



Juoksevat ja hyppivät taiteilijat

Välineet: Piirustuslusta, paperi ja kynä joka joukkueelle

Tätä puolitaiteellista viestijuoksua voivat harrastaa kaiken ikäiset. Muodostetaan joukkueet, joissa jokaisessa on esimerkiksi neljä henkilöä. Joukkueet seisovat omissa jonoissaan aloitusviivalla. Jonoa vastapäätä noin 20–30 metrin päässä on joukkueen piirustuspaikka.

Jokaisesta jonosta yksi jäsen kerrallaan juoksee piirtämään esimerkiksi Aku Ankan kuvaa. Ensimmäinen juoksija piirtää pään, toinen hatun, kolmas silmät ja neljäs nokan. Piirustus-tehtävät voidaan myös jakaa osallistujamäärän, osallistujien innokkuuden tai taitojen mukaan.

Kun juoksija on piirtänyt oman osuutensa, hän palaa jonoon ja läiskäisee jonon seuraavaa käteen merkiksi siitä, että on hänen vuoronsa juosta piirtämään. Jonossa olevat joukkuekaverit kannustavat hyppien ja taputtaen. Ensimmäisenä valmiina oleva joukkue on voittaja. Lopuksi tutustutaan kunkin joukkueen piirustuksiin.

Törrönen vastaa

Tällä palstalla VAU:n nuorisotoiminnan suunnittelija Tuomas Törrönen vastaa perheiden liikuntaa ja harrastamista koskeviin kysymyksiin. Lähetä kysymyksesi osoitteeseen tuomas.torronen@vammaisurheilu.fi.

Mikä on Special Olympics -valmennusryhmä ja kuinka siihen pääsee?

Valmennusryhmätoiminta tähtää kehitysvammaisten kansainväliseen Special Olympics -kilpailutoimintaan.

Tällä hetkellä VAU:ssa toimii Special Olympics -valmennusryhmä 18 lajissa, 60 vapaaehtoisen valmentajan vetämänä ja kaikkiaan 174 urheilijalle ja

18 Unified-partnerille. Valmennusryhmälle järjestetään lajikohtaisia harjoitusleirejä vähintään kahdesti vuodessa.

Ryhmään voi päästä kansainvälisestä kilpailutoiminnasta kiinnostuneet, yli 12-vuotiaat, aktiivisesti lajia harrastavat ja kilpailevat kehitysvammaiset urheilijat sekä Unified-lajeissa vammattomat partnerit henkilökohtaisesti kutsuttuina. Paras tapa edistää omaa valmennusryhmään pääsyään on harjoitella ja harrastaa säännöllisesti sekä osallistua aktiivisesti oman lajinsa kansalliseen kilpailutoimintaan.

Ryhmässä pysymiseksi ja sinne noustakseen aktiivisuus ja innostus lajiin on tärkeää. Valmentajat, urheilijat ja partnerit sitoutuvat toimintaan tekemällä valmentaja-, urheilija- tai Unified-partnerisopimuksen. Sopimuskausi loppuu lajiin Special Olympics Maailmankisavuoden loppuun, mutta ryhmän kokoonpano tarkistetaan vuosittain.

Special Olympics Maailmankisoja järjestetään joka neljäs vuosi siten, että joka toinen vuosi on vuorossa Talvimaailmankisat, kuten kuluvana vuonna Etelä-Koreassa ja joka toinen vuosi Kesämaailmankisat, jotka järjestetään seuraavaksi Los Angelesissa vuonna 2015. Lisäksi on eri alueiden omia Special Olympics -kisoja, kuten vuonna 2014 Belgian Antwerpenissa järjestettävät Special Olympics Euroopan Kesäkisat. Lajeissa on lisäksi omia kansainvälisiä Special Olympics -kisojaan.

Vastausta varten on konsultoitu VAU:n Special Olympics -koordinaattori **Elina Holopista**.



**Special
Olympics
Finland**

Special Olympics -karnevaalit Kisakalliossa 9.–10.5.2014

VAU ja Kisakallion Urheiluopisto järjestävät Special Olympics -karnevaalit **9.–10. toukokuuta** 2014 Kisakallion Urheiluopistolla, Lohjalla. Karnevaalien teemanä on "Taitoa ja motoriikkaa". Tapahtuma on avoin kaikille kehitysvammaisille liikkujille.

Ohjelmassa on mm. curlingia, melontaa, salibandya ja taitoharjoitteita. Karnevaalit on koko Special Olympics -perheen yhteinen tapahtuma, joka sopii niin matkankynnyksen liikkujille kuin lajiosajille.

Ilmoittautumiset sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi.

Lisätiedot: Kisakallion Urheiluopisto, Virpi Palmen, puh. 040 455 2852, virpi.palmen@kisakallio.fi.