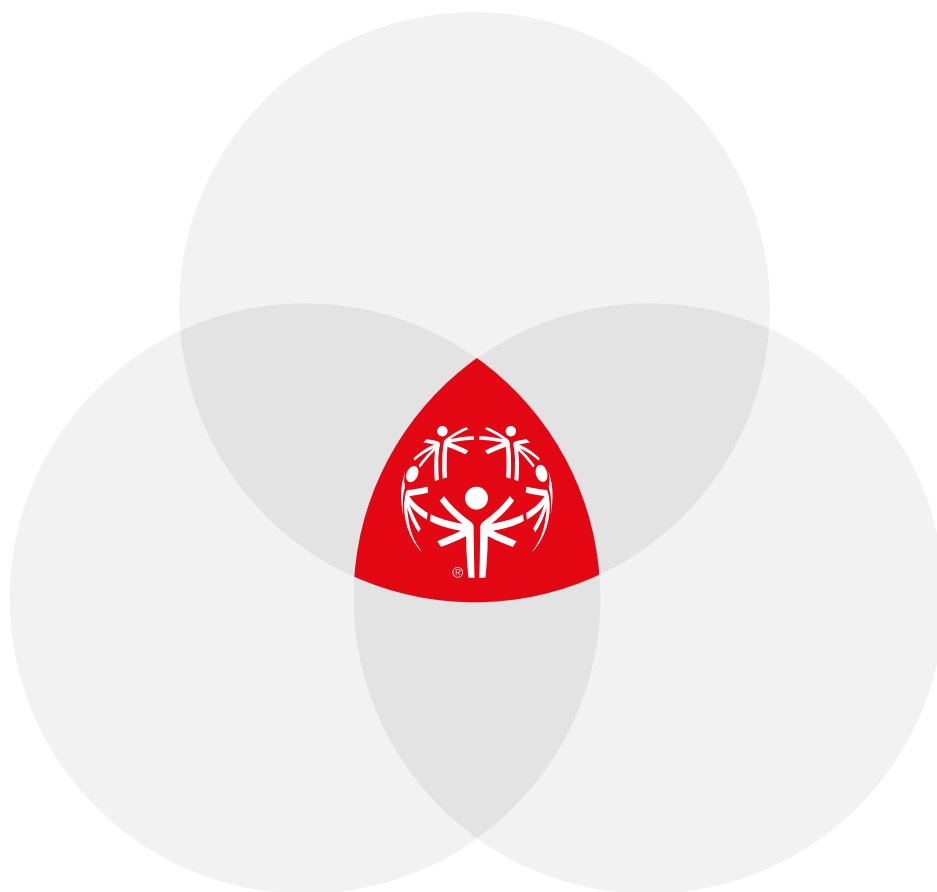
Napisz wypracowanie (co najmniej 200 słów) na temat skutków istnienia stereotypów w twojej klasie lub wśród twoich znajomych. Jak twoim zdaniem można uniknąć stereotypów?

Zadanie 2

Poproś uczniów o znalezienie w internecie informacji (minimum 5) o ludziach, którzy cierpieli z powodu krzywdzących stereotypów. Zachęć uczniów do podzielenia się wynikami pracy na początku kolejnej lekcji. Podsumuj pracę domową pytaniem: Czy we współczesnym świecie takie rzeczy nadal mają miejsce?

Zadanie 3

Zaprojektuj razem z uczniami koncept plakatów z hasłem **#stopstereotypom, #NiedlaStereotypów**.



Scenariusz 2

Zrozum!



Scenariusz 2 – Zrozum!

Scenariusz 2.1

Zdecyduj, w jaki sposób zaprezentujesz uczniom przygotowane przez siebie materiały. Jeśli uważasz, że mogą być trudne do zrozumienia, podziel uczniów na grupy, w których wspólnie je przedyskutują.

Wprowadzenie do lekcji:

Przed przeprowadzeniem lekcji 2 rekomendujemy przedstawienie jednego bądź kilku filmów, aby wprowadzić uczniów w temat Olimpiad Specjalnych.

Nasze propozycje:

1. Sokół z masłem orzechowym (2019 r.) dostępny na CDA

- ☛ Zak, młody chłopak z zespołem Downa, ucieka z domu opieki, aby spełnić swoje marzenia i zostać zawodowym zapaśnikiem. Jego trenerem zostaje drobny przestępca – Tyler. Razem trenują, bawią się pijąc i spełniają marzenia. Czysta Inkluzja w praktyce :)

2. Olimpiada (2005 r.) dostępny na CDA

- ☛ Steve Barker (Johnny Knoxville), zmuszony przez dłuży i swego chciwego wuja (Brian Cox) wpada na zwariowany pomysł. Udaje osobę z niepełnosprawnością intelektualną, by wziąć udział w Olimpiadzie Specjalnej, na której zamierza wywalczyć złoto. Gdy konkurenci Steve'a wykrywają jego oszustwo, nakłaniają go do podjęcia największego wyzwania, by został po prostu lepszym człowiekiem.

Przygotowanie do lekcji:

- ☛ Zapoznaj się ze zdjęciami zawodników Olimpiad Specjalnych zamieszczonymi w lekcji.

Lekcja 2 w skrócie-dla nauczyciela

- ☛ Omów z uczniami definicję niepełnosprawności intelektualnej.
- ☛ Krótko podsumujcie wspólnie jeden z obejrzanych przez was filmów.
- ☛ Poprowadź dyskusję, która zobrazuje, jak traktowane są osoby niepełnosprawne i dlaczego należy je rozumieć i szanować.
- ☛ Przeprowadź z uczniami dyskusję na temat tego, jak mogą się zachować, gdy są lekceważeni albo ktoś ich poniża.

Ogólny cel lekcji

- ☛ Uczniowie dowiedzą się, jak mogą czuć się osoby z niepełnosprawnością, gdy są poniżane lub lekceważone. Są świadomi roli Olimpiad Specjalnych.

Cele szczegółowe:

- ☛ Uczniowie utrwalą pojęcia: stereotypu, dyskryminacji i niepełnosprawności intelektualnej.

Początek lekcji

1. Powiedz uczniom

- ☛ Zaangażuj uczniów we wspólną dyskusję: Spróbujcie sobie wyobrazić, jak wygląda osoba z niepełnosprawnością intelektualną (tu zrób przerwę).
- ☛ Czy wyobrażaliście sobie młodszą czy starszą osobę? Czy jest to mężczyzna czy kobieta?
- ☛ Czy ta osoba czymś się wyróżnia? Jakie stereotypy przychodzą wam do głowy, kiedy myślicie o osobie z niepełnosprawnością?

2. Pokaż uczniom zdjęcia ze sportowcami Olimpiad Specjalnych (rozwiś na tablicy, wśród nich osoby z różnymi niepełnosprawnościami, tak aby stworzyć iluzję, że widzimy zarówno sportowców w normie intelektualnej i zawodników olimpiad specjalnych).

3. Powiedz uczniom

- ☛ Osoby z niepełnosprawnością intelektualną są dokładnie takie jak my! Tak samo czują potrzebę akceptacji, szacunku, zrozumienia. Czują tak samo jak wy. Tak samo jak wy chcą się rozwijać. Zobaczcie, że tak naprawdę niczym się nie różnimy!

4. Zdefiniujcie wspólnie pojęcia: zaproponuj stworzenie mapy myśli: co to jest, pierwsze skojarzenie. Zaangażuj w to klasę

Niepełnosprawność intelektualna: osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają ograniczone możliwości intelektualne. Można być uznanym za osobę z niepełnosprawnością, jeśli przed ukończeniem 18 roku życia jej poziom IQ wynosi poniżej 70 oraz jeśli ma problemy z komunikacją i nauką.

Stereotyp to stwierdzenie dotyczące osoby lub rzeczy oparte na powierzchownym i bezpodstawnym przekonaniu.

Dyskryminacja: traktowanie kogoś w określony sposób, najczęściej niesprawiedliwy nie mając do tego podstaw.

5. Zapytaj: dyskusja w grupie

- ☛ **I pytanie:** Jak sądzicie, dlaczego codziennie słyszymy stereotypy o osobach z niepełnosprawnością intelektualną?
- ☛ **II pytanie:** Co uważacie? Jak czują się dzieci dyskryminowane w szkole? Z niepełnosprawnościami i bez?

● Okiem Eksperta-Każdy jest zwycięzcą!

- Wypowiedź **prof. Stanisława Kowalika**, specjalisty psychologii rehabilitacji, prorektor polonańskiego AWF-u ds. nauki odznaczony Medalem Komisji Edukacji Narodowej
- **Jak wyglądały początki Pana pracy rehabilitacyjnej?**
 - ☛ Początki mojej pracy rehabilitacyjnej polegały na przygotowaniu młodzieży z niepełnosprawnością do pracy w dzisiejszym odpowiedniku warsztatów terapii zajęciowej. Panowała wtedy taka atmosfera społeczna, że nie wiedziałem, czy nasza praca ma sens, gdyż nikt nie wyobrażał sobie zatrudnienia osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną. Na przekór powszechnym opiniom mogliśmy udowodnić, że osoba z niepełnosprawnością może podejmować coraz trudniejsze role społeczne i bardzo dobrze je wypełniać. Wtedy mówiło się, że „niedorozwój” uniemożliwia człowiekowi normalne życie, wyma-

ga on ciągłej opieki. Dorosłych ludzi traktowano jak małe dzieci. Do dzisiaj mam przed oczami dorosłych ludzi, którzy uczyli się piosenek dla przedszkolaków i rysowali szlaczki w zespołach przygotowania do pracy. Zazwyczaj osoby, które trafiły do domów pomocy społecznej wegetowały tam do końca życia.

- Były oczywiście wyjątki. W jednym z DPS dyrektor Stanisław Wałkiewicz potrafił usamodzielnic kilkadziesiąt mieszkańców placówki. Losy tych ludzi ukazywały możliwości rozwojowe: zawierały udane związki małżeńskie, potrafili prowadzić gospodarstwo rolne, utrzymywały zatrudnienie w zakładach pracy w Poznaniu.

● Na czym polega zmiana w podejściu do osób z niepełnosprawnością intelektualną?

- Przez ostatnie lata zmieniły się oczekiwania i wymagania, jakie stawialiśmy osobom z niepełnosprawnością intelektualną. Teraz staramy się skutecznie i wszechstronnie pomagać w wydobyciu całego potencjału rozwojowego, a nie ograniczać się tylko do biernej opieki. Teraz myślimy co możemy zrobić, aby w optymalny sposób wspierać rozwój.
- ROZWÓJ MA BYĆ OPTYMALNY A NIE MAKSYMALNY!
- Rozbudzenie nadmiernych ambicji może szkodzić osobom z niepełnosprawnością i jej rodzinie.
- Brak spełnienia wcześniejszych obietnic prędzej czy później wywoła frustrację i utratę zaufania do specjalistów

● Jakie kompetencje powinny mieć osoby pracujące z osobami z niepełnosprawnością intelektualną?

1. Bądź naturalny

- Nie powinno się dostarczać osobom z niepełnosprawnością intelektualną nietypowych doświadczeń życiowych. Nienaturalne postępowanie może być dla takich osób nawet szkodliwe.

2. Postaraj się zdobyć zaufanie takiej osoby

- Trener musi być postrzegany trochę jak „dobry ojciec”. Nigdy nie zostawi w potrzebie i nie skrzywdzi. Należy pamiętać, że wiele z tych osób doświadcza traumatycznych przeżyć jak wyśmiewanie, bicie, odrzucenie emocjonalne.

3. Bądź cierpliwy

- Efekty pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną nie pojawią się szybko, a praca bez oczekiwanych efektów może zniechęcać. Moje doświadczenia zawodowe świadczą, że postęp w rozwoju dziecka z niepełnosprawnością może pojawić się po długim czasie pozornie nieefektywnej pracy. A potem jesteśmy zaskoczeni dynamiką pozytywnych osiągnięć rozwojowych.

● Był Pan świadkiem rodzenia się inicjatywy Olimpiad Specjalnych? Jak Pan je ocenia?

- Wciągnięcie osób z niepełnosprawnością intelektualną do sportu to walka o lepsze życie dla nich.
- Kiedyś obawiano się, że aktywność fizyczna może być zagrożeniem dla zdrowia tych osób.
- To był początek lat 70., gdy w USA Olimpiady Specjalne dopiero raczkowały. W naszych igrzyskach brało udział kilkuset zawodników z całej Polski.

- Te sportowe doświadczenia przekonały wszystkich (władze regionalne, rodziców, trenerów i samych sportowców), że sport jest fantastycznym sposobem przełamywania lęków społecznych, likwidowania barier, mobilizowania do pracy nad sobą. Ważne były nie tylko zawody sportowe. Istotniejszy był systematyczny regularny trening sportowy. Osoby z niepełnosprawnością uczyły się, że do sukcesu nie dochodzi się łatwo. Te doświadczenia były później wykorzystywane w codziennym życiu...

Zainteresowani?

Całość wywiadu znajdziecie w pierwszym numerze naszego magazynu #GraJmyRazem nr 1/2019

Okiem eksperta – Już nie ma takiego słowa jak „kaleka”

- Wypowiedź Edyty Adamus terapeutki i trenerki związanej z Olimpiadami Specjalnymi od 20 lat.
 - Mówimy „osoba z niepełnosprawnością” zamiast „osoba niepełnosprawna” – to zmiana nie tyle językowa, co społeczna, zgodzi się Pani ze mną?
 - ☞ Słowa „inwalida” czy „kaleka” znajdziemy tylko w starych bezużytecznych słownikach albo w dziale „archaizmy”. Zachodzi zmiana społeczna, która bardzo mnie cieszy. Przez pokolenia osoba niepełnosprawna była postrzegana jako ktoś mniej wartościowy. Osoba z niepełnosprawnością pozostaje przede wszystkim osobą i na tym polega ta wydawałoby się językowa drobna zmiana. Są osoby z nadwagą, w okularach, z cukrzycą, są również z niepełnosprawnością fizyczną czy intelektualną. To długi proces, który rozpoczęli naukowcy i ludzie bezpośrednio związani ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami. Proces, który rozważania na gruncie naukowym wprowadza do języka, a przede wszystkim życia codziennego.
 - Jak zmieniło się życie – właśnie codzienne – osoby z niepełnosprawnością intelektualną przez ostatnie, powiedzmy, dwie ostatnie dekady?
 - Z osobami z niepełnosprawnością intelektualną pracuję od 22 lat. Od 20 lat jestem terapeutką i pracownikiem socjalnym w Warsztacie Terapii Zajęciowej. Jednocześnie od tego czasu prowadzę zajęcia treningowe w ramach Olimpiad Specjalnych Polska. Czy zmieniło się życie tych osób w tym czasie? Formalnie i systemowo niestety nie za bardzo. Na pewno zmieniła się jakość życia, dostępność różnych dodatkowych zajęć oraz – przede wszystkim – postrzeganie osób z niepełnosprawnościami w społeczeństwie.
 - Jak bardzo?
 - Kilkanaście lat temu przeprowadzono badania na temat postrzegania osób z niepełnosprawnością intelektualną. Jedno z pytań dotyczyło przyczyn niepełnosprawności. Duży procent osób jako przyczynę niepełnosprawności podało karę boską (!). Dziś osoby z niepełnosprawnością intelektualną widzimy na każdym kroku, powstają teatry, gdzie grają osoby z niepełnosprawnością intelektualną, imprezy sportowe im adresowane odbywają się na wysokim poziomie z coraz większym rozmachem i rozgłosem. Ekonomia społeczna prowadzona w dużych przedsiębiorstwach stawia na zatrudnianie takich osób, można znaleźć w społeczeństwie zadania dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, by prowadziły względnie „normalne” życie, a ich potencjał i gotowość do pracy były wykorzystywane.
 - Jaką rolę odgrywa terapeuta w rozwoju takiej osoby, a jaką rolę w życiu jego rodzica?
 - Z mojej perspektywy terapeuta na bieżąco wspiera, proponuje jakieś działania, z perspektywy terapii nastawionej na rozwój, motywuje i konsekwentnie zachęca do pracy. Dla rodzica jest wsparciem. Z racji wykształcenia i doświadczenia terapeuta ma możliwość zaproponowania konkretnych działań celem poprawy jakości życia danej osoby i jej rodziny.

- Jaką rolę odgrywa sport i aktywność fizyczna w życiu osoby z niepełnosprawnością?
 - Olbrzymią, w życiu każdego, bez względu na to czy ma niepełnosprawność czy jej nie ma. Każda aktywność fizyczna w „zasiedziałym stylu życia” człowieka dorosłego jest krokiem do zdrowia i równowagi w życiu. Realizowana w grupie ludzi daje nam możliwości zaistnienia w środowisku, nawiązania kontaktów społecznych. Każdy tego potrzebuje.

Całość znajdziecie w naszym magazynie #GrajmyRazem nr2/2021

6. Przeprowadź ćwiczenie (Potrzebne będą długopisy, kartki papieru i papierowe pudełko bądź karton)

- **Powiedz dzieciom:** Chciałabym/Chciałbym abyśmy wspólnie zastanowili się i napisali o momencie, w którym ktoś z was został źle potraktowany przez wygląd, własne zdanie, zachowanie?
- **Po kilku minutach**, kiedy zauważysz, że uczniowie kończą pisać poproś, aby poniżej odpowiedzieli na kolejne pytania: Jak się wtedy czuliście?
- **Po kilku minutach jak wtedy zareagowaliście?**

Uwagi dla nauczyciela:

- W czasie, gdy uczniowie zaczną zastanawiać się nad odpowiedzią napisz na tablicy: Chwila z naszego życia, gdy ktoś źle nas potraktował...
- W pozostałym czasie również odpowiedz na oba pytania.

Poproś uczniów, aby zaprezentowali swoje odpowiedzi całej klasie, jeśli nie będzie to dla nich niekomfortowe.

Uwaga dla nauczyciela: Możesz opowiedzieć uczniom o takiej sytuacji ze swojego życia, żeby rozpocząć zadanie.

Podziel tablicę na 4 części:

- ☞ Na pierwszej: Chwila z waszego życia, gdy zostaliście niesprawiedliwie potraktowani
- ☞ Na drugiej: Jak się czuliście?
- ☞ Na trzeciej: Jak zareagowaliście?
- ☞ Na czwartej: Jak zareagowalibyście teraz?

Podsumuj odpowiedzi uczniów na tablicy

- ☞ Zwróć uwagę jak z czasem może zmienić się nasze postrzeganie rozwiązania problemu z którym kiedyś nie umieliśmy sobie poradzić.

Zapytaj:

Jak możecie uniknąć stosowania krzywdzących stereotypów?

Podsumuj odpowiedzi uczniów na tablicy.

Wśród przykładów można wymienić:

- ☞ Unikanie oceny kogoś zanim go poznamy.
- ☞ Zniechęcanie innych do szybkiej i bezpodstawnej oceny.
- ☞ Traktowanie każdego człowieka tak samo.

Koniec lekcji

Praca domowa

Wykorzystaj poniższy szablon do przeprowadzenia wywiadu. Przeprowadź wywiad z kilkoma osobami i zadaj każdej 4 podane pytania. Zapisz odpowiedzi w formularzu i przynieś wypełniony formularz na kolejne zajęcia..

Wywiad – rozmowy na temat radzenia sobie z dyskryminacją

Korzystając z tego formularza, przeprowadź rozmowę z rodzicami lub inną bliską ci osobą dorosłą. Napisz streszczenie waszej rozmowy i przedstaw je klasie na następnej lekcji.

Imię i nazwisko:

Data przeprowadzenia rozmowy:

Imię rozmówcy:

Kim jest dla ciebie ta osoba:

1. Opowiedz mi o chwili, kiedy zostałeś potraktowany niesprawiedliwie z powodu swojego wyglądu, swoich poglądów lub sposobu zachowania.

.....
.....
.....
.....
.....

2. Jak się czułeś, gdy byłeś traktowany niesprawiedliwie?

.....
.....
.....
.....
.....

3. Gdyby to samo spotkało cię ponownie, jak byś zareagował?

.....
.....
.....
.....
.....

4. Inne pytania i uwagi.

.....

.....

.....

.....

.....

Scenariusz 2.2

Jak rozmawiać z naszymi rówieśnikami z Chromosomem Miłości?

Ogólny cel lekcji

- Uczniowie dowiedzą się jak zachowywać się wśród swoich rówieśników z niepełnosprawnością intelektualną. Dowiedzą się również czym jest **hejt** i jak na niego reagować.

Cele szczegółowe

- Uczniowie zrozumieją jak ważny jest język w rozmowie z osobami z niepełnosprawnością.
- Uczniowie dowiedzą się o stronach prześladowania i jego skutkach.
- Uczniowie i nauczyciele dowiedzą się jak można reagować na prześladowanie.
- Nauczyciele i uczniowie dowiedzą się jak na poziomie klasy i szkoły możecie wdrożyć strategię we współpracy z Olimpiadami Specjalnymi Polska w oparciu o Sporty Zunifikowane.

Choć nasi rówieśnicy z niepełnosprawnością intelektualną są takimi samymi ludźmi jak my w kontakcie z nimi musimy uważać na kilka rzeczy.

Materiał dla uczniów

Jak wiecie filarem akcji **#DotączyDoNas – W inkluzji Nasza siła** jest utworzenie silnej i różnorodnej społeczności przez: zaangażowanie całej szkoły, pracę liderów młodzieżowych i Sporty Zunifikowane. Wiele osób z niepełnosprawnościami codziennie mierzy się z krzywdzącymi stereotypami.

Często ze strachu przed popełnieniem gafy pojawia się u Nas tendencja do ograniczenia kontaktu z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, dlatego zaczniemy od kilku rad na początek.

1. Bądź naturalny!

- Osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają trudności w nauce nowych rzeczy ale czują i potrzebują żyć wśród ludzi tak samo jak ty! To normalne, że na początku możesz czuć się zestresowany/a, ale pamiętaj, że twój rozmówca będzie wiedział jak reagować i jeśli będzie taka potrzeba, to również ci pomoże.

2. Bądź cierpliwy

- Nie udawaj, że rozumiesz – jeśli potrzebujesz, żeby twój rozmówca coś powtórzył powiedz mu o tym.
- Mów stopniowo, po kolei „nie zasypuj” rozmówcy dużą ilością informacji.
- Unikaj metafor i zapożyczeń z obcego języka. Stosuj bezpośrednią komunikację.
- Jeśli jesteście w zatłoczonym miejscu postaraj się przenieść do miejsca spokojniejszego.

3. Staraj się nie zdominować swojego rozmówcy

- Nie dominuj w rozmowie, nie wypowiadaj się w imieniu twojego rówieśnika z niepełnosprawnością intelektualną. Zwracaj się bezpośrednio do niej a nie do osoby towarzyszącej. Osoba towarzysząca może pomóc ci dowiedzieć się więcej o twoim rówieśniku ale nie zadawaj jej pytań, które równie dobrze możesz zadać swojemu koledze.

4. Uważaj na gesty

- Uważaj na swój ton i mowę ciała. Pamiętaj, że osoby z zespołem Downa często są bardzo emocjonalnie nastawione do ludzi i mogą szybko zaprzyjaźnić się z innymi, zwłaszcza gdy się je przytuli. Jeśli taka forma komunikacji Ci nie odpowiada zaznacz to w delikatny sposób.

5. Nie zakładaj niczego z góry!

- Nie wchodź w słowo twojemu koledze i nie próbuj kończyć za niego zdań. Jeśli czegoś nie rozumiesz poproś o powtórzenie. Szanuj swojego rozmówcę, i uważnie dobieraj słowa.

6. Nie traktuj jak dziecka!

- Osoby z niepełnosprawnością intelektualną często potrzebują konkretnego wsparcia w określonych sytuacjach jak np. wypełnienie formularza lub czytanie. Nie oferuj od razu za dużo pomocy. Twój kolega powie Ci jakiej pomocy od ciebie potrzebuje.

7. Nie traktuj jak bohatera!

- Pamiętaj, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną nie są ani super bohaterami ani ofiarami losu. Traktuj ich tak, jak ty chcesz być traktowany. To twój rówieśnik. Taki sam jak twoim koledzy czy koleżanki.

Okiem ambasadora Olimpiad Specjalnych Tomasza Wolnego – zespół Downa to dodatkowo 21 chromosom, który nazywamy Chromosomem Miłości. Od nich możemy się tylko uczyć!

● Jak ważny jest język, którym się posługujemy w odniesieniu do osób z niepełnosprawnością intelektualną?

- ☞ Język jest bardzo ważny! Wrażliwość na słowa to drażliwość na ludzi. Jest świetna kampania pod takim właśnie tytułem, która zwraca uwagę na język, jakiego używamy wobec osób z niepełnosprawnościami i z zaburzeniami psychicznymi. Szczególnie w tej drugiej sytuacji nasza językowa nieuważność, jak pokazują twórcy tej kampanii, może nawet negatywnie wpływać na proces leczenia. W przypadku osób z niepełnosprawnością intelektualną, język może bardzo ranić. Od lat staram się nie używać sformułowania „upośledzenie umysłowe”. Mimo że jest ono właściwie wszędzie obecne i niby nie ma pejoratywnej konotacji, ale ja zawsze mówię o osobie „z niepełnosprawnością”. Bo ta niepełnosprawność jest przecież tylko wycinkiem jej całego funkcjonowania. Niepełnosprawność nie wypełnia całości. Tym bardziej, że każdy z nas ma jakieś niepełnosprawności. Tchu zabraknie by wymienić choćby listę moich. Semantyka nie jest więc detalem bez znaczenia. Jest zasadnicza, bo dotyczy postrzegania drugiego człowieka – osoby. Trzeba być na nią drażliwym, jak na ludzi.

● W jaki sposób należy pokazywać niepełnosprawność intelektualną w mediach?

- ☞ Zajmowanie się jakimikolwiek niepełnosprawnościami wymaga profesjonalizmu, przewidywalności i znajomości reakcji. Temat należy otoczyć empatią i miłością. Jeśli jakaś scena wzbudza śmiech, to nie może to być śmiech dwuznaczny. Trzeba wziąć pod uwagę delikatną granicę, aby obraz nie był ani przestudzony, ani zbyt smutny, ale prawdziwy.

● Jak prowadzić proces inkluzji, włączania osób z niepełnosprawnością intelektualną do pełnego uczestnictwa w życiu społecznym?

- ☞ Jestem z Poznania, potomkiem powstańców wielkopolskich. Dla nas praca u podstaw, tzw. praca organiczna, była czymś oczywistym. Dlatego przede wszystkim zaczynamy od nas, zwłaszcza w momencie, gdy nie mamy wpływu na wszystko i wszystkich. Zaczynamy od sie-

bie, od zauważenia w osobie z niepełnosprawnością intelektualną człowieka, który tak jak my ma marzenia, emocje, a przede wszystkim ma prawa, od początku do końca, dokładnie takie same jak my.

Zainteresowani?

Całość wywiadu z Tomaszem Wolnym znajdziesz tutaj [#GraJmyRazem nr 3/2020](#)

Poniżej znajdziecie określenia, które często słyszymy o osobach z niepełnosprawnościami i ich dobre odpowiedniki.

Jakich słów używać a jakich unikać?

TAK	NIE
Osoba z niepełnosprawnością	Osoba niepełnosprawna Dziecko Upośledzony Niedorozwinięty Ułomny
Uczestnik Olimpiad Specjalnych	Osoba specjalnej troski
Osoba korzystająca z wózka inwalidzkiego	Osoba na wózku inwalidzkim. Niepełnosprawny
Osoba z zespołem Downa	Down
Osoba niewidząca lub niedowidząca	Ślepy
Osoba niesłysząca lub niedosłysząca	Głuchy
Osoba, która ma problemy zdrowotne, Osoba z problemami zdrowotnymi	Chory

Materiał dla nauczyciela

Definicja

Czym jest prześladowanie?

Powtarzalne i świadome działanie, którego celem jest zranienie drugiego człowieka. Występuje zarówno w życiu codziennym jak i wirtualnym.

Rodzaje prześladowania:

- Przemoc fizyczna
- Przemoc psychiczna
- Przemoc w Internecie – hejt / cyberprzemoc
- Zastraszenie i groźby
- Kradzież
- Wykluczenie (również z grup w sieci jak np. klasowa na messengerze)

Strony prześladowania i jego skutki wśród dzieci

Strony	Skutki średnio i długoterminowe
Osoby uczestniczące w prześladowaniu odgrywają kilka ról:	Prześladowanie wpływa na wszystkie strony: na sprawcę, ofiary i na świadków
Sprawca	<p>Osoby, które dręczą innych uczniów, mogą być agresywne lub podejmować nadmierne ryzyko po wkroczeniu w dorosłość. Osoby, które dręczą innych uczniów, w dorosłym życiu będą bardziej skłonne do:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☛ Nadużywania alkoholu lub narkotyków i to już w okresie dojrzewania; ☛ Agresji, wandalizmu, rozbojów i przerywania edukacji; ☛ Inicjacji seksualnej w bardzo młodym wieku; ☛ Zachowań agresywnych w rodzinie (wobec współmałżonka, dzieci itp.).
Ofiara	<p>Mogą się wiązać z :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☛ Rozwojem problemów psychicznych jak depresja, stany lękowe, próby samobójcze, utrata apetytu, utrata dotychczasowych zainteresowań; ☛ Używaniem substancji uzależniających jak narkotyki, czy alkohol; ☛ Występowaniem problemów zdrowotnych; ☛ Gorszymi ocenami i unikaniem zajęć w szkole.
Świadkowie	
Osoby niezaangażowane - nie angażują się, nie wyrażają swojej opinii na temat zaistniałej sytuacji. Nie opowiadają się po żadnej ze stron. Najczęściej chcą pomóc ofierze, ale nie wiedzą, jak to zrobić.	<p>Dzieci będące świadkami prześladowania mają tendencję do:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☛ Palenia papierosów, alkoholu i innych substancji odurzających; ☛ Problemów ze zdrowiem psychicznym (depresja i lęk); ☛ Wagarowania.
Obrońcy - angażują się, gdy widzą, że inne dziecko jest ofiarą prześladowania i nie boją się podejmowania działań.	

Strony prześladowania i jego skutki wśród dzieci

Cechy dzieci narażonych na prześladowanie	Cechy dzieci, które mogą mieć większą skłonność do krzywdzenia innych
<ul style="list-style-type: none"> 👉 Odmienność, w tym niepełnosprawność; 👉 Pozorna słabość; 👉 Niska samoocena; 👉 Mniejsza popularność; 👉 Problemy w kontaktach z rówieśnikami. 	<p>Dzieci posiadające wysoką pozycję, które są jej świadome i chcą ją podkreślać.</p> <p>Dzieci bardziej odizolowane od swoich rówieśników, mające skłonności depresyjne, lękowe i niższą samoocenę.</p>

Każde dziecko jest narażone na prześladowanie bez względu na ich sytuację życiową i zdrowotną. Jednym ze sposobów na integrację jest sport. I właśnie poprzez Idee Sportów Zunifikowanych chcemy stworzyć zjednoczoną społeczność w której zamiast stygmatyzacji wspieramy się nawzajem jako równi partnerzy.

Na poziomie klasy i szkoły możecie wdrożyć strategie we współpracy z Olimpiadami Specjalnymi Polska w oparciu o Sporty Zunifikowane

Przykłady działań:

- Angażowanie uczniów w zajęcia pozalekcyjne,
- Informacje o niepełnosprawnościach – przeprowadzenie lekcji ze scenariuszy zaproponowanych przez nas w podręczniku.
- Zaproszenie do klasy sportowca – lidera Olimpiad Specjalnych i poproście go, o opowiedzenie swojej historii i dawkę motywacji.

Jak reagować na prześladowanie?

Dorośli w tym nauczyciele, rodzice oraz mentorzy muszą szybko reagować na tego typu zachowania i stanowczo dawać do zrozumienia, że nie tędy droga.

Można podjąć cały szereg kroków, aby zapobiec takim zachowaniom i zapewnić dzieciom bezpieczeństwo.

Materiał dla nauczycieli

Stosuj	Unikaj tych błędów:
<p>Zachęć dzieci do otwartości – jeśli są ofiarami przemocy uzyskanie pomocy od dorosłego jest kluczem do wyjścia z tej sytuacji.</p> <p>Działaj natychmiast. Jeśli sam nie czujesz się na siłach zwróć się o pomoc do specjalisty/innego dorosłego.</p> <p>Umieść dzieci zaangażowane w sytuację w innych grupach tak, aby miały rzadszy kontakt ze sobą.</p> <p>Wspomnij o zaangażowaniu dyrektora szkoły, rodziców i psychologa szkolnego.</p>	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Nie ignoruj. Dzieci nie poradzą sobie samodzielnie z takimi sytuacjami. 👉 Nie zadawaj pytań w obecności innych dzieci. Rozmawiaj osobno z każdym dzieckiem. 👉 Nie rozmawiaj z całą grupą. 👉 Nie zmuszaj dzieci do pogodzenia i przeproszenia.

Cyberprzemoc, inaczej hejt występuje w sieci, głównie w mediach społecznościowych. Najczęściej na grupach, forach internetowych lub w komentarzach pod zamieszczonymi postami. Może on również występować w formie grafiki.

Polega na wysyłaniu, umieszczaniu i rozpowszechnianiu obraźliwych lub fałszywych informacji na czyjś temat. Najczęściej występuje w sekcji komentarzy umieszczonej pod postami/filmikami/rolkami na: **Facebooku, Instagramie, Tik-Toku**. W przypadku **hejtu** w tej samej szkole może również pojawiać się w prywatnych wiadomościach na SMS bądź **WhatsApp**.

Rosnąca popularność i pozorna anonimowość w internecie sprawiły, że publikowane treści mogą dotrzeć nie tylko do przyjaciół/znajomych ale również do osób, których nie znamy. To powoduje powstanie wizerunku użytkownika **w Internecie** w myśl zasady „**w Internecie nic nie ginie**”. Taka opinia może być dostępna teraz ale również dla przyszłych pracodawców, dla kolegów i koleżanek.

Hejt dotyka nie tylko ofiary, ale również sprawców. Może być:

- **Uporczywy**

- ☞ **Ma miejsce 24/7**, więc dzieciom może być trudno go uniknąć (jest to praktycznie niemożliwe)

- **Trwały**

- ☞ **W Internecie nic nie ginie**. Nawet jeśli sprawca usunął treść, nikt nie da mu gwarancji, że wiadomość nie została skopiowana.

Dziecko może być sprawcą, ofiarą lub świadkiem **hejtu** na wiele sposobów. Im więcej czasu spędza w social mediach i im więcej kont posiada ryzyko jest coraz większe.

Znaki, na które warto zwrócić uwagę

- Dziecko ukrywa ekran urządzenia, gdy w pobliżu są inne osoby, i unika rozmów o tym, co robi.
- Dziecko zamyka stare konta w mediach społecznościowych i zakłada nowe.
- Zwiększenie lub zmniejszenie czasu spędzanego na urządzeniach elektronicznych.
- Dziecko unika interakcji społecznych, nawet tych, które w przeszłości były przyjemne.
- Dziecko staje się przygnębione, ma mniej chęci do działania traci zaufanie do ludzi.

Jak pomóc dziecku?

- **Zauważ**

- ☞ Jeśli widzisz zmianę w zachowaniu dziecka, spróbuj dowiedzieć się, czy przyczyną jest korzystanie z urządzeń elektronicznych.

- **Porozmawiaj**

- ☞ Zapytaj, co się dzieje i spróbuj ustalić, kto jest zamieszany.

- **Zapisz**

- ☞ Zrób screeny. Przemoc w Internecie jest czynnością powtarzającą się, możesz więc sprawdzić starsze posty i rozmowy.

● Złóż skargę

- ☞ Każde social media mają opcję zgłoś komentarz bądź post. Wyświetli ci się kilka powodów, dlaczego chcesz zgłosić konkretny post czy komentarz. Jako jeden z wymienionych powodów możesz podać: nękanie lub prześladowanie.
- ☞ Zachęć innych do zgłaszania treści. Im więcej osób je zgłosi tym większe prawdopodobieństwo, że zostanie ono szybciej zdjęte.

● Zaoferuj pomoc

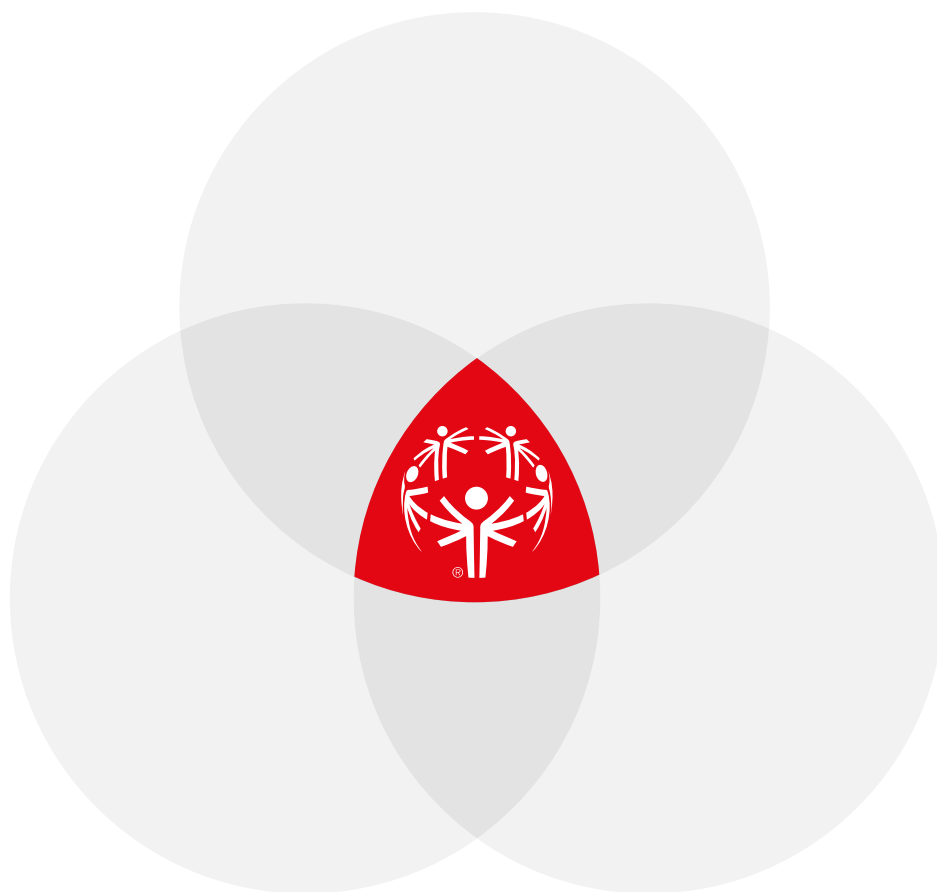
- ☞ Zbliź się do dziecka, bądź jego mentorem, broń dziecko. Możesz skomentować w konstruktywny sposób oczerniające posty, możesz porozmawiać z rodzicami sprawcy i wspólnie pracować nad zaprzestaniem tego typu zachowań. Można poprosić o pomoc specjalistę np. szkolnego psychologa.

Gdzie jeszcze szukać pomocy

Zazwyczaj łatwo jest nam rozmawiać, jak szkodliwy jest **hejt** i gdzie go zgłaszać. Należy pamiętać, że gdy zostaniemy zaatakowani często zapominamy jak sobie z nim radzić.

Poniżej znajdziecie nr telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży. **Aktywny 24/7** w formie rozmowy, czatu lub wiadomości mailowej. W ramach telefonu zaufania dziecko może porozmawiać o każdym problemie zachowując anonimowość. Rozmowy są poufne, jedynie w ramach zagrożenia życia pracownicy Fundacji kontaktują się z organami lub osobami, które mają obowiązek zapewnić dziecku bezpieczeństwo.

Telefon zaufania: 116 111 – Fundacja Dajemy Dzieciom Się



Scenariusz 3

Poznaj naszych zawodników!



Scenariusz 3 – Poznaj naszych zawodników!

#Grajmy Razem – tak jak zawsze!

Lekcja 3 w skrócie

- 👉 Rozmowa o tym, jak ważne jest poruszanie osobistych tematów i pokonywanie trudności.
- 👉 Podziel uczniów na małe grupy. Zadaniem każdej z grup będzie przeczytanie i przedstawienie reszcie klasy informacji o sportowcu Olimpiad Specjalnych.
- 👉 Omów sposoby realizacji własnych celów.

Cel ogólny lekcji 3

Zachęcenie uczniów do stawiania sobie konkretnych celów w życiu i aby angażowali się w działalność wolontariacką w ramach Olimpiad Specjalnych Polska.

Cele szczegółowe lekcji 3

- 👉 Opisanie w jaki sposób zawodnicy Olimpiad Specjalnych zdążyli osiągnąć swoje cele pokonując przy tym swoje słabości
- 👉 Dyskusja dlaczego poruszenie ważnego i trudnego tematu może stać się inspiracją dla innych
- 👉 Określenie krótkoterminowego celu, który uczniowie chcieliby osiągnąć.

Zaangażuj uczniów

- 👉 Pomyśl o okresie w swoim życiu gdy bardzo ciężko pracowałeś, aby coś osiągnąć. Mógł to być cel związany ze szkołą, sportem czy domem.
- 👉 Co czułeś, gdy udało ci się go osiągnąć?
- 👉 Poproś kilku uczniów, aby powiedzieli, co udało im się osiągnąć i jak się wtedy czuli

Zbierz zadanie wywiad-jak radzić sobie z dyskryminacją

Zapytaj

- 👉 Czy po przeczytaniu wywiadu ktoś z was odkrył inne, skuteczne sposoby na radzenie sobie z dyskryminacją? Czy chcielibyście podzielić się z kolegami i koleżankami swoją wiedzą?

Podziel uczniów na zespoły po 6 osób.

- 👉 Każdy z was widzi przed sobą historię sportowca Olimpiad Specjalnych, osoby, która wykazała się determinacją i ambicją, aby osiągnąć trudny cel. Ci ludzie pokonali wiele przeszkód, aby wygrać ze swoimi słabościami!
- 👉 Na mój sygnał każdy z was zacznie czytać po cichu otrzymaną historię. Nie powinno to zająć wam więcej niż 7 minut. Gdy minie czas przeznaczony na lekturę, każdy z was będzie musiał przedstawić przeczytaną przez siebie historię osobom ze swojej grupy. Streszczenie, które przedstawicie pozostałym członkom grupy, będzie musiało zawierać informa-

cje o przeszłości tej osoby, jej osiągnięciach i sposobie, w jaki wykazała się odwagą i determinacją. Postarajcie się opowiedzieć tę historię własnymi słowami.

1. Halina Andrzejak (zdjęcia z magazynu nr 2/2021 i foto z broszury Olimpiad Specjalnych)

- Moja przygoda z Olimpiadami Specjalnymi zaczęła się w 1994 r. i trwa do dziś. Skupiam się na dwóch dyscyplinach, czyli pływaniu i kajakarstwie. Wcześniej trenowałam narciarstwo zjazdowe, hokej halowy, piłkę nożną i tenis stołowy.
- Dzięki Olimpiadom Specjalnym stałam się wysportowana i komunikatywna. Mam wielu przyjaciół, zwiedzam Polskę i świat.
- Na co dzień mieszkam w Poznaniu w Domu Pomocy Społecznej i pracuję w jednej z organizacji pozarządowych jako goniec. Kocham swoją pracę i cieszę się, że mogę się w niej realizować.
- Mam też przyjaciół spoza Olimpiad Specjalnych! Jedną z takich osób jest Natalia. Znamy się już ponad 20 lat! Dla nas inkluzja to przyjaźń – wspólne spędzanie czasu, rozmowy na różne tematy, dostrzeganie i docenianie drugiego człowieka! Natalia mówi, że nasza znajomość daje jej poczucie spełnienia i że dzięki mnie czuje się potrzebna!

2. Adam Wdówka

- Jestem sportowcem Olimpiad Specjalnych. Bardzo lubię grać na perkusji, pływać. Jestem najlepszy w pływaniu. To jest moja pasja. Oprócz tego biegam, trenuję boks. Wygrywam zawody. Bardzo lubię też jeździć na rowerze. Chciałbym być zawodowym perkusistą, mama mówi, że gram lepiej od niej :) Dałem już kilka koncertów przed publicznością. Bardzo mi się to podoba i w ogóle się nie stresuję :)
- Oprócz treningów pracuję w Przedszkolu Tygrysek. Uczę dzieci tańca. Miło mi jest tutaj z nimi pracować. Czasami mnie słuchają a czasami nie, ale ja się tym nie przejmuję. Dzieci są kochane, mówią do mnie wujku. Mam zespół Downa. To życie trudniejsze, ale na pewno piękniejsze. Mamy czasami kłopoty z mówieniem, nie wszystko nam się udaje ale mi to nie przeszkadza. Trzeba pomagać ludziom takim jak my. W przedszkolu w którym pracuję jest dużo dzieci z niepełnosprawnościami. Trzeba pomagać ludziom takim jak my tak jak ja pomagam moim dzieciom:)
- Nawet moja szefowa mnie chwali. Mówi, że warto oddać mi serce i nie wyobraża sobie już przedszkola bez mnie. Występuję nawet w telewizji:) Byłem w studiu mundialowym przed meczem polskiej reprezentacji w piłce nożnej i wziąłem udział w programie telewizyjnym, w którym wyruszyłem w podróż swojego życia.

3. Sebastian Śłosarczyk

- Jestem zawodnikiem Olimpiad Specjalnych. Jestem mądrym, dobrym i silnym człowiekiem. Mam więcej niż wy;)! Mam zespół Downa. W domu mam ogromną kolekcję medali, które zdobyłem w zawodach Olimpiad Specjalnych. Za pływanie, kajaki, piłkę nożną, kręgle i narty. Zdołyłem złoty medal na Ogólnopolskim Mityngu Pływackim Olimpiad Specjalnych i brązowy medal na Zimowych Igrzyskach Olimpiad Specjalnych w narciarstwie. Wziąłem udział w zawodach triathlonowych IRONMAN gdzie przepełnąłem aż 1500 metrów!
- Olimpiady Specjalne to siła, odwaga, radość i szczęście. To mądrość, że można więcej, że marzenia się spełniają, że dasz radę, że jesteś najlepszy. Dzięki Olimpiadom Specjalnym wiem, że mogę wszystko tak jak ty!

4. Anna Berlińska

- Jestem zawodniczką i liderem Olimpiad Specjalnych. Mimo tego, że nie umiem załatwiać spraw w bankach czy urzędach zawsze mogę liczyć na pomoc ludzi wokół siebie. Jestem srebrną medalist-

ką Europejskich Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Belgii. Sport daje mi radość, dumę zachwyty rodziców i przyjaciół. Jestem świetnym przykładem, dlaczego inkluzja ma sens! Oprócz sportu Jestem aktywną wolontariuszką w stadninie koni i biorę udział w zbiórkach Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.

Zawodnicy, których poznaliście mieli swoje cele i musieli bardzo ciężko pracować, żeby je osiągnąć.

Daj uczniom możliwość opowiedzenia o tym, co przeczytali i zadaj im pytania:

1. Czy osoby o których przeczytaliście są podobne do was?
2. Jak myślicie, co łączy was ze sportowcami, o których czytaliście?
3. Jak myślicie, czym musieli wykazać się zawodnicy Olimpiad Specjalnych?
4. Jak sądzicie, co pomogło im odnieść sukces?

*** Jako materiał dodatkowy polecamy Wam do obejrzenia relacje ze Światowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Berlinie w 2023 roku:**

[Polscy sportowcy Olimpiad Specjalnych ruszyli na Światowe Letnie Igrzyska w Berlinie!](#)

[Światowe Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych – przeżyjmy to jeszcze raz!](#)

[Kronika Światowych Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Berlinie: 24 czerwca 2023.](#)

[Światowe Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych w Berlinie zakończone!](#)

A tutaj znajdziecie wizytę naszych zawodników w Pałacu Prezydenckim po Igrzyskach :): [Olimpiady Specjalne Polska – Pałac Prezydencki](#)

Rozdaj uczniom materiały „Mój Cel”, który znajdziesz poniżej

Proszę, abyście na otrzymanych materiałach zapisali swoje cele, które chcielibyście osiągnąć do czasu ukończenia szkoły średniej.

Celem może być na przykład: poprawienie się w jakimś przedmiocie, pomoc innemu dziecku w odrabianiu lekcji, podarowanie książek, zabawek czy przyborów szkolnych. Pomyśl o historiach zawodników Olimpiad Specjalnych i o tym w jaki sposób oni odnieśli sukces. Podkreśl fakt, że jednym ze sposobów osiągnięcia celu jest przyjęcie oferowanej pomocy.

Poniżej znajdziecie arkusz, który pomoże wam ustalić wasze cele.

Mój cel

Opisz poniżej cel, który chciałbyś zrealizować do czasu ukończenia szkoły średniej, a także kroki, które będziesz musiał podjąć, aby to osiągnąć. Wspomnij, jak rodzic lub bliska ci osoba mogłaby ci pomóc. Poproś kogoś z rodziców, aby opowiedział ci o jednym ze swoich celów.

1. Do czasu ukończenia szkoły średniej:

.....

.....

.....

2. Przeszkody lub wyzwania, które mogą napotkać to:

.....
.....
.....

3. Sposoby na pokonanie tych przeszkód:

.....
.....
.....

4. Przynajmniej 3 rzeczy, które muszę zrobić, aby osiągnąć swój cel:

.....
.....
.....

5. Jak moi rodzice / przyjaciele mogą mi pomóc w realizacji tego celu.

.....
.....
.....

6. Czy twoi rodzice / przyjaciele opowiedzieli ci o jakichś celach, które chcieliby osiągnąć w kolejnych latach?

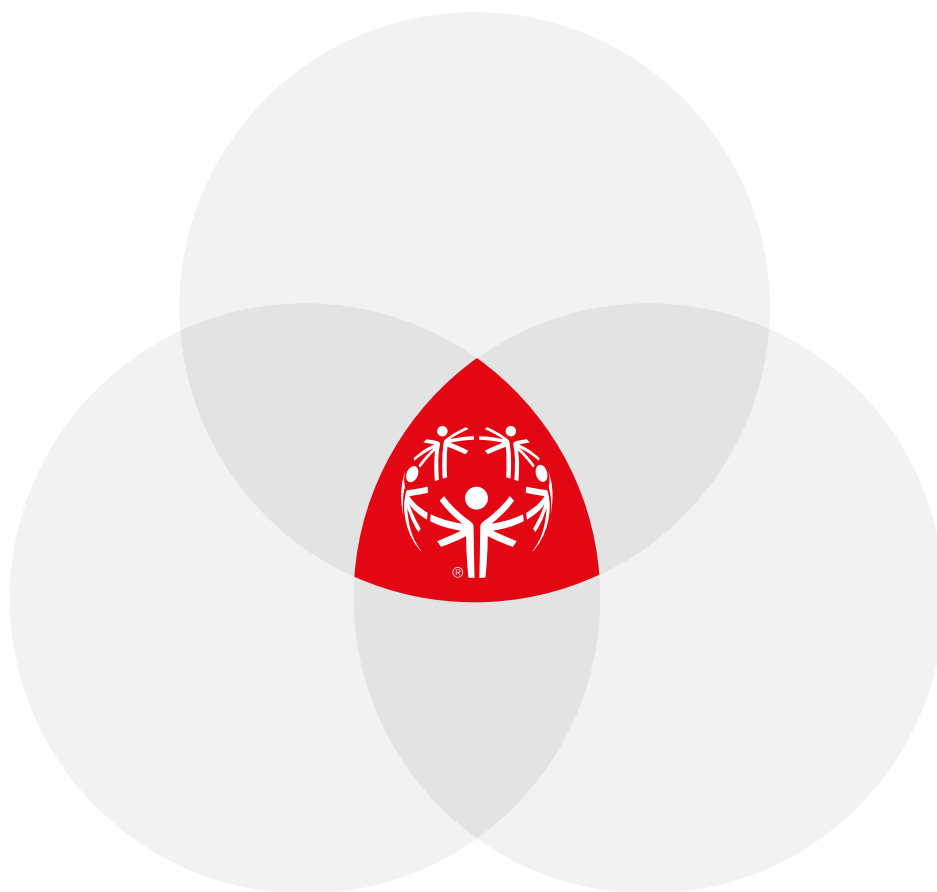
.....
.....
.....

7. Czy wolontariat mógłby stać się dla ciebie celem samym w sobie?

.....
.....
.....

8. Co możesz zrobić, aby twoja szkoła zaangażowała się bardziej w akcję **#Dołącz do Nas - W Inkluzji Nasza Siła?**

.....
.....
.....



Scenariusz 4

Zacznij działać!



Scenariusz 4 – Zaczynij działać!

Ta lekcja służy podsumowaniu trzech poprzednich lekcji i wprowadza działania dodatkowe w stosunku do ćwiczeń, które do tej pory wykonywaliście na zajęciach. Są to zadania opierające się na wolontariacie w społeczności lokalnej w ramach Olimpiad Specjalnych Polska. Jeśli zdecydujesz się na projekt sugerowany przez nas musisz założyć więcej czasu na jego realizację.

Każde z działań zaproponowanych w arkuszach ćwiczeń może być wykonane przez uczniów na podstawie informacji zdobytych podczas trzech poprzednich lekcji. Ćwiczenia mogą być realizowane zarówno w klasie jak i w szkole.

Wprowadzenie:

Omówcie wspólnie zadanie z wcześniejszej lekcji, jeśli nie zdążyliście tego zrobić wcześniej „Mój cel”. Postarajcie się omówić jak najwięcej prac.

Lekcja 4 w skrócie

- Omów wspólnie z uczniami korzyści z udziału w szkolnym wolontariacie, zajęciach sportowych i Sportach Zunifikowanych
- Uczniowie podzieleni na zespoły spróbują pracować nad projektem dla sportowców Olimpiad Specjalnych.
- Działanie opcjonalne: uczniowie planują i opracowują bardziej złożone działania poza szkołą lub w ramach zadania domowego.

Cel ogólny lekcji

Zachęć uczniów do podejmowania inicjatywy w zakresie udziału w wolontariacie i angażowania się w pracę społeczną poprzez włączenie ich w działania wspierające Olimpiady Specjalne.

Po zakończeniu lekcji uczniowie potrafią:

- Określić korzyści (zarówno dla siebie, jak i dla społeczności) wynikające z ich zaangażowania w działania wolontariackie wspólnie z osobami z niepełnosprawnością intelektualną.
- Określić sposoby wspierania Olimpiad Specjalnych i nawiązywania przyjaznej, opartej na szacunku relacji ze sportowcami.
- Wybrać działanie lub projekt, w który warto się zaangażować.

Zapytaj:

Kto z Was zgłosił się do dodatkowej pracy na rzecz swojej szkoły lub wykonywał prace społeczne? Daj uczniom czas na zastanowienie się i poproś ich o podanie kilku przykładów.

- Jak się czułeś wykonując te czynności?
- Jak myślisz, dlaczego tak się czułeś?
- Jakie korzyści dla szkoły i społeczności lokalnej przyniosły twoje działania?
- Czego się nauczyłeś?

Wyjaśnij

Dzisiaj będziemy rozmawiać o formach wolontariatu w Olimpiadach Specjalnych.

Powiedz uczniom:

- 👉 Pomagając drugiej osobie dostajemy od niej tyle samo. Wcześniej poznaliśmy historie zawodników Olimpiad Specjalnych. Ich odwaga, determinacja i chęć do działania zainspirowały wiele osób. Wszyscy możemy uczyć się od siebie nawzajem i właśnie na tym polega **#Dołącz Do Nas - W Inkluzji Nasza Siła!**

Powiedz uczniom:

- 👉 W trakcie wcześniejszych lekcji dowiedzieliśmy się, jak ważne są zrozumienie, akceptacja różnic między nami, szacunek, unikanie stereotypów i wyznaczanie swoich celów. Ta lekcja pomoże Nam wyznaczyć cel-udział w wolontariacie Olimpiad Specjalnych i zachęcenie uczniów do udziału w szkolnym wolontariacie.

Czym jest inkluzja? (ćwiczenie dla całej klasy)

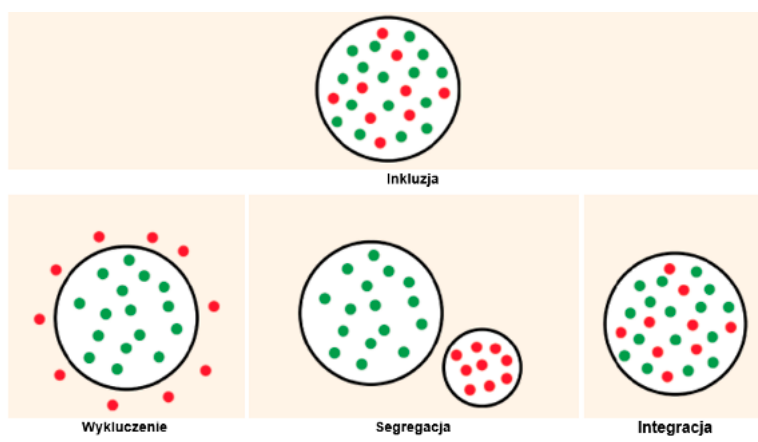
Wyobraźcie sobie szkołę w której żaden uczeń nie czuje się gorszy z powodu specjalnych/innych potrzeb w której każdy czuje się doceniony i bezpieczny.

Poproś dzieci o wykonanie poniższego ćwiczenia i powiedz

- 👉 Każdy z Was byłby zaangażowany w wolontariat i razem pomagaliście innym. W ten sposób ufali byście sobie nawzajem i szanowali bez względu na dzielące Was różnice. Dzieci ze specjalnymi potrzebami i w normie intelektualnej.
- 👉 W szkole bylibyście prawdziwymi liderami – pionierami inkluzji. Na lekcjach WF w mieszanych składach moglibyście grać w siatkówkę, koszykówkę. **Głos każdego z Was liczyłby się tak samo.**

Ćwiczenie

- 👉 Pokaż dzieciom poniższy obrazek i poproś o zastanowienie się nad czterema scenariuszami: **Inkluzja, Wykluczenie, Segregacja, Integracja**



Zapytaj

- ☛ Jak myślicie, jaka jest wasza klasa i szkoła? Zastanówcie się w jakiej sytuacji są uczniowie z niepełnosprawnością w Polsce?
- ☛ Jak byście się czuli będąc wykluczeni z grupy?

Zapytaj

Zadaj pytanie i zachęć uczniów do wspólnej dyskusji

- ☛ Czy uważacie, że dzięki Sportom Zunifikowanym możemy żyć w inkluzywnym społeczeństwie?/Czy uważacie, że sport może jednoczyć ludzi, których na pierwszy rzut oka może wiele różnić?
- ☛ Co sądzicie o szkole, w której to wy wprowadzacie rewolucję inkluzji?

Odpowiedz

- ☛ W takiej szkole moglibyście współtworzyć projekty jako partnerzy waszych rówieśników z niepełnosprawnościami intelektualnymi.

Kim są Liderzy Młodzieżowi?

- ☛ Osoby z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej wspólnie działają, grają i pomagają sobie na co dzień.
- ☛ Działają razem na zasadzie partnerstwa ucząc się od siebie nawzajem.
- ☛ Pamiętają, że każdy w zespole jest tak samo ważny i może odpowiadać za coś w czym będzie czuł się dobrze!
- ☛ Pamiętają, że każdy może być liderem!
- ☛ Rozmawiają z innymi o tym, jak ważny jest sport i jak to jest działać w Olimpiadach Specjalnych.
- ☛ Promują ruch Olimpiad Specjalnych.
- ☛ Motywują się nawzajem, by razem osiągnąć więcej!

Jak pracować z Młodzieżowymi Liderami? instrukcja dla nauczycieli

- ☛ Nikogo nie wykluczaj – każdy uczeń posiada cechy, które może rozwijać angażując się w aktywności w waszej szkole!
- ☛ Zapewnij uczniom z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej niezbędne możliwości, zasoby i narzędzia, abyście mogli działać razem
- ☛ Na zajęciach uświadamiaj uczniów, że każdy z nich może zostać młodzieżowym liderem niezależnie od stopnia niepełnosprawności. Każdy z Was może działać!
- ☛ Zachęcaj do wymiany międzypokoleniowej między liderami. Pamiętaj, że każdy zespół staje się bogatszy dzięki różnorodności!
- ☛ Wspieraj osoby decyzyjne w szkole np. dyrektora szkoły, nauczycieli w akceptacji nie tylko ich pomysłów.

Kim jest lider?

- Bycie liderem to relacja, poprzez którą dana osoba wpływa na zachowanie lub działania innych ludzi, po to aby osiągnąć jeden lub kilka celów. Bycie liderem wymaga umiejętności bezpośredniego przywództwa lub wpływania na ludzi.

Lider:

- Wpływa na innych i pomaga im w osiągnięciu celu.
- Jest wzorem do naśladowania.
- Inspiruje innych do działania.
- Jest przygotowany do działania i nie boi się wyzwań.

Ćwiczenie

- Zapytaj czy uczniowie znają taką osobę?
- Dlaczego uważają ją za dobrego lidera?
- Jaka ona jest?
- Co robi?
- Dlaczego cię inspiruje?

Inkluzja zakłada, że każdy uczeń niezależnie czy jest osobą w normie intelektualnej czy nie, ma taką samą szansę zostać młodzieżowym liderem.

Młodzieżowy lider ma za zadanie, przede wszystkim, tworzyć inkluzywne środowisko w swojej szkole. Takie działania pomagają uczniom znaleźć potrzebną motywację do promowania zmian, walki o szacunek i o równouprawienie.

Inkluzja społeczna jest najbardziej skuteczna, gdy działania w klasie, szkole lub na zajęciach pozalekcyjnych czy w społeczności są planowane i realizowane przez zróżnicowaną grupę młodych ludzi.

Czym jest zespół młodzieżowych liderów?

- Łączy młodzież z niepełnosprawnością intelektualną i w normie intelektualnej w tworzeniu inkluzywnego społeczeństwa.

Każdy młodzieżowy lider:

- Ma takie same prawa.
- Pomaga swojemu partnerowi bądź zawodnikowi.
- Uczy się od swojego partnera bądź zawodnika.
- Dąży do inkluzji.

Okiem lidera-Halina Andrzejak

Halina to polska reprezentantka Olimpiad Specjalnych w Europejskiej Radzie Zawodników Olimpiad Specjalnych. Jak już wiecie jest zawodniczką Olimpiad Specjalnych od wielu lat:).

Jak się powie: „Halina z Olimpiad Specjalnych”, to ludzie wywołują Ciebie.

☞ To bardzo mi miło. Może to magia telewizji? Zaproponowano mi jakiś czas temu udział w serialu „Dwa Serca” na Polsacie, co jest dla mnie fajną przygodą, ale też fajnym wyróżnieniem – moja aktywność została doceniona. Od października rusza drugi sezon serialu, w którym występuję z moim chłopakiem, więc chyba pierwsza odłona serialu przypadła widzom do gustu. Oglądają go osoby związane z Olimpiadami, więc może dlatego mnie kojarzą?

● A co poza sportem?

☞ Dzięki Olimpiadom Specjalnym Polska mogę realizować się jako mówca, asystent trenera, lider. Mam szkolenia, doskonalam swoje umiejętności wystąpień publicznych, przetłumaczam kolejne bariery i ograniczenia, zwalczam tremę. Jestem członkiem Komitetu Regionalnego i Krajowego Olimpiad Specjalnych Polska. Olimpiadom Specjalnym zawdzięczam swój rozwój – sport sportem, ale mam na myśli również rozwój intelektualny, w tym na pewno wzmocnienie pewności siebie.

● Na czym polega twoje członkostwo w Europejskiej Radzie Zawodników Olimpiad Specjalnych?

☞ Olimpiady Specjalne to międzynarodowa organizacja bardzo otwarta, egalitarna, lubi debatę, jest demokratyczna. Zadaje pytania, stawia diagnozy, by się udoskonalać i rozwijać. ERZOS, którego jestem członkiem od 2016 r. ma właśnie za zadanie stwarzać okazję do wymiany takich doświadczeń między różnymi programami narodowymi i wypracowywać jak najlepsze rozwiązania. Posiedzenia odbywają się w różnych częściach Europy, moim mentorem jest Robert Młynarczyk, który towarzyszy mi w tych działaniach. Spotykamy się w szerszym gronie, gdzie zawsze dyskutujemy, często spieramy się ze sobą, ale chodzi o to, by na koniec dnia wypracować konsensus i stworzyć takie rozwiązanie, które zagra we wszystkich krajowych oddziałach.

Ciekawi całego wywiadu? Odsyłamy więc do magazynu: [#Grajmy Razem! nr2/2021](#)

Rola mentora

Gdy młodzieżowi liderzy podejmują się swojej roli w ich drodze może towarzyszyć im mentor-osoba bardziej doświadczona, godna zaufania, która jest w stanie ich poprowadzić, nauczyć, wesprzeć i zapewnić im poczucie bezpieczeństwa, gdy uczą się nowych obowiązków. Jednocześnie mentor będzie wiedział, jak wydatnić umiejętności młodzieżowego lidera, wkraczając do akcji tylko wtedy, gdy lider nie jest w stanie samodzielnie sobie z czymś poradzić.

Mentor może:

- ☞ Dostarczać informacji.
- ☞ Udzielać porad.
- ☞ Przeanalizować przemówienie z młodzieżowym liderem i pomóc mu je napisać.

- 👉 Wspierać młodzieżowego lidera w zdobywaniu nowych umiejętności.
- 👉 Wysłuchać, wykazać się empatią, zachowywać się jak przyjaciel.
- 👉 Stwarzać młodzieżowemu liderowi okazję do rozwoju umiejętności przywódczych.
- 👉 Upewniać się, że jego doświadczenie naprawdę przydaje się początkującemu liderowi.
- 👉 Umożliwić młodzieżowemu liderowi naukę nowej dyscypliny sportu.

Zapytaj

- Czy masz mentora? Kim on jest? W jaki sposób i w czym ci pomaga?

Cechy dobrego mentora:

- Nie wypowiada się za młodzieżowego lidera.
- Oferuje pomoc tylko, jeśli jest naprawdę potrzebna.
- Nie wyręcza młodzieżowego lidera w jego zadaniach.
- Nie zakłada, że młodzieżowy lider potrzebuje pomocy.
- Jest pełen energii, pozytywnie nastawiony, zwraca uwagę na potrzeby młodzieżowego lidera.
- Wspiera młodzieżowego lidera w stojących przed nim zadaniach.

Okiem eksperta-kim jest mentor?

- **Robert Młynarczyk**
- Z wykształcenia instruktor pływania po AWF-ie, z Olimpiadami Specjalnymi Polska związany jest od ponad 25 lat. Od pomocnika-fascynata, co to ma sport pod skórą, przez trenera, działacza w Oddziale Regionalnym, wiceprezesa ds. sportu, później osobą funkcyjną w Komitecie Krajowym. Kompletnie, całym sobą, kupuję ideę Olimpiad Specjalnych – mówi. Od jakiegoś czasu pełni także rolę mentora Haliny Andrzejak (lekcja 3) – medalistki Światowych Zimowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Nagano, członkini Komitetu Krajowego oraz Rady Zawodników Special Olympics Europe/Eurasia.
- **Pamiętasz swoje pierwsze spotkanie z Haliną Andrzejak?** To było w 2005 roku, uczestniczyliśmy razem w Światowych Zimowych Igrzyskach Olimpiad Specjalnych w Nagano. Minęło kilka lat, ja przeprowadziłem się do Poznania, w strukturach europejskich zaczęto myśleć o stworzeniu czegoś na kształt rady zawodników, która z perspektywy zawodników Olimpiad Specjalnych dawałaby feedback ich władzom, w którym kierunku iść, co można udoskonalić, co poprawić. Powstała Rada Zawodników, która skupia sportowców z różnych państw Europy/Eurazji. Fajna inicjatywa, Biuro Narodowe Olimpiad Specjalnych Polska przyklasnęło temu pomysłowi i zaczęliśmy się zastanawiać, kto by mógł nas reprezentować. Halina jest członkiem Komitetu Krajowego jako zawodniczka, od lat jest Liderem i uczestniczyła w wielu szkoleniach, by pełnić różne funkcje w Olimpiadach Specjalnych – wydawała się idealnym kandydatem. Potrzebowała wsparcia. Miałem już wtedy duże doświadczenie w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, znałem bardzo dobrze Olimpiady Specjalne, wiedziałem „z czym to się je”. No i mój angielski nie jest najgorszy. Postanowiono nas skojarzyć. Więc jak Hala została wybrana do Europejskiej Rady zaczęliśmy intensywnie współpracować.
- **Jak to się skończyło?** Halina i ja pracujemy w tej samej firmie-organizacji w Poznaniu, mianowicie w Stowarzyszeniu Na Tak. Ja kieruję Warsztatem Terapii Zajęciowej, Halina jest gościem – dostar-

cza i odbiera dokumenty między placówkami stacjonarnymi, a jest ich już aż jedenaście! Zresztą Hala ma tam nawet dłuższy staż pracy niż ja. Jak przyszła do mnie przynieść mi dokumenty, to nie skojarzyła, że ten Młynarczyk to ten Młynarczyk – więc kiedy mnie zobaczyła, od razu się cieszyliśmy – cześć, ty tu? A ty tu? I tak dalej. Niewiele później wszedłem w struktury Olimpiad Specjalnych Wielkopolskie-Poznań jako trener i działacz, chwilę później był pierwszy wspólny obóz, gdzie mogliśmy się lepiej poznać. Jesienią 2016 roku zaczęliśmy ze sobą współpracować.

- **Na czym polega ta współpraca?** Wspieram ją na wielu etapach działalności w Radzie Zawodników. Bywamy na międzynarodowych spotkaniach – pierwszy był na Słowenii, gdzie w Mariborze spotkali się wszyscy europejscy działacze, by omówić założenia i aktywności powstałej rady. Z jednej strony istotne jest to, że dotrzymuję jej towarzystwa, z drugiej ćwiczmy przemówienia, wystąpienia, opracowujemy główne ich tezy i wątki, wyjaśniam ewentualne wątpliwości i tłumaczę tematy, by Halina mogła sobie wyrobić zdanie i opinię. Ale też doradzam Hali, jak zachowywać się w różnych sytuacjach, by czuła się możliwie jak najbardziej swobodnie. Zawsze świetnie sobie radzi, jasno formułuje myśli, ma doskonale wyćwiczone różne zachowania. Myślę, że więcej w tym umiejętności jej samej niż mojego mentoringu.
- **Jakie trzeba mieć cechy i umiejętności, by zostać mentorem?** Niewątpliwie mój background terapeutyczny jest przydatny, by zrozumieć funkcjonowanie osób z niepełnosprawnością intelektualną. Trzeba mieć bardzo dużą zdolność empatii i potrafić dać przestrzeń osobie z niepełnosprawnością. Trzeba działać na zasadzie partnerskiej, bez ponagrania, wyprzedzania myśli. Nie chodzi o wyręczenie i mówienie za kogoś, ale o bycie z tym kimś i wspieranie go w jego działaniach, co wymaga też nieco cierpliwości. Współpraca, a nie kierowanie, rządzenie, dyrektywne wskazywanie co dobre, a co złe, ale wspólne poszukiwanie rozwiązań.

* Jeśli jesteście ciekawi całego wywiadu polecamy sięgnąć do naszego magazynu **#GrajmyRazem**
https://www.olimpiadyspecjalne.pl/sites/default/files/pliki_do_pobrania/grajmy_razem_7.pdf

Mentor rozwija również samodzielność młodzieżowego lidera. Nie przerywa, gdy młodzieżowy lider coś mu tłumaczy, słucha, poświęca czas, wykazuje się cierpliwością i wyrozumiałością. Widzi momenty, które lider powinien spędzić sam. **Nic nie robi za lidera**, oferuje jedynie sugestie i pomysły, uczy młodzieżowego lidera popierać dany pomysł, nawet jeśli nie spotyka się to z aprobatą opinii publicznej, pilnuje, by być na miejscu, zawsze gdy młodzieżowy lider potrzebuje mentora, nawet jeśli nie angażuje się bezpośrednio w jego działania. Wskazuje i sugeruje odpowiednie role dla młodzieżowego lidera, zgodnie z jego umiejętnościami i zainteresowaniami, po wspólnym przeanalizowaniu wszystkich możliwości, pomaga liderowi w wypełnianiu formularzy/wniosków/ankiet itp., ale unika wypełniania dokumentów za niego, ćwiczy z młodzieżowym liderem wybraną rolę, ale nie bierze jej na siebie, wskazuje odpowiednie, dostępne i przyjemne dla młodzieżowego lidera sposoby komunikacji i nauki.

Młodzieżowi liderzy inkluzji mogą być również mentorami dla swoich młodszych kolegów i koleżanek, ale trzeba pamiętać, że mentor to nie lider!

Planowanie i realizacja projektu w oparciu o 3 filary akcji #DołączDoNas – W inkluzji Nasza siła!

Wolontariat to działanie dla innych. Często w szkołach pojawiają się pomysły na wolontariat takie jak np. sprzątanie pobliskiego parku, bądź praca w samorządzie studenckim. Kiedy mówimy o projekcie zainicjowanym przez Was sytuacja wygląda inaczej, ponieważ to Wy macie szansę opracować własny projekt i zrealizować go od początku do końca. W ten sposób nauczycie się pracować w różnorodnym zespole i udowodnicie, że stereotypy są po to, aby je łamać!

Zajmij stanowisko!

„Każdy może być wielki, bo każdy może służyć”

Dr Martin Luther King, Jr

Mieć pomysł to jedno, jednak trzeba zacząć działać aby wprowadzić go w życie.

Przedstawiamy wam kilka pomysłów na proste działania, które możecie szybko wdrożyć w waszej klasie i szkole. Każde z nich skupia się na promowaniu szacunku do drugiego człowieka z naciskiem na osoby z niepełnosprawnościami.

Docenście umiejętności każdej osoby. Rozejrzyjcie się i zauważcie jak bardzo się od siebie różnicie. Zapiszcie najważniejsze cechy każdej osoby z klasy.

1. Przygotujcie hasło wspólnie z kolegami i koleżankami zdecydujcie, jakie hasła/zwroty byłyby najlepsze do promowania Olimpiad Specjalnych. Przez 5 minut wymyślcie ich jak najwięcej. Wybierzcie pięć najlepszych haseł i wykorzystajcie je na plakatach, które możecie edytować i umieszczać w mediach społecznościowych.
2. Stwórzcie graficzny projekt odznaki. Pracujcie w zespole i wykonajcie odznakę zawierającą zdjęcie lub rysunek i wymyślone hasło wspierające Olimpiady Specjalne.
3. Stwórzcie plan jak radzić sobie z prześladowaniem w waszej klasie a następnie w całej szkole. Określcie sposoby reagowania lub działania, które powinniście podjąć jako grupa/zespół, aby unikać sytuacji, gdy jedni uczniowie mają nieodpowiedni stosunek do innych uczniów.

Poniżej przedstawiamy Wam, jak opracować projekt społeczny promujący inkluzję w waszej szkole.

Każdy projekt niezależnie, czy jest realizowany wolontariacko czy w dużej firmie składa się z 5 etapów:

1. Inicjacja

- Na tym etapie zbieracie zespół i wybieracie Waszego mentora. Może to być nauczyciel, który dodatkowo może pomóc wam w kontakcie z pracownikami lokalnego biura regionalnego Olimpiad Specjalnych.
- Zdecydujcie, co będziecie robić, jakie będą główne kroki realizacji waszego projektu?
- Przydzielcie każdemu członkowi zespołu rolę i podzielcie się obowiązkami.

2. Planowanie

- Najtrudniejszy etap. Powinien zająć 80% czasu trwania całego projektu. Pamiętajcie, żeby na tym etapie się nie zniechęcać. Im lepiej wszystko zaplanujecie, tym większa szansa, że unikniecie wielu niedomówień w kolejnych etapach.

- Ustalcie główne zadania i podzielcie je na mniejsze podzadania. Pamiętajcie, żeby do każdego zadania były przypisane konkretne osoby. Postarajcie się, aby podział zadań był dla wszystkich widoczny i jasny.
- Zróbcie harmonogram waszego projektu, jako całości i poszczególnych zadań. W każdym projekcie zdarzają się przesunięcia, ale starajcie się go trzymać.

3. Realizacja

- Robicie każde zadanie, krok po kroku tak jak ustaliliście na etapie planowania.
- Nie stresujcie się, jeśli niektóre zadania przesuną się trochę w czasie.

4. Monitoring

- Sprawdzajcie, czy projekt idzie według planu, który wcześniej sobie założyliście.

5. Zakończenie

Przykładowy podział ról:

1. Koordynator projektu
2. Organizator zajęć i ekspert ds. Olimpiad Specjalnych
3. Sportowiec-lider Olimpiad Specjalnych
4. Osoba, która znajduje zasoby i zarządza nimi
5. Osoba, która przekazuje informacje o waszych działaniach (osoba, która odpowiada za kontakt z nauczycielami i rodzicami)
6. Osoba odpowiedzialna za promocję w mediach społecznościowych
 - 👉 osoba, która będzie pisać treść waszych postów i scenariusze do waszych rolek
 - 👉 osoba, która zrobi szatę graficzną i zadba o wygląd waszych materiałów
7. Osoba, która będzie „serduszkim” zespołu i będzie dbać o motywację całego zespołu i dobre relacje.

Pamiętajcie, żeby „nie przetadować” żadnej osoby obowiązkami. Postawcie na otwartą komunikację w zespole.

Podejmijcie decyzje związane z projektem

- Zaproście do waszego zespołu sportowca lidera Olimpiad Specjalnych. Mogą Wam w tym pomóc nauczyciele i pracownicy Waszego oddziału regionalnego Olimpiad Specjalnych.
- Razem z zebrany zespołem zastanówcie się co chcielibyście zrealizować. Pomyślcie o czymś, co byłoby ważne dla waszej szkoły i społeczności.
- Możecie zrobić burzę mózgów, razem wybrać najlepsze pomysły i wspólnie z nauczycielem wybrać, jaki projekt chcecie zrealizować.

Określcie potrzebne zasoby

- Zdecydujcie czy potrzebujecie organizacji, która pomoże wam w jednym z następujących obszarów:
- Zastanówcie się jakie przeszkody możecie napotkać.
 - ☞ Może wam w tym pomóc zrobienie Analizy SWOT.
 - ☞ Żeby ją zrobić potrzebna wam będzie kartka, którą trzeba podzielić na 4:
 - WZÓR JAKO MATERIAŁY DODATKOWE
 1. Mocne strony
 2. Słabe strony
 3. Szanse
 4. Zagrożenia-pamiętajcie, że ryzyko może być rozumiane również jako szansa dla waszego projektu
 - ☞ Pozyskiwanie funduszy.
 - ☞ Komunikacja.
 - ☞ Rekrutacja wolontariuszy.

Przykładowe projekty na początek :)

1. Zorganizujcie dzień osób z niepełnosprawnością w waszej szkole

Od 1992 roku 3 grudnia ONZ (Organizacja Narodów Zjednoczonych) obchodzi międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnością. W tym dniu odbywa się również wiele spotkań i konferencji, którymi możecie się zainspirować.

Cel działania:

- ☞ Zaprojektujcie i stwórzcie plakaty lub kolaże o temacie inkluzji społecznej. Pokażcie na nich jak może wyglądać świat w którym dyskryminacja, brak szacunku i brak tolerancji nie istnieją.
- ☞ Poproście inne klasy z waszej szkoły o przyłączenie się do waszej inicjatywy, aby wasz przekaz dotarł do jak największej liczby osób. Na zakończenie możecie zrobić albumy ze wszystkich materiałów, nakręcić rolki na **Instagram** lub **TikTok** z hashtagem **#Inkluzjatonieiluzja**.
- ☞ Szkoła, której uda się stworzyć najwięcej plakatów otrzyma nagrodę od Olimpiad Specjalnych

Potrzebne wam będą:

- przybory do rysowania, duże arkusze papieru, klej.
- tablet, telefon lub laptop.
- Pracujcie w grupach 5-6 osobowych, wspólnie pracujcie nad treściami i wyglądem waszej pracy.
- Możecie wymyślić dodatkowe #hashtagi do promocji waszej pracy w mediach społecznościowych.
- Stwórzcie specjalny kolaż waszej klasy i/albo całej szkoły – MEGA KOLAŻ.
- Wyślijcie wszystkie materiały do lokalnego biura Olimpiad Specjalnych.
- Szkoły z największą liczbą zaangażowanych klas otrzymają nagrody od Olimpiad Specjalnych.

2. Zorganizujcie akcję Świąteczny Prezent

- Przed rozpoczęciem przerwy świątecznej zorganizujcie w szkole wirtualny kiermasz prezentów.
 - Zbierzcie w worku św. Mikołaja jak najwięcej wiadomości i zdjęć razem z nauczycielami wyślijcie prezenty do lokalnego Oddziału Regionalnego Olimpiad Specjalnych, które prześlą je zawodnikom.
 - Rozpropagujcie działanie w całej szkole, zachęcajcie do udziału jak najwięcej uczniów i przyjaciół.
 - Niech każdy uczeń w klasie wymyśli wirtualny prezent. Może to być nawet odręczna kartka świąteczna zeskanowana później na komputer.
 - Możecie stworzyć osobny Dysk **Google** lub **Dropbox**, który będzie workiem św. Mikołaja.
 - Możecie pomyśleć co przyda się zawodnikowi Olimpiad Specjalnych lub co go wzruszy? Możecie np. wystać odznaki z ważnym przesłaniem, kartkę świąteczną z życzeniami i umieścić w niej wasze zdjęcie na którym machacie do kamery.
 - Wyślijcie taki wirtualny worek św. Mikołaja do Biura Regionalnego Olimpiad Specjalnych, które zadba o to, aby wszystkie wasze prezenty zostały wysłane do zawodników Olimpiad Specjalnych.
 - Z kolei wy otrzymacie prezenty od zawodników np. w formie nagrań z życzeniami świątecznymi.
- * Jako materiał dodatkowy polecamy wam obejrzeć świąteczne spotkanie zawodników oraz przyjaciół Olimpiad Specjalnych: [Świąteczne spotkanie zawodników oraz przyjaciół Olimpiad Specjalnych Polska! Zapraszamy!](#)

3. Stwórzcie inkluzywny klub w waszej szkole

Możecie zmienić swoją szkołę w miejsce w którym wszyscy czują się dobrze: uczniowie z niepełnosprawnością, uczniowie, którzy są bardziej wycofani i tacy, którzy nie czują się w pełni akceptowani będą mogli wspierać się nawzajem.

Poświęćcie 2 godziny lekcyjne na organizację

- 👉 Wybierzcie miejsce w waszej szkole, w którym możecie się spotykać.
- 👉 Przygotujcie plakat/napis z nazwą waszego klubu. Możecie nawet stworzyć własne logo.
- 👉 Możecie założyć e mail, **fan page** waszego klubu, żeby każdy na bieżąco widział czym się zajmujecie.
- 👉 Pamiętajcie, że dyrektor szkoły musi wam udzielić zgody na spotkania w godzinach otwarcia szkoły.
- 👉 Pomyślcie o zaangażowaniu w wasz pomysł samorządu uczniowskiego i/lub szkolnego wolontariatu. Razem możecie więcej!

Szkolny klub inkluzji to miejsce w którym każdy byłby mile widziany i szanowany i niczyje problemy nie byłyby ciężarem.

- 👉 Udostępniajcie Wasz Klub Inkluzji wszystkim uczniom, również tym z niepełnosprawnościami, poważnymi chorobami. Sprawcie, aby każdy bez względu na swoją sytuację czuł się w nim komfortowo
- 👉 Stwórzcie konto na **Instagramie, Tik-Toku, fan page** na **Facebooku**, aby poinformować resztę uczniów, że w waszej szkole funkcjonuje Klub Inkluzji. Później możecie również zaprojektować ulotki, broszury i stronę internetową, jeśli będzie taka potrzeba.
- 👉 Wspólnie ustalcie zasady funkcjonowania waszego Klubu Inkluzji
- 👉 Zorganizujcie kampanię promującą wasz Klub Inkluzji
- 👉 Zaproście sportowców - liderów zawodników Olimpiad Specjalnych do komitetu i do waszego klubu.

4. Zorganizujcie w swojej szkole piknik/dzień sportu włączając bazując na Sportach Zunifikowanych. Zorganizujcie w waszej szkole Dzień Sportów Zunifikowanych

- 👉 Zawody nie będą miały charakteru rywalizacyjnego. Będzie to szansa, żeby każdy z uczestników mógł spróbować nowej dyscypliny lub sprawdzić się w sporcie w który lubi grać.

Czego potrzebujecie:

- 👉 Informacje o Sportach Zunifikowanych Olimpiad Specjalnych od Olimpiad Specjalnych. Skontaktujcie się z waszym regionalnym Biurem Olimpiad Specjalnych (spis patrz lekcja 1.1).
- 👉 Nauczyciel WF w waszej szkole, nauczyciel ze szkoły specjalnej, który może wam ułatwić zaproszenie zawodników Olimpiad Specjalnych.
- 👉 Sprzęt dla uczestników - skontaktujcie się z regionalnym Biurem Olimpiad Specjalnych patrz. lekcja 1.1.
- 👉 Miejsce, gdzie rozegracie zawody np. sala gimnastyczna lub boisko, albo jedno i drugie :)
- 👉 Mikrofony, głośniki- stanowisko DJ lub laptop, żeby puścić muzykę.
- 👉 Skontaktujcie się z uczniami ze starszych klas, którzy mogliby pomóc wam w organizacji imprezy.

- ☛ Poproście nauczyciela WF o pomoc w organizacji i aby opowiedział o sportach, które można uprawiać zgodnie ze szkolnym programem nauczania.
- ☛ Róbcie zdjęcia z **hash tagami**, nagrywajcie rolki-obszrujcie jaka muzyka obecnie jest „na topie” aby wasz przekaz dotarł do jak największej liczby osób.
- ☛ Medale-zadbajcie, aby dla każdego z uczestników czekał pamiątkowy medal za wzięcie udziału w Zawodach Sportów Zunifikowanych.

Zaciekawieni? Zobaczcie jak zawodnicy Olimpiad Specjalnych Polska i LSS Legia Ladies wspólnie trenują! [Olimpiady Specjalne Polska i LSS Legia Ladies na wspólnym treningu!](#)

5. Zorganizujcie seminarium na temat roli młodzieży i młodzieżowych liderów w społeczności/społeczeństwie w oparciu o ich rolę, jako młodzieżowych liderów w Olimpiadach Specjalnych

- ☛ Kolejnym świetnym sposobem na wsparcie Olimpiad Specjalnych jest zorganizowanie przez was w szkole spotkania dla młodzieży dotyczącego Olimpiad Specjalnych.
- ☛ Seminarium/Spotkanie może trwać zarówno kilka godzin jak i cały dzień.
- ☛ Głównym celem takiego spotkania byłoby zaangażowanie młodych osób z niepełnosprawnością w Olimpiady Specjalne przy jak największym wsparciu osób w normie intelektualnej.

Potrzebujecie:

- ☛ Materiałów promocyjnych-zaproszeń, plakatów.
- ☛ Drobne upominki dla uczestników – nie kupujcie gotowych jak np. bombonierki. Stwórzcie wspólnie własne materiały.
- ☛ Banery od Olimpiad Specjalnych.
- ☛ Miejsce-może to być klasa w waszej szkole lub sala gimnastyczna. Upewnijcie się wcześniej, że jest dostępne.
- ☛ Laptop, stanowisko muzyczne, tablety, telefony itp. do wykonywania zdjęć/ filmów.

Co musicie ustalić:

- ☛ Cele seminarium. Jakie będą tematy dyskusji i jakie przesłanie będziecie przekazywać? Co chcecie osiągnąć?
- ☛ Pracujcie razem, pamiętajcie o zachęcaniu do współpracy waszych rówieśników niepełnosprawnością intelektualną
- ☛ Sporządźcie pisemny plan seminarium / spotkania młodzieży. Przydzielcie obowiązki i zadania członkom zespołu organizacyjnego.
- ☛ Promujcie seminarium w swojej szkole: zaproście nauczycieli i lokalnych przedstawicieli organizacji pozarządowych.
- ☛ Spotkajcie się i ustalcie, co trzeba poprawić.
- ☛ Starajcie się trzymać założonego planu aż do dnia imprezy.
- ☛ Trzymajcie rękę na pulsie. Twórzcie nagrania wideo i audio, prowadźcie dziennik wydarzenia na potrzeby mediów społecznościowych.

- 👉 Podziękujcie wszystkim, którzy pomogli w organizacji seminarium!
- 👉 Pamiętajcie o promocji w social mediach z odpowiednimi **hash tagami: #Inkluzjanieiluzja, #dołączdonas**, Oznaczcie Olimpiady Specjalne Polska.

6. Zorganizujcie w swojej szkole dzień inkluzji

Czego potrzebujecie:

- 👉 Zgoda dyrektora na organizację zajęć.
- 👉 Zaangażowanie w działania wychowawcy klasy, nauczyciela wychowania fizycznego, opiekuna.
- 👉 Dostęp do sali widowiskowej lub gimnastycznej.
- 👉 Laptop, stanowisko muzyczne, tablety, telefony itp. do wykonywania zdjęć/ filmów.
- 👉 Wspólnie z całą klasą i wychowawcą zdecydujcie, jaki rodzaj działań chcielibyście zorganizować lub jakie działania byłyby najbardziej odpowiednie dla promowania różnorodności i akceptacji różnic pomiędzy ludźmi. Możecie zorganizować kilka działań w tym samym czasie jak np. konkurs talentów (śpiew i taniec), wystawa rysunków/plakatów/zdjęć/grafik.
- 👉 Zadbajcie o promocję wydarzenia i zaproście do współpracy jak najwięcej nauczycieli i jeśli na tym wam zależy – rodziców.
- 👉 Zaproście liderów Olimpiad Specjalnych-skontaktujcie się z waszym biurem regionalnym. Możecie zaprosić również zawodników Olimpiad Specjalnych, aby również mogli zaprezentować swoje umiejętności.
- 👉 Możecie zorganizować kącik dla darczyńców – gdzie będziecie zbierać sprzęt sportowy i drobne prezenty dla zawodników Olimpiad Specjalnych.
- 👉 Zaprojektujcie różne wzory dyplomów dla uczniów, którzy wykazali się największym zaangażowaniem, dla tych, którzy dostarczyli materiały, dla sportowców-liderów Olimpiad Specjalnych i dla nauczycieli. Będą dobrą pamiątką z tego wydarzenia!
- 👉 Promujcie wydarzenie na stronie internetowej szkoły i w mediach społecznościowych: przygotujcie krótki filmik i kolaże ze zdjęciami. W postach i relacjach koniecznie oznaczajcie Olimpiady Specjalne, abyśmy mogli stworzyć wyróżnioną relację z nazwą waszej szkoły w tytule :)

Jak stworzyć zespół młodzieżowych liderów?

Można na przykład zorganizować seminarium aktywizujące młodzież, podczas którego liderzy:

- Zrozumieją, co oznacza bycie liderem.
- Odkryją swoje zdolności przywódcze.
- Dowiedzą się, jak stać się skutecznym liderem.
- Poćwiczą rolę lidera.

Czym jest przemówienie?

Jednym z najczęstszych działań młodzieżowych liderów jest wygłaszanie przemówień. Przemówienie to publiczne wystąpienie skierowane do zgromadzonych osób. Składa się ono z trzech części:

1. Wstęp

- **Przyciągnij uwagę publiczności/przywitalij się z nią, np.:**

- ☛ Podziękuj publiczności za udział w wydarzeniu;
- ☛ Przedstawienie prelegenta/gościa, organizacji/institucji, którą reprezentuje;
- ☛ Przedstaw cel lub temat przemówienia dlaczego prelegent/gość został zaproszony i o czym będzie mówił. Na tym etapie można użyć wyrażenia, które przykuje uwagę słuchaczy, np. zadać pytanie retoryczne.

2. Główna część wypowiedzi

Rozwijanie głównych idei, dostarczanie informacji, przedstawianie faktów, danych liczbowych itp., które uwiarygodnią twoje wystąpienie. Ponadto, np. dzielenie się osobistymi doświadczeniami, uczuciami, opowiadanie zabawnych sytuacji, wspomnianie o szczególnych osiągnięciach prelegenta.

- **W głównej części należy włączyć takie informacje, jak:**

- ☛ Osoba (kto) – przekazanie informacji o prelegencie: imię, wiek, miejsce.
- ☛ Temat (co) – wypowiedź na konkretny temat (np. misja Olimpiad Specjalnych,
- ☛ Działania z obszaru wolontariatu w szkole).
- ☛ Czas (kiedy) – informowanie o tym, kiedy odbywają się różne wydarzenia
- ☛ Sportowe, seminaria dla nauczycieli/rodziców, szkolenia itp.
- ☛ Miejsce (gdzie) – wymienienie miejsca, w którym odbywają się wydarzenia.
- ☛ Seminaria, sesje szkoleniowe itp.
- ☛ Argumenty (dlaczego) – to może być zasadnicza część przemówienia, podkreślenie znaczenia wybranego tematu (np. udział w Olimpiadzie Specjalnej); dlaczego prelegent lubi wykonywać różne działania itp.

- **Jak zaangażować publiczność:**

- ☛ **Pamiętaj o poczuciu humoru** – krótkie anegdoty rozluźniają publiczność, wzmacniają ich więź z tobą i powodują wzrost zainteresowania wiadomością, którą zamierzasz przekazać.
- ☛ **Dobrze wykonana prezentacja** np. w Canvie lub w Power Poincie – użycie obrazów, krótkiego filmu, różnych, wydruków (np. ulotek). Pamiętaj, że obraz wyraża więcej niż tysiąc słów.
- ☛ **Utrzymywanie kontaktu wzrokowego** – dzięki temu każda osoba na widowni czuje, że zwracasz się bezpośrednio do niej.
- ☛ **Poruszanie się/chodzenie** – jeśli jest wystarczająco dużo miejsca. Prelegent może się poruszać (zrobić kilka kroków po sali), aby utrzymać kontakt wzrokowy z publicznością.

- ☛ **Komunikacja niewerbalna/gestykulacja** – ruchy rąk właściwe w danym kontekście; gesty muszą potwierdzać to, co mówi prelegent. Ponadto pozycja/postawa musi być otwarta, skierowana w stronę publiczności, ramiona powinny być w luźnej pozycji.
- ☛ **Uśmiech to podstawa.** Pamiętaj o pozytywnym nastawieniu. Nie stoisz i nie mówisz za karę, prawda?;))
- ☛ **Odpowiedni ton głosu** – jeśli będziesz mówić zbyt cicho, publiczność nie będzie w stanie cię usłyszeć; jeśli będziesz mówić zbyt głośno, wzbudzisz irytację i publiczność nie będzie chciała cię słuchać. Ważny jest również ton twojego głosu, w razie potrzeby może odzwierciedlać twoje uczucia.
- ☛ **Rób krótkie przerwy** tak, aby publiczność dobrze cię rozumiała i miała możliwość przyswoić wiedzę.

3. Podsumowanie

- To podkreślenie kluczowych punktów, podsumowanie głównych tematów. Ponadto podsumowanie może zawierać:
 - ☛ Konkretnie prośby do publiczności, podziękowania i zarezerwowanie czasu na pytania.

Uczestnicy

Seminaria aktywizujące młodzież przeznaczone są dla młodych ludzi z niepełnosprawnościami intelektualnymi i w normie intelektualnej, którzy nauczą się, jak pracować w zespole w celu promowania inkluzji społecznej. Dodatkowo, w wydarzeniach tych biorą udział również mentorzy, których rolą jest wspieranie młodzieżowych liderów, jeśli zajdzie taka potrzeba. Uczestnikami mogą być uczniowie szkół zrzeszeni w stowarzyszeniach uczniowskich lub organizacjach młodzieżowych. Uczniowie mogą nawet samodzielnie zorganizować takie wydarzenie (starsi uczniowie organizują je dla młodszych uczniów). Jednak wskazane jest, aby uczniowie poprosili o wsparcie mentora, nauczyciela lub przedstawiciela Olimpiad Specjalnych.

Aby zorganizować udaną integrację należy:

Podczas pierwszych i kolejnych spotkań przeprowadzić różne gry aktywizujące tak, aby zintegrować nowo powstający zespół.) Poniżej przedstawiamy wam kilka zabaw integracyjnych, które pomogą w przetwarzaniu pierwszych lodów.

Samolot

Cel: lepsze poznanie grupy, zachęcenie do interakcji między uczestnikami i obudzenie ich.

Czas: 10-15 min w zależności od wielkości grupy.

Potrzebne materiały:

- Papier.
- Flamastry/długopisy.
- Stoper lub dzwonek.

Informacje, które można dodać do samolotu.

- Jak masz na imię?
- Jaki sport lubisz najbardziej?
- Jaki kolor lubisz najbardziej?
- Napisz, jaką cechę w sobie lubisz. Napisz, jaki masz cel, życzenie.
- Jakie jest twoje ulubione miejsce / miasto?

Instrukcja:

- Daj każdemu kartkę papieru i poproś, aby zrobił samolot z papieru i napisał na nim swoje imię.
- Powiedz wszystkim, żeby rzucili swoje samoloty. Każdy uczestnik wybiera jeden samolot z podłogi, szuka jego właściciela i zapisuje odpowiedź tej osoby na kolejne pytanie.
- Jeśli ktoś podniesie swój własny samolot, rzuca go ponownie i podnosi inny samolot.
- Wszystkie samoloty zostają ponownie rzucone. Każda osoba podnosi nowy samolot, szuka jego właściciela i zapisuje odpowiedź właściciela na kolejne pytanie.
- Czynności można powtarzać odpowiednią ilość razy, a na koniec wszyscy rzucają samolotami i podnoszą jeden z nich.

Uczestnicy otrzymają **ostatnie zadanie**. Każdy z uczestników przedstawi osobę, której imię widnieje na samolocie. W ten sposób wszyscy uczestnicy poznają się nawzajem.

Odkrywaj!

Gra dla uczniów, którzy się nie znają

Czas: 5-10 min w zależności od wielkości grupy

Uczestnicy mają za zadanie utworzyć pary i odpowiedzieć na poniższe pytania o swoim partnerze bez zadawania mu pytań:

- Woli góry czy morze?
- Jakie jest jego ulubione zwierzę domowe?
- Jaki jest jego ulubiony kolor?
- Czy jest nieśmiały czy odważny?
- Jaki jest jego ulubiony sport?
- Jaka jest jego ulubiona muzyka?

Uczestnicy zapisują odpowiedzi na kartce. Zapytaj uczniów, jak się czuli i czy uważają, że ich odpowiedzi są poprawne. Daj im czas na wysłuchanie odpowiedzi partnera.

Wniosek z ćwiczenia jest taki, że nie można obiektywnie ocenić osoby tylko na nią patrząc, nie znając jej wcześniej.

Trzy podobieństwa i trzy różnice:

To rodzaj działania zalecany na początku spotkania – jego głównym celem jest przełamanie lodów, umożliwienie uczestnikom wejścia w interakcję, poznania się nawzajem, zwłaszcza jeśli grupa składa się z osób pełnosprawnych i z niepełnosprawnością

Czas: 15 min

Potrzebne materiały:

- Arkusze papieru
- Przybory do pisania

Utwórz grupy 3-4 osobowe (łącząc w pary osoby z niepełnosprawnością i bez niepełnosprawności) i powiedz im, że mają 5 minut na rozmowę ze sobą i znalezienie:

- **3 podobieństw**
- **3 różnic**

Na koniec poproś, aby wybrali **lidera grupy**, który **przedstawi** znalezione podobieństwa i różnice. **Zapytaj**, co było trudniejsze do znalezienia:

- Podobieństwa czy różnice?
- Co znaleźli najpierw: podobieństwa czy różnice?

Wyjaśnij, że o ile na początku, gdy kogoś nie znamy, łatwiej jest zauważać różnice, to im lepiej kogoś poznajemy, tym większa szansa na odkrycie, jak wiele nas łączy. Najwięcej podobnych odpowiedzi może pojawić się podczas rozmowy o tym, co uczestnicy lubią robić w wolnym czasie, o ich ulubionych sportach, kolorach, przedmiotach szkolnych, wyglądzie (kolor oczu / włosów, wzrost itp.).

Energetyzująca Pizza

Ten rodzaj działania jest przydatny podczas intensywnych sesji, kiedy potrzebna jest aktywna przerwa, aby zespół na nowo tryskał energią

Czas: 5 min

Potrzebne materiały: muzyka

Podziel uczestników na **pary** i poproś, aby na zmianę jedna osoba siedziała tyłem do drugiej, tak aby mogła ona położyć ręce na ramionach partnera.

Powiedz im, że muszą zrobić **piżę** i na każdym etapie przepisu będą musieli masować partnera, wykonując ruchy opisujące składniki, które trzeba dodać:

Etapy i ruchy

- Ugniatanie
- Rozprowadzanie sosu pomidorowego
- Krojenie salami
- Dodanie oliwek, dodanie kawałków sera

Nawiąż kontakt z uczestnikami i zaoferuj im możliwość dodania innych składników. Dla każdego ze składników dodaj nowy ruch. To działanie należy wykonywać w szybkim tempie.

W połowie zaproponuj, aby partnerzy zamienili się miejscami, tak aby każdy mógł skorzystać z masażu.

Określanie umiejętności przywódczych

Wstęp To ćwiczenie pomaga uczniom zastanowić się nad umiejętnościami, które posiadają i mogą wykorzystać, aby być dobrym liderem

Czas 10-15 minut (w zależności od wielkości grupy) Wydrukuj listę z następującymi słowami

Potrzebne materiały: Wydrukuj listę z następującymi słowami



- Najpierw zapytaj uczestników, czy rozumieją wszystkie słowa z listy; w razie potrzeby należy je wyjaśnić.
- Podziel grupę na 3-4 osobowe zespoły. Każda osoba w zespole wybierze z listy trzy cechy, które definiują ją jako lidera i takie umiejętności lub wartości, które już posiada według reszty zespołu.
- Jeśli znajdą się osoby, które nie wybiorą żadnych cech, poproś je o wskazanie trzech umiejętności, nad którymi muszą jeszcze popracować.
- Zespoły będą dyskutować o tym, jak mogą funkcjonować razem jako liderzy ze wskazanymi przez nich umiejętnościami. Zastanowią się także, czy są takie umiejętności, których według nich jeszcze nie mają, a które chcieliby lub powinni nabyć.
- Uczestnicy mogą wymieniać również umiejętności, które nie zostały ujęte na liście.

Podsumowanie: Lider zawsze się rozwija i uczy, jak stać się lepszym! Aby odnieść sukces, lider potrzebuje wsparcia otoczenia!

Najwyższa wieża ze spaghetti

To ćwiczenie angażuje uczestników do wspólnej pracy nad budową i testowaniem projektu. Bez współpracy się nie obejdzie:)

Celem jest zbudowanie najwyższej wieży, która może stać samodzielnie, bez konieczności podparcia czy przyklejenia jej do powierzchni. Należy używać tylko rozdanych materiałów.

Czas: 20 minut

Każda grupa będzie potrzebowała:

- 20 sztuk spaghetti
- 1 pianka z cukru
- 1 metr sznurka
- 1 metr taśmy klejącej.

Nauczyciel/instruktor będzie potrzebować: miarki, linijki:

- Podziel uczestników na grupy po 4-5 osób.
- Rozdaj każdej grupie materiały do pracy i powiedz, co mają zrobić.
- Zapisz wyniki i ustal zwycięską drużynę po zmierzeniu budowli.
- Budowla musi stać bez żadnej podpórki!
- Możesz wręczyć zwycięskiej drużynie symboliczne nagrody, np. plusy w dzienniku lub oceny wagi jeden.

Na koniec przeprowadź dyskusję na temat ćwiczenia. Zadaj następujące pytania:

- Co było najtrudniejsze?
- Czego się nauczyłeś?
- Jak była twoja rola w zespole?

- Która z twoich umiejętności była kluczem do sukcesu?
- Jak wyglądała współpraca zespołowa?
- Dlaczego próbowanie jest tak ważne?

Sznurek

Ta zabawa pokazuje uczestnikom, że wszyscy są ważnymi członkami zespołu

Czas: 5 minut

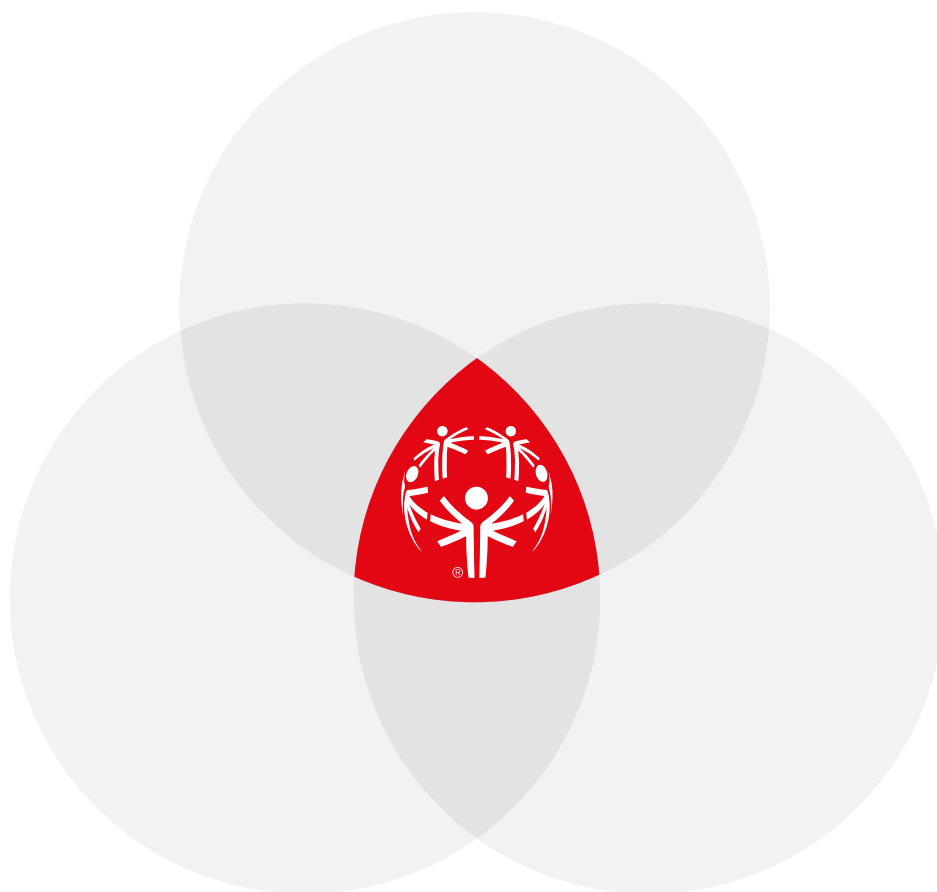
Potrzebne materiały: kłębek sznurka

Niech wszyscy uczestnicy zbiorą się w kółku. Weź kłębek sznurka i zacznij od jednego z uczestników. Każdy uczestnik odpowiada na jedno lub kilka pytań:

- Podaj swoje imię, nazwisko, wiek, hobby, ulubiony sport itp.
- Co podoba mu się w tym zadaniu?
- Jakie cechy i umiejętności wg niego cechują lidera.
- Jak według niego działa prawdziwy lider, aby wspierać inkluzję społeczną.

Uczestnik odpowiada na pytania i rzuca kłębek sznurka do innej osoby. Kłębka nie wolno rzucać do osoby stojącej obok.

Na koniec kiedy każdy z uczestników odpowiedział już na pytania powstaje sieć, która łączy wszystkie osoby znajdujące się w kółku. To symbol więzi, jakie ludzie mogą zbudować w swojej społeczności.



Scenariusz 5

Dołącz do Nas i Grajmy Razem!

www.OlimpiadySpecjalne.pl

***Olimpiady
Specjalne***
Polska



Scenariusz 5 – Dołącz do Nas i Grajmy Razem!

Cel ogólny lekcji

- Uczniowie i nauczyciele poznają Kampanię **#Grajmy razem** i program **#DołączdoNas**.

Cele szczegółowe lekcji

- Uczniowie poznają, czym jest **#Dołącz do Nas** i **#GrajmyRazem**.
- Uczniowie poznają pracę Olimpiad Specjalnych Polska od kulis.
- Uczniowie poznają ambasadorów Olimpiad Specjalnych Polska.
- Uczniowie dowiedzą się, jak mogą dołączyć do Olimpiad Specjalnych Polska.

Czym jest #DołączDoNas?

Program Edukacyjny „**Dołącz do nas**”, stworzony przez Olimpiady Specjalne Polska, skierowany jest do uczniów szkół, takich jak Wasza!

Uczy zrozumienia i akceptacji odmienności oraz zmienia świadomość i pomaga w równoprawnym traktowaniu wszystkich ludzi, również tych z niepełnosprawnością intelektualną.

Naszym celem jest pomoc w wychowaniu odpowiedzialnych członków społeczeństwa oraz promować wartości takie jak opieka nad drugim człowiekiem, uczciwość oraz szacunek do siebie i innych.

Przez program „**Dołącz do nas**” chcemy dotrzeć do szkół, młodzieży i społeczeństwa z przesłaniem, że „inne” nie znaczy gorsze. Chcielibyśmy pokazać osoby z niepełnosprawnością intelektualną jako równoprawnych członków społeczeństwa. Bo przecież tylko razem możemy wygrać!

Czy wiecie, że...?

Program Dołącz do Nas funkcjonuje już od 2003 roku, a pierwszy podręcznik Dołącz do Nas powstał w Polsce w 2007 roku? Znajdziecie w niej sześć scenariuszy lekcyjnych również w postaci podręcznika.

[Dołącz do nas | Olimpiady Specjalne Polska](#)

Czym jest #Grajmy Razem?

Kampania jest realizowana od 2016 roku. **#Grajmy Razem** promuje równość, akceptację i obala stereotypy! Idea naszej kampanii jest bardzo prosta – wszyscy jesteśmy tacy sami i mimo różnic, które na pierwszy rzut oka nas dzielą, chcemy tego samego. Spoty wizerunkowe naszej kampanii emitowane były w telewizji, radio, naszych social mediach, na billboardach w całej Polsce oraz w prasie m.in. w **Nesweeku** i **Forbsie**.

#GrajmyRazem pokazuje, że najważniejsze zawsze są i będą wartości. Nie nasz wygląd. Cechy fizyczne tracą na znaczeniu, gdy podczas zawodów jesteśmy drużyną a po zawodach przyjaciółmi.

Poniżej znajdziecie efekty kampanii #GrajmyRazem

Olimpiady Specjalne – **Grajmy Razem**

#GrajmyRazem bo jesteśmy równi!

#GrajmyRazem bo jesteśmy równi! vol.2...

i bonus nagranie zza kulis: Sesja zdjęciowa **#Grajmy Razem** – kulisy :)

● **Robertem Lewandowskim – Robert Lewandowski & #GrajmyRazem**

- 👉 Każdy marzy o tym, aby zwyciężyć, dzielić się radością i czuć wsparcie najbliższych. Niektórzy dalej czekają na wsparcie. RAZEM możemy to zmienić. Grajmy razem każdego dnia!

● **Anną Lewandowską**

- 👉 Wszyscy sportowcy Olimpiad Specjalnych są dla mnie wzorem do naśladowania. Podziwiam ich wytrwałość w dążeniu do celu i pokonywaniu własnych barier, a także umiejętność odnajdywania radości w codziennym życiu!

● **Tomaszem Wolnym – „Przybij piątkę zawodnikom Olimpiad Specjalnych Polska”**

- 👉 Dlaczego warto wspierać Olimpiady Specjalne? To jest sport i sportowcy w tym najczystszy, najpiękniejszy i najlepszy wydaniu! Kampania, którą dla was przygotowaliśmy ma przypomnieć wszystkim, że choć różnią nas rysy twarzy to przecież wszyscy jesteśmy równi, tak samo czujemy, marzymy, chcemy żyć i mamy do tego życia równe prawa!

● **Joanną Jędrzejczyk – #GrajmyRazem z JJ**

- 👉 Kampania **#GrajmyRazem** kampania osobiście daje mi wielką frajdę. Czuję, że jestem częścią wyjątkowej społeczności i zgranej drużyny. Dobrze czujemy się w swoim towarzystwie i uczymy się od siebie nawzajem.

● **Pauliną Krupińską – #GrajmyRazem z Pauliną Krupińską**

- 👉 Cały czas pamiętam radość zawodników, którzy brali udział w sesji, zwłaszcza mojej nowo poznanej koleżanki Magdy, zawodniczki Olimpiad Specjalnych Wielkopolskie-Poznań. Radość tych zawodników była bez żadnych kombinacji, szczerą, niewymuszoną, trudną do opisaną nawet słowami, bo także spontaniczną.
- 👉 To radość, której reszta nas musi nauczyć się naśladować – w relacjach z drugim człowiekiem, w postrzeganiu życia.

● **Kubą Wesółowskim – Kuba Wesółowski & #GrajmyRazem**

- 👉 Sport pozwala pokonać słabości. Zawodnicy Olimpiad Specjalnych walczą każdego dnia i pokonują swoje słabości. Z naszym wsparciem mogą osiągnąć jeszcze więcej! Razem możemy osiągnąć wszystko!

- **Kacprem Nadolskim – Pamiętajcie, każde wsparcie dla Olimpiad Specjalnych Polska jest bezcenne!**

- ☞ Sport ma w sobie prawdziwą magię. Potrafi zbliżyć do siebie wszystkich ludzi, niezależnie od tego, jak się od siebie potrafią różnić. Co jest dla mnie najważniejsze? Chciałbym dołożyć swoją cegiełkę do tego, żeby młodzi ludzie traktowali osoby z niepełnosprawnością intelektualną z coraz większą otwartością. Oni bardzo na to zasługują!

Dlaczego jeszcze warto Grać z Nami?

Zobaczcie Naszą pracę od kulis :)

- **Okiem Trenera Michała Hoffmana – Zostań trenerem Olimpiad Specjalnych!**

- ☞ Jestem trenerem Olimpiad Specjalnych. Trenuję osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Dzięki naszym treningom zawodnicy mogą zyskać nowe znajomości, więcej pewności siebie na co dzień i na treningach. Dlaczego warto być trenerem zawodników Olimpiad Specjalnych? Wysoki poziom zawodów i duża radość naszych zawodników! Jest to sport w najczystszej postaci. Naturalnie bez żadnego dopingu:) **To również jedna z form inkluzji włączenia osób z niepełnosprawnościami do społeczeństwa.**

- **Okiem Sędziego Danuty Jasko – Jak wygląda sędziowanie na zawodach Olimpiad Specjalnych?**

- ☞ Oceniamy zawodników Olimpiad Specjalnych według tych samych międzynarodowych przepisów. Nie ma taryfy ulgowej:) W sposobie punktacji również nie ma ulg. Tylko wymagania dostosowujemy do możliwości naszych zawodników.

Poznaj Naszych wolontariuszy!

- **Mania i Jaca – historia pewnej przyjaźni
zdjęcie z magazynu 1/2021**

Od kiedy się znają?

- ☞ Dziewczyny znają się z Olimpiad Specjalnych Polska. Miały po kilkanaście lat, gdy rozpoczęła się ta przygoda. Martyna była w Medycznej Szkole Policealnej w Rybniku. Nauczycielka od masażu udzielała się w Olimpiadach Specjalnych Polska i pewnego dnia powiedziała – „Mańka, może pojedziesz w listopadzie na Śląski Mityng Pływacki jako wolontariuszka? ” Bo przecież w listopadzie zawsze odbywa się ten mityng.
- ☞ To była trochę propozycja nie do odrzucenia – wspomina po latach. Szukali wygadanych, dynamicznych, pozytywnie nastawionych do życia. Ludzi, co to najpierw mówią „tak, zgadzam się”, a dopiero później sprawdzają w kalendarzu, czy mogą. Było ich kilka osób z grupy, ale na miejscu wszyscy zostali rozdzieleni do swoich zadań. Spodobało jej się, chciała więcej. Na któryś kolejnych zawodach poznała Karolinę, też ze Szkoły Medycznej. – Po maturze nie do końca wiedziałam, co chcę w życiu robić, trafiłam do Rybnika do szkoły medycznej, która często delegowała chętnych uczniów jako wolontariuszy na różne zawody Olimpiad Specjalnych Polska. Pani dyrektor poprosiła mnie, żebym pojechała tam jako koordynator, by rozdzielać pracę też innym wolontariuszom – mówi. Pojechała. I tak to wszystko się zaczęło...

Ilu nas jest?

- Każdego roku ponad 4000 wolontariuszy w całej Polsce wspomaga realizację treningów, zawodów sportowych i imprez Olimpiad Specjalnych Polska. Wolontariuszami są trenerzy, sędziowie, znani sportowcy, studenci, uczniowie szkół średnich, a także rodziny sportowców z niepełnosprawnością intelektualną oraz inne osoby, które zgłaszają chęć i gotowość do pomocy w naszych działaniach.

Logistyka? To też mamy załatwione:)

- Wolontariusze dostają zwrot kosztów podróży, zapewniony jest im nocleg i wyżywienie, koszulki lub inna odzież. W pierwszej kolejności poszukiwani są wolontariusze w miejscu, gdzie odbywają się zawody. Jak coś się dzieje w Bydgoszczy najlepiej znaleźć wolontariuszy stamtąd, jak w Zakopanem – to z Podhala, żeby odpadły koszty dojazdów i noclegów.

Myślicie, że wolontariat, to tylko praca?:)

- Na ogólnopolskich zawodach organizowane są dyskoteki integracyjne. W Zakopanem przygrywa kapela góralska, wszyscy tańczą. Nikogo nie obchodzi, kto ma jaką niepełnosprawność, do jednej piosenki bawią się młodzi, starsi, chudsi, grubszy, ze wsi i z miasta. Nikt na nikogo nie patrzy z góry. – To jest piękne, zawsze się wzruszam. A jestem starym wygą, bo jedną trzecią życia patrzę na tych naszych zawodników, a na zakończenie imprezy i tak my dziewczyny mamy tusz do rzęs na brodzie:)

Całość możecie znaleźć w naszym magazynie **#GrajmyRazem – #GrajmyRazem nr1/2021**

A tutaj kolejna dawka pozytywnej energii od naszych wolontariuszy!

Wspaniali wolontariusze Olimpiad Specjalnych Polska



Jak do nas dotrzeć?

1. Sprawdź gdzie najbliższej znajduje się Oddział Regionalny Olimpiad Specjalnych-patrz mapa lekcja 1.1. **To pierwszy najważniejszy krok, abyśmy Grali Razem!**

2. Na naszej stronie dostępny jest harmonogram imprez. Szukajcie w zakładce **SPORT** <https://www.olimpiadyspecjalne.pl/>

Tam znajdziecie również informację, który Oddział Regionalny jest organizatorem i do tego oddziału się zgłaszacie:)

3. Wolontariat

- Nasza działalność jest możliwa dzięki pracy tysięcy wolontariuszy. Bez nich realizacja misji Olimpiad Specjalnych byłaby niemożliwa. Są wśród nich trenerzy, sędziowie, znani sportowcy, studenci, uczniowie szkół średnich i podstawowych, a także rodziny sportowców z niepełnosprawnością intelektualną oraz inne osoby, które zgłaszają chęć i gotowość do pomocy w naszych działaniach.
- Wolontariat może być wykonywana przez każdego, niezależnie od płci, rasy, narodowości, wyznania, przekonań politycznych, wieku czy stanu zdrowia.
- Olimpiady Specjalne dają możliwość zaangażowania się w całoroczny program działań sportowych i społecznych, który inspirowa miliony ludzi na całym świecie do działania na rzecz naszego stowarzyszenia. Jednocześnie dajemy szansę poszerzania wiedzy, rozwijania zainteresowań, zawierania przyjaźni, zdobywania doświadczeń i umiejętności społecznych tj. pracy w zespole, rozwijania zdolności przywódczych i komunikatywności.

Czekamy na Ciebie!

https://www.olimpiadyspecjalne.pl/sites/default/files/simple-page/attachments/czekamy_na_ciebie_prezentacja_0.pdf

4. Zapisz się!

Chcesz zostać zawodnikiem Olimpiad Specjalnych?

- Aby zostać zawodnikiem należy zgłosić się do najbliższej istniejącej sekcji Olimpiad Specjalnych. Najlepiej skontaktujcie się z waszym Dyrektorem Regionalnym (wpis wszystkich regionów znajdziecie w lekcji 1.1)

DEKLARACJA ZAWODNIKA/ZAWODNIKA-PARTNERA

To jak Dołączycie do Nas? Zaplanujcie z nami nasz własny „lot na księżyc”!

Koniec lekcji

#GraJmyRazem
bo jesteśmy równi!



**Olimpiady
Specjalne**
Polska



Olimpiady Specjalne Polska

ul. Leszno 21, 01-199 Warszawa, (+48) 22 621 84 18, e-mail: ospbiuro@olimpiadyspecjalne.pl
NIP: 526-17-35-097; KRS: 0000190280; Bank Pekao S.A. V/O Warszawa; nr konta: 48 1240 1066 1111 0000 0005 9907

#DołączDoNas | www.OlimpiadySpecjalne.pl

W latach 2023-2024 projekt finansowany ze środków grant Crown Prince Court - Abu Dhabi.
Opracowanie merytoryczne: Agnieszka Pomian; na podstawie materiałów Special Olympics i Olimpiad Specjalnych Polska.